



5 داروی چاق‌کننده

فوایدی که مصرف داروها برای درمان مشکلات سلامت دارند از عوارض جانبی‌ای که ایجاد می‌کنند بیشتر و مهم‌تر است.

فوایدی که مصرف داروها برای درمان مشکلات سلامت دارند از عوارض جانبی‌ای که ایجاد می‌کنند بیشتر و مهم‌تر است. اما آگاهی از این عوارض جانبی گاهی می‌تواند به جلوگیری از بروز آنها کمک کند. افزایش وزن یکی از عوارضی است که بر اثر مصرف برخی داروها ایجاد می‌شود.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از جام جم، با تعدادی از داروهایی که وزن را افزایش می‌دهند و کارهایی که می‌توانید برای جلوگیری از آن انجام دهید آشنا شوید.

داروهای ضد افسردگی:

بعضی از داروهای ضد افسردگی یک گیرنده بازجذب سروتونین را در مغز مسدود می‌کنند و باعث افزایش میزان این ماده شیمیایی «حال خوب کن» - که وظیفه ارسال پیام بین سلول‌های عصبی را به عهده دارد - می‌شوند. اگرچه این شرایط، تأثیر مثبتی بر خلق و خو دارد، اما می‌تواند برآشتهای نیز تأثیر بگذارد. کارشناسان می‌گویند داروهای ضدافسردگی همچنین میل به مصرف کربوهیدرات‌ها را افزایش می‌دهند و در نتیجه باعث افزایش وزن می‌شوند. شما می‌توانید با پزشک‌تان در این باره صحبت کنید و از او بخواهید داروهایی تجویز کند که کمترین تأثیر را بر افزایش وزن دارند.

داروهای ضد بارداری:

این داروها به دلیل دوزی از هورمون پروژسترون که در آنها وجود دارد می‌توانند اشتها را افزایش دهند. احتباس آب ناشی از مصرف این داروها نیز می‌تواند افزایش وزن به دنبال داشته باشد. اما معمولاً قرص‌های ضد بارداری‌ای که دوز پایینی از استروژن دارند تأثیری بر افزایش وزن ندارد. در زمینه تجویز این نوع داروها با پزشکتان مشورت کنید.

بتابلاکرها و بلاکرای گیرنده آنژیوتانسین:

این داروهای ضد فشار خون و پیشگیری‌کننده از میگرن معمولاً افزایش وزن به همراه دارند. نتایج مطالعه‌ای که به تازگی در نشریه علمی سل منتشر شد نشان داد این داروها با کند کردن متابولیسم باعث چاقی می‌شوند. کارشناسان می‌گویند مصرف‌کنندگان این داروها گزینه‌های زیادی ندارند. اما مصرف مواد غذایی گیاهی، کاهش مصرف قندها، ورزش کردن و داشتن خواب باکیفیت به کاهش تأثیرات این داروها کمک می‌کند.

استروئیدها:

بی‌خوابی، افزایش اشتها و احتباس آب از تأثیرات مصرف استروئیدهاست که افزایش وزن را به دنبال دارد. با پزشک‌تان درباره تجویز دوزی از دارو که کمترین تأثیر را بر کاهش وزن داشته باشد صحبت کنید و تمرین سبک زندگی سالم را نیز فراموش نکنید.

آنتی هیستامین‌ها:

نتایج تحقیقات نشان داده است مصرف زیاد داروهای بدون نسخه و تجویزی ضدحساسیت به دلیل ایجاد احساس گرسنگی بیشتر، باعث افزایش وزن به ویژه در زنان می‌شود. شما می‌توانید به جای استفاده از قرص، راه‌های دیگری مثل شست و شوی بینی با محلول آب نمک یا اسپری بینی را برای کاهش مشکل آلرژی خود به کار بگیرید.