

چه مسکنی برای چه دردی؟

همه ما خواه ناخواه ...



همه ما خواه ناخواه هنگام شروع کوچک‌ترین دردی، وسوسه رفتن سراغ جعبه داروها و انتخاب یک مسکن قوی برای رهایی از شر درد را تجربه کرده‌ایم. به بیان دیگر خوردن قرص‌های رنگارنگ با اسم‌های مختلف دیگر برای ما ایرانی‌ها تبدیل به یک عادت شده است. در حالی که بیشتر ما هنوز نمی‌دانیم هنگام شروع درد، به سراغ چه مسکنی برویم.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از جام جم؛ دکتر ایرج خسرونیا رئیس جامعه متخصصان داخلی ایران با تأیید این نظر می‌گوید: مسکن‌ها چند نوعند که در بین آنها مواد مخدر و غیرمخدر وجود دارد. مواد مخدر شامل استروئیدها و غیراستروئیدها می‌شود. این مواد هر کدام منافع و مضراتی دارد. به طوری که مواد مخدر علاوه بر این که مسکن هستند، روی سیستم عصبی هم اثر می‌گذارد و اگر مدت‌ها مصرف شود، فرد را به خود وابسته می‌کند؛ یعنی بیمار به محض این که کوچک‌ترین دردی حس کند، سراغ این مسکن‌ها می‌رود. حتی مواقعی هم که درد ندارد، باز این داروها را مصرف می‌کند.

به عقیده دکتر خسرونیا، مسکن‌های غیر استروئید هم شامل مسکن‌هایی است که مستقیم روی سیستم گوارش اثر گذاشته و به خونریزی معده منجر می‌شود.

چه مسکنی برای چه دردی؟

#171& افرادی که می‌خواهند مسکن مصرف کنند، باید بدانند برای چه دردی از این داروها استفاده می‌کنند. پزشکان هم باید به این امر توجه داشته باشند.»

رئیس جامعه پزشکان داخلی با بیان این عبارات توضیح می‌دهد: باید بدانیم اگر سردرد یا دل درد ناشی از سرماخوردگی داریم، می‌توانیم از یک قرص استامینوفن ساده استفاده کنیم؛ ولی بیشتر افراد در این مواقع از استامینوفن کدئین استفاده می‌کنند. در حالی که این قرص اعتیاد آور است. به همین دلیل اصلاً توصیه نمی‌کنیم که شخص خودش دارو را انتخاب کند.

مصرف مسکن با معده خالی ممنوع!

توصیه دیگر دکتر خسرونیا این است: اگر کسی مثلا دچار ضربه در پا می شود و استخوانش درد دارد، می تواند از مسکنی ساده استفاده کند؛ اما اگر فرد شکستگی استخوان دارد، باید از مسکن های قوی تر که به شکل قرص یا شیاف استفاده کند؛ البته این مسکن ها را باید پزشک تجویز کند.

به گفته دکتر خسرونیا فراموش نشود که تمام مسکن ها باید با معده نسبتا پر مصرف شوند در غیر این صورت سیستم عصبی گوارش حساس شده و همین اتفاق، به گاستریت و زخم معده منجر می شود.

با هم نخورید

رئیس جامعه متخصصان داخلی ذکر این نکته را هم ضروری می داند که مصرف همزمان مسکن با دیگر داروها به تداخل دارویی منجر می شود. برای همین بهتر است با پزشک درباره همه بیماری ها و داروهای تجویز شده قبلی صحبت شود و هنگام خرید قرص مسکن از داروخانه هم این موضوع باید با دکتر داروساز درمیان گذاشته شود.

زیاد نخورید

چند برابر کردن مقدار مسکن که از سوی پزشک تجویز شده، اشتباه بزرگ دیگری است که برخی افراد مرتکب می شوند. به گفته دکتر خسرونیا با انجام این کار غلط، نه تنها سرعت بهبود افزایش نمی یابد، بلکه روند بیماری نیز کند می شود. پزشکان معتقدند مصرف چند قرص مسکن برای تاثیر بیشتر، اثر جانبی داروها را چند برابر و حال بیمار را بدتر می کند. گاهی هم میزان تاثیرگذاری مسکن به طور قابل توجهی کم می شود. حتی ممکن است کار فرد بیمار به اورژانس بکشد.

متنوع نخورید

نکته دیگر که دکتر خسرونیا بر آن تاکید می کند این که نباید چند نوع مسکن مختلف پشت سر هم خورده شود، زیرا به بدتر شدن بیماری منجر می شود. اگر مسکن تجویز شده واقعا نمی تواند درد جسمانی را تسکین دهد، باید به پزشک مراجعه کرد. بی شک خواندن بروشور داخل جعبه قرص های مسکن درباره مصرف صحیح کمک می کند حتی می توان میزان مصرف و اثرات جانبی را از دکتر داروساز داروخانه هم پرسید. نکته بسیار مهم این که به هیچ وجه از نسخه دیگران نباید استفاده کرد. ممکن است مشاهده برخی علائم مشترک بیماری بین فرد و یکی از فامیل یا دوستان، فرد را به این کار تشویق کند، اما بدن هر شخص شرایط خاصی دارد و شاید به قرص مسکنی که دیگران تجویز کرده اند، حساسیت داشته باشد.

قدیمی ها را هم نخورید

از مسکن های تاریخ مصرف گذشته هم نباید استفاده کرد؛ چون به عقیده دکتر خسرونیا انبار کردن مقدار زیادی قرص در خانه به یکی

از عادات بد ایرانی ها تبدیل شده است. قرار گرفتن در محیط های گرم و مرطوب آنها را غیرقابل مصرف می کند. می توان ترک این عادت بد را با دور ریختن قرص هایی که تاریخ مصرفشان گذشته شروع کرد؛ زیرا ممکن است هنگام درد، فراموش شود که باید به تاریخ انقضای قرص ها هم نگاه کرد.

اشتباه دیگر در این زمینه، شکستن قرص هاست. شیار بخش میانی در برخی قرص ها به این منظور طراحی شده، اما گروهی از قرص ها و مسکن ها بدون این شیار هستند و بعد از شکستن قرص های بدون شیار، بخشی از پوشش آنها نابود می شود. به این ترتیب طعم قرص در دهان شما تغییر می کند و عملکرد آن در بدن با اختلال مواجه می شود.

ایرانی ها، پیشتاژان مسکن خوری

متأسفانه در کشور ما مسکن، بیش از دیگر کشورها مصرف می شود؛ یعنی تعداد و مقدار مصرف آن اصلاً استاندارد نیست و این به دلیل تجویز بی مورد مسکن از سوی خود افراد است.

به گفته دکتر خسرونیآ، کسانی که خود به داروخانه رفته و با خرید مسکن خوددرمانی می کنند، باید بدانند با مصرف مسکن و آرام تر شدن درد، بیماری نه تنها بهبود نمی یابد، بلکه خود به خود پیشرفت می کند؛ بنابراین توصیه می شود که از خوردن مسکن هایی که از سوی پزشک تجویز نشده است، خودداری کنید؛ زیرا این کار در بسیاری از موارد حتی به مرگ منجر می شود.

دکتر خسرونیآ خاطرنشان می کند: مسکن هایی که مصرف می کنید، باعث از بین رفتن انعقاد خون و حتی خونریزی در مغز و داخل شکم می شود، چون روی پلاکت های بدن اثر منفی گذاشته و از فعالیت های آنها جلوگیری می کند.