



## کدام قرص برای کدام درد خوب است؟

«درد را از هر طرف بنویسی درد است.» این جمله را شاید بارها شنیده باشید. درد که بیاید فرقی نمی‌کند از کجا شروع شود و کجا را درگیر کند مهم آن لحظه‌ای است که به دنبال یک قرص مسکن تمام خانه را زیر و رو می‌کنید.

«درد را از هر طرف بنویسی درد است.» این جمله را شاید بارها شنیده باشید. درد که بیاید فرقی نمی‌کند از کجا شروع شود و کجا را درگیر کند مهم آن لحظه‌ای است که به دنبال یک قرص مسکن تمام خانه را زیر و رو می‌کنید. در این مطلب، به طور کامل بیان می‌کنیم که هر مسکن برای تسکین چه دردی به کار می‌رود.

به گزارش پایگاه خبری تیک (Tik.ir)؛ «درد را از هر طرف بنویسی درد است.» این جمله را شاید بارها شنیده باشید. درد که بیاید فرقی نمی‌کند از کجا شروع شود و کجا را درگیر کند مهم آن لحظه‌ای است که به دنبال یک قرص مسکن تمام خانه را زیر و رو می‌کنید. همان طور که درد جزء جدا نشدنی زندگی است مسکن‌ها هم نقش روزانه خود را ایفا می‌کنند. در هر کیفی یک ورقه قرص مسکن وجود دارد با نام‌ها و دوزهای مختلف.

قرص‌های ایرانی و خارجی که تنها با عنوان مسکن شناخته می‌شوند، اما چقدر در موردشان می‌دانیم؟ اصلاً آن‌ها به درد مشکل ما می‌خورند؟ در یک روز چقدر مجاز به استفاده از مسکن‌ها هستید؟ هر چند ساعت یک بار باید آن‌ها را تمديد کرد؟ این‌ها تمام سؤال‌هایی است که باید جوابشان را بدانید تا تندرستی را عضو جدانشدنی وجودتان بکنید. برای دانستن جواب همه این سؤال‌ها این مطلب را بخوانید.

### استامینوفن

ضد درد، ضد تب

کجا به درد می‌خورد؟

رایج‌ترین انتخاب هر کسی برای درد، استامینوفن است. تازگی‌ها هم حرف از ممنوعیت واردات آن به میان آمده که باعث نگرانی داروسازهای زیادی شده است. در حال حاضر استامینوفن بی‌ضررترین دارویی است که برای کودکان و خانم‌های باردار تجویز می‌شود. شاید بتوان گفت استامینوفن ساده‌ترین مسکنی است که خانم‌های باردار مجاز به خوردن آن هستند. این دارو در دو دوز ۳۲۵ و ۵۰۰ میلی‌گرم وجود دارد و نوع شربت و شیاف آن معمولاً برای کودکان تجویز می‌شود.

حواستان باشد:

استامینوفن ساده کم‌عارضه‌ترین داروی تب‌بر است. برای استفاده آن باید به ازای هر کیلوگرم وزن بیمار ۱۵-۱۲.۵ میلی‌گرم مصرف شود. یعنی اگر ۵۰ کیلوگرم هستید باید حداکثر ۷۲۵ میلی‌گرم دارو استفاده کنید. مدت زمان تمديد استامینوفن هم هر ۴-۶ ساعت است. در خانم‌های باردار خوردن این دارو باید هر ۶ ساعت یک بار باشد. این را بدانید که هیچ قرصی بی‌عارضه نیست پس اگر شروع به خوردن بی‌وقفه آن بکنید باید قید سلامت‌تان را بزنید.

### استامینوفن کدئین

ضد سرفه، مسکن برای دردهای متوسط

کجا به درد می‌خورد؟

گاهی اوقات افراد از استامینوفن کدئین به عنوان یک داروی مسکن قوی یاد می‌کنند. با اینکه فروش این دارو بدون نسخه ممنوع است، اما اگر از داروهای باقیمانده نسخه‌های قبلی‌تان نگه‌شان داشته‌اید یا داتان باشد این دارو در طولانی مدت شما را به ماده کدئین فسفات وابسته می‌کند. کدئین فسفات بعد از ورود به بدن به مورفین تبدیل می‌شود.

شود به همین دلیل بهتر است حتما با نسخه پزشک و در فواصل زمانی که پزشک پیشنهاد می کند مصرف شود. استامینوفن کدئین نباید بیشتر از ۳ گرم در روز استفاده شود یعنی با توجه به نسخه پزشک چیزی حدود ۴-۶ قرص.

حواستان باشد:

این داروی ضدسرفه، خواب آلودگی می آورد. پس سعی کنید در زمان هایی که نیاز به هوشیاری کامل دارید این دارو را مصرف نکنید. استامینوفن کدئین می تواند در مواردی هم حساسیت زا باشد. نکته قابل توجه این دارو این است که هرگز نباید همراه با دارو های اعصاب استفاده شود، چون ممکن است تداخل دارویی ایجاد کند.

استامینوفن کافئین

مشکلات تنفسی نوزادان، میگرن، خواب آلودگی

کجا به درد می خورد؟

وقتی قهوه، شکلات یا نوشابه می خورید مقدار پائینی از کافئین را به بدن خود وارد می کنید. کافئین موجود در این دارو جذب استامینوفن و هوشیاری را بالا می برد. با اینکه مصرف ماده کافئین عوارض دارد، اما مقدار مجازش در بعضی مکمل ها هم آثار مثبتی دارد. همانطور که در مکمل های غذایی ورزشکاران دیده می شود، این ماده با ترشح اسید های چرب به چربی سوزی بدن کمک می کند. با خوردن کافئین خالص، عمل هضم هم تقویت می شود. بهترین مورد استفاده این دارو برای میگرن است، چون که خیلی زود جذب می شود و اثرش را می گذارد.

حواستان باشد:

در زمان مصرف دارو نوشیدنی های کافئین دار (نوشابه های انرژی زا) مصرف نکنید، چون باعث بی خوابی و تپش قلب می شود. این ماده در شیر ترشح می کند پس اگر نوزادتان را شیر می دهید کافئین و هر ماده کافئین دار را فراموش کنید. باید توجه داشته باشید که آدم های مسن تر واکنش های حساس تری نسبت به این ماده دارند. ممکن است به بی خوابی های حاد یا مشکلات قلبی دچار شوند.

آسپیرین (آ. اس. آ)

ضد درد غیرمخدر، تب بر، ضدالتهاب، ضدپلاکت

کجا به درد می خورد؟

آسپیرین با تاثیری نامعلوم روی هیپوتالاموس درد را از بین می برد. هیپوتالاموس دقیقا جایی است که فرمان درد را به اعضا صادر می کند. شاید از خودتان پرسید چطور روی از بین رفتن تب اثر می گذارد؟ ترموستات بدن در همان قسمت هیپوتالاموس واقع شده است. آسپیرین با تاثیر مستقیم روی این ناحیه دمای بدن را حفظ می کند و با فرمان تعریق سعی در حفظ دمای بدن می کند.

آسپیرین از آن دسته دارو هایی است که در حال حاضر خیلی تجویز نمی شود. آسپیرین با تاثیر روی غلظت خون یکسری آثار منفی دارد که به همین دلیل دیگر از آن به عنوان داروی مسکن استفاده نمی شود، اما باید گفت هنوز هم آسپیرین تنها درمان بعضی بیماری ها مثل روماتیسم مفصلی است.

حواستان باشد:

مصرف خودسرانه آسپیرین باعث رقیق شدن خون و پایین آمدن پلاکت خون می شود. این مشکل ممکن است باعث جلوگیری از ایجاد لخته و بند نیامدن خون در هنگام جراحی شود. این دارو عوارض ضعیف دیگری مانند وزوز گوش، تهوع، نارسایی حاد کلیه و کبیر دارد.

آکسار (آ. ث. آ)

ضد درد، ضد تب، ضد میگرن

کجا به درد می خورد؟

آکسار را به نام قرص دورنگ یا قرص سفید-صورتی می شناسند. این دارو در گذشته طرفداران زیادی داشت، اما در حال حاضر با این همه تنوع دارویی آکسار نمونه یک قرص فراموش شده است و مورد استفاده ای ندارد. این دارو از استامینوفن، کافئین و اسید استیل سالیسیلیک (آ.اس.آ) تشکیل شده است.

حواستان باشد:

اگر به هرکدام از دارو های مسکن مثل استامینوفن، کافئین یا آسپیرین حساسیت دارید پس دور آکسار را خط بکشید و از پزشک تان جایگزین بخواهید. یادتان باشد که این دارو را نباید به طور همزمان با استامینوفن، آسپیرین و ترکیبات حاوی الکل مصرف کنید. بهتر است که برای مقابله با عوارض گوارشی آن را همراه با غذا یا یک لیوان آب پریخورید. توجه داشته باشید که اگر این قرص بوی سرکه بدهد باید از مصرف آن خودداری کرد.

ایبوپروفن

آرتريت، درد پس از کشیدن دندان، ضد تب

کجا به درد می خورد؟

به رنگ صورتی زیبا و گول زنکش دقت نکنید. این دارو عوارض بسیاری دارد. البته برای درد های نام برده بسیار مناسب است. اگر هر کدام از این مشکلات را دارید می توانید پروفن را استفاده کنید. پروفن دارویی است که بدون نسخه هم می توانید آن را تهیه کنید. این مسئله تهیه دارو بدون نسخه خیلی وقت ها باعث شده است که تصور شود آن ها بی خطر هستند در صورتی که استفاده بیش از حد پروفن در درازمدت بیشترین عوارض را نسبت به هر داروی دیگری دارد.

حواستان باشد:

دوز مصرفی این دارو نباید بیشتر از ۱۲۰۰ میلی گرم در روز باشد؛ و مدت زمانی که آن را تکرار می کنید نباید بیشتر از ۳ روز باشد. مصرف زیاد پروفن عوارضی مثل سردرد، سرگیجه، خارش و کهیر، کم خونی و... دارد. خیلی ها تصور می کنند به دلیل اینکه این دارو در شیر مادر ترشح نمی شود، مصرفش بی خطر است، اما باید گفت که پزشکان مصرف آن را در زمان شیردهی توصیه نمی کنند.

ژلوفن

ضد التهاب، ضد درد و سردرد های میگرنی

کجا به درد می خورد؟

ژلوفن فرم مایع پروفن است که داخل کپسول های ژلاتینی نرم تعبیه شده. این دارو به دلیل اینکه خیلی سریع در بدن باز می شود، تاثیر سریع تری دارد. به این دلیل است که بیشتر اوقات تصور می شود که این دارو از پروفن قوی تر است. اثر سریع این دارو باعث شده که از این دارو استقبال بیشتری شود.

حواستان باشد:

مدت زمان تاثیر این دارو ۱۵ دقیقه است. این قرص این مدت زمان را لازم دارد تا در معده باز و جذب شود. اکثر مردم این تصور را دارند که ژلاتینی بودن این دارو باعث می شود که آسیب کمتری به معده و دستگاه گوارش برسد، اما باید گفت که عوارض ژلوفن دقیقا مانند پروفن است. این دارو در دراز مدت عوارض گوارشی حاد مثل زخم معده ایجاد می کند.

دندان درد، سردرد، درد های عضلانی- مفصلی

کجا به درد می خورد؟

نوافن را در اولویت انتخاب های خود برای دندان درد بگذارید. این دارو از ترکیب ۳ ماده استامینوفن، پروفن و کافئین تهیه می شود. دو ماده اول، استامینوفن و کافئین تاثیر ضدردی خود را روی سردرد و دندان درد دارند، اما پروفن به دلیل خاصیت ضد التهابی که دارد برای درد های عضلانی- مفصلی استفاده می شود. هر کیپسول نوافن حاوی ۳۲۵ میلی گرم استامینوفن، ۴۰ میلی گرم کافئین و ۲۰۰ میلی گرم ایبوپروفن است.

حواستان باشد:

برای نتیجه بهتر این دارو تنها می توانید در هر بار یک کیپسول، آن هم هر ۸ ساعت یک بار استفاده کنید. این دارو مانند قهوه و نوشابه منبعی غنی از کافئین است به همین دلیل زیاده روی کردن در خوردن آن باعث تپش قلب و بی خوابی می شود. از طرفی هم به دلیل وجود ماده استامینوفن در نوافن ممکن است استفاده از آن نتیجه کاذب در تست های افراد دیابتی ایجاد کند. باید توجه داشت که مصرف این دارو برای بیماران دچار اختلالات کلیوی به دلیل وجود ایبوپروفن باید حساب شده و زیر نظر پزشک باشد در غیر این صورت شاید مشکلات زیادی برای فرد ایجاد کند.

پانادول

ضدرد، ضدتب

کجا به درد می خورد؟

همان استامینوفن خارجی است. فقط نامش تغییر کرده است. ما ایرانی ها معمولا بیش از حد به اجناس خارجی اعتماد داریم. تصور اینکه این دارو خارجی است پس عوارض آن هم کمتر است را دور بیندازید. هیچ فرقی نمی کند استامینوفن باشد یا پانادول، مهم این است که شما با وارد کردن بی رویه داروی شیمیایی به بدنتان صدمه می زنید. پانادول در دو نوع قرص و شیاف در بازار وجود دارد.

حواستان باشد:

اینکه یک دارو خارجی باشد دلیل بر کیفیت بالا و نداشتن عوارض جانبی اش نیست. پس در مصرف هر دارویی باید به مقدار مصرفی اش توجه کرد تا دچار مسمومیت دارویی نشد. بهتر است مسکن ها همراه با غذا مصرف شوند تا آثار مخرب کمتری به دستگاه گوارش وارد کنند.

ناپروکسن

ضدرد، ضدالتهاب با عوارض کمتر

کجا به درد می خورد؟

باید به ناپروکسن اعتماد کرد. استفاده ناپروکسن اگر درست باشد هیچ مشکلی پیش نمی آید. این دارو ضدرد و التهاب است البته بیشتر اثر ضدالتهابی دارد. به همین دلیل مصرف آن در درد های عضلانی-مفصلی توصیه می شود. این دارو از این جهت که در داخل روده باز می شود عوارضی برای معده ندارد و سریع تر هم جذب می شود. ناپروکسن را می توانید در دو نوع قرص و شیاف و در دو دوز ۵۰۰ و ۳۲۵ تهیه کنید.

حواستان باشد:

هر چیزی اگر از حد بگذرد نه تن ها اثر مثبتی نخواهد داشت بلکه عوارض هم دارد. فرم ۵۰۰ میلی گرمی ناپروکسن به

دلیل زودتر باز شدن در روده و جذب سریع، برای معده مشکلی ایجاد نمی کند. باید گفت این دارو نسبت به ایندومتاسین و پیروکسیکام عوارض کمتری دارد.

## دیکلوفناک

ضد آرتريت (ضد التهاب مفصلی)، ضد تب

کجا به درد می خورد؟

به آرتروز مبتلا هستید؟ اگرگاهی اوقات دچار درد های مفصلی می شوید دیکلوفناک بهترین مسکن است. این دارو در درمان آرتروز (بیماری تخریب غضروف مفصل)، درد های زانو و مچ، التهاب مفاصل و درمان دیسمنوره ها (قاعدگی های دردناک) به کار می رود. این دارو یکی از کم عارضه ترین دارو در زمینه درمان آرتريت هاست.

حواستان باشد:

در طولانی مدت مصرف دیکلوفناک باعث زخم و خونریزی در دستگاه گوارش و اختلال در کبد می شود این دارو از طریق کلیه دفع می شود در نتیجه ممکن است منجر به ایجاد یا تشدید نارسایی کلیوی هم شود، پس مصرف آن در بیمارانی که مشکل کلیه دارند توصیه نمی شود. باید حواستان باشد که عوارض دیکلوفناک هم مانند ناپروکسن از دو کیپسول ایندومتاسین و پیروکسیکام کمتر است، از آنجا که دیکلوفناک ممکن است علائم معمولی عفونت را پنهان کند باید امکان بروز عفونت را بررسی کرد.

## سلبرکس

ضد التهاب

کجا به درد می خورد؟

این دارو بیشتر از اینکه خاصیت ضد درد داشته باشد خاصیت ضد التهابی دارد. به این معنی که التهابات مفصلی و عضلانی را رفع می کند. به همین دلیل بهترین انتخاب برای این نوع مشکل هاست. سلبرکس تنها داروی مسکنی است که روی مخاط معده و دستگاه گوارش تاثیر منفی نمی گذارد. البته این به این دلیل نیست که کلا عوارضی ندارد. هر دارویی عوارض دارد این را یادتان باشد.

حواستان باشد:

حواستان باشد که این دارو با اینکه بهترین و کم عارضه ترین انتخاب است، اما پژوهشگران ثابت کرده اند که مصرف زیاد آن باعث مشکلات (آریتمی) قلبی می شود. سلبرکس در حال حاضر تا حدودی جای ایندومتاسین و پیروکسیکام را در بازار نسخه نویسی گرفته است. این دارو در افراد محدودی در درازمدت باعث گیجی، سردرد، درد های شکمی و کمردرد می شود.

## مفنامیک اسید

درد های قاعدگی، دندان درد

کجا به درد می خورد؟

مفنامیک اسید برای درد های قاعدگی مناسب است، اما باید مراقب عوارض گوارشی این دارو هم بود. پس سعی کنید در زمان قاعدگی آن را زیر نظر پزشک و زمانی که درد شدید دارید مصرف کنید.

حواستان باشد:

این دارو را نباید بیش از ۱۰-۷ روز استفاده کرد، چون باعث کم خونی یا افت فشار خون می شود و بهتر است آن را همراه با غذا یا شیر مصرف کنید. از آنجایی که دارو های ضدالتهاب غیراستروئیدی مثل مگنامیک اسید ممکن است باعث افت فشارخون، خواب آلودگی یا بی حالی شوند، توصیه می شود بعد از مصرف مگنامیک اسید رانندگی نکنید.

ایندو متاسین

ضدالتهاب، ضد درد

کجا به درد می خورد؟

این دارو در انواع کپسول، قرص آهسته رهش، سوسپانسیون و شیاف در بازار موجود است. مکانیسم کارکردن قرص آهسته رهش در بدن به این صورت است که بعد از مصرف در معده آهسته آهسته باز می شود. به همین دلیل در مدت زمانی طولانی در شبانه روز دوز مشخصی از دارو در بدن وجود دارد و درد را در طولانی مدت کنترل می کند.

حواستان باشد:

سوسپانسیون این دارو را با آبمیوه ها ترکیب نکنید. در این صورت باعث یکسری فعل و انفعالات شیمیایی در دارو می شوید. ایندومتاسین ممکن است باعث افزایش فشارخون، سردرد و منگی، تاری دید و تهوع شود. در صورت دیدن هر کدام از این عوارض به پزشک مراجعه کنید. حواستان به سالمند ها باشد، این دارو برای بیماران بالای ۹۰ سال مناسب نیست و آن ها را دچار مسمومیت صددرصدی ایندومتاسین می کند.

پیروکسیکام

ضد التهاب، ضد درد، تب بر

کجا به درد می خورد؟

پیروکسیکام و ایندومتاسین دارو های مناسبی نیستند. چون نسبت به اثرشان، عوارض زیادی دارند. در حال حاضر بیشتر برای درد های التهابی ژل موضعی پیروکسیکام تجویز می شود. این دارو در سه نوع کپسول، آمپول، شیاف و ژل موضعی وجود دارد. مسمومیت در مصرف بی رويه پیروکسیکام و بدون نسخه زیاد دیده می شود.

حواستان باشد:

این دارو در حال حاضر بین روماتولوژیست ها طرفداران کمتری دارد. پیروکسیکام ممکن است باعث خونریزی شدید گوارشی، بیوست، تهوع، سردرد و خواب آلودگی، کم خونی و افزایش مدت زمان خونریزی شود که نسبت به اثر مثبتش نمی آرزد.

شربت ها

سروعه های محلول مثل شربت ها و سوسپانسیون ها برای کسانی تجویز می شود که نمی توانند قرص را راحت بخورند. شربت برای کودکان و سالمندانی که در بلع قرص مشکل دارند، بهترین انتخاب است. خیلی وقت ها هم فرو بردن قرص برای کسانی که بزاق کمتری دارند سخت است در این صورت شربت داده می شود. شربت ها همان اثر قرص ها را دارند و به نسبت قرص سریع تر جذب می شوند. شربت ها در مواقعی که بیمار در شرایط هوشیار به سر نمی برد و در کماست، هم استفاده می شوند.

شیاف ها

شیاف برای کسانی تجویز می شود که تهوع و استفراغ شدید دارند و دارو اصلا به دستگاه گوارش شان نمی رسد. در مواردی هم این مورد برای کودکانی که خوراندن دارو برایشان سخت است، توصیه می شود. مکانیسم جذب این نوع دارو از قسمت رکتوم است. گرمای رکتوم به حل شدن دارو کمک می کند و دارو جذب عروق خونی می شود. باید گفت

که به دلیل جذب مستقیم از طریق عروق خونی سریع ترین اثر دارویی را دارند./برترین ها