

عوارض داروهای لاغری بر سلامت انسان ها

بسیاری از افراد چاق و دارای اضافه وزن می خواهند در مدت زمان کوتاهی از طریق، وزن خود را کم کنند در حالی که ناشکیبایی در این زمینه خطرات جبران ناپذیری را برای سلامت بدن به همراه دارد.



بسیاری از افراد چاق و دارای اضافه وزن می خواهند در مدت زمان کوتاهی از طریق، وزن خود را کم کنند در حالی که ناشکیبایی در این زمینه خطرات جبران ناپذیری را برای سلامت بدن به همراه دارد.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از ایرنا ؛ اغلب افراد به دلیل دشواری رژیم های ورزشی و غذایی، داروهای لاغری را بدون تجویز پزشک و تنها به توصیه دیگران یا براساس تبلیغات آن، تهیه کرده و دچار عوارض جبران ناپذیری مانند افتادگی شدید پوست می شوند.

انواع حساسیت های پوستی، مشکلات گوارشی و کبدی و همچنین بیماری های قلبی و عروقی از پیامدهای استفاده از اینگونه داروهای لاغری به شمار می روند. این درحالی است که می توان با تغییر در سبک زندگی و اصلاح رژیم غذایی و فعالیت فیزیکی بدن، وزن را کاهش داد.

به گفته متخصصان مربوطه ، درمان دارویی فقط برای افرادی که بعد از شش ماه تغییر در سبک زندگی قادر به کاستن حداقل نیم کیلوگرم از وزن خود نبوده اند یا افرادی که به شدت چاق بوده و اضافه وزن آنها خطرات زیادی برای سلامتی آنها دارد، مورد استفاده قرار می گیرد. بخش قابل توجهی از شکایت های مردمی در زمینه داروها نیز مربوط به داروها و مکمل های لاغری است.

مرکز پاسخگویی سلامت ۱۴۹۰ که مردم در تماس با آن شکایات دارویی خود را مطرح می کنند به معرفی عوارض داروهای لاغری پرداخته است. فقط دو دارو موسوم به داروی ارلیستات (xenical) و سیبوترامین (meridia) تنها داروهای مورد تایید سازمان غذا و داروی آمریکا FDA به عنوان معتبرترین سازمان دارویی جهان برای استفاده طولانی مدت در چاقی به شمار می روند.

با این وجود داروی سیبوترامین ، عوارض جانبی مانند سردرد، اضطراب، یبوست و فشار خون را به همراه دارد و افرادی که دچار فشار خون نامنظم، تپش قلب، بیماری قلبی یا سکتة هستند نباید از این دارو استفاده کنند. مصرف قرص ارلیستات نیز عوارضی مانند دفع مدفوع مکرر و چرب، اسهال، دل درد، اضطراب، سرگیجه و ناراحتی های روده ای را به همراه دارد.

**انواع داروهای مورد استفاده در چاقی

داروهای مورد استفاده در چاقی به چند گروه مانند داروهای کاهش دهنده اشتها، داروهای جلوگیری کننده از جذب چربی در دستگاه گوارش ، سوزاننده چربی و افزایش دهنده سوخت و ساز بدن ، داروهای گیاهی و ملین ها تقسیم می شوند.

**داروهای کاهش دهنده اشتها

این داروها مدت های زیادی است که مورد استفاده قرار می گیرند اما عوارض شدید بدنی برای مصرف کنندگان به همراه دارند. این داروها شامل چند گروه هستند که يك گروه از آنها موسوم به سیبوترامین (مریدیا) حتما باید با کنترل ضربان قلب و فشار خون برای بیمار تجویز شود. متخصصان دارویی توصیه می کنند که این دارو ها را در افراد مسن و کودکان نباید استفاده کرد.

**داروهای جلوگیری کننده از جذب چربی در دستگاه گوارش

مصرف این داروها موجب تجزیه نشدن چربی ها در روده و منجر به اسهال می شوند. از آنجایی که این داروها معمولا جذب بدن نمی شوند جزو دسته داروهایی هستند که عوارض کمتری دارند. با این وجود مصرف این داروها در طولانی مدت باعث دفع ویتامین های محلول در چربی (D, E, A, K) شده و فرد را با سوء تغذیه روبرو می کند که باید به عنوان مکمل ، ویتامین های محلول در چربی را برای فرد تجویز کرد.

****داروهای سوزاننده چربی**

گروه داروهایی که با نام سوزاننده چربی و افزایش دهنده سوخت و ساز بدن به بازار عرضه می شود. امروزه در ماهواره ها و در سطح کشور، تبلیغات زیادی برای اینگونه داروها می شود که عوارض زیادی دارند. اینگونه داروها عمدتاً از هند و پاکستان وارد می شود و خیلی هم گران هستند؛ از این دسته داروها می توان از دارویی موسوم به زایمکس (zymax) نام برد؛ این دارو تا زمانی که مصرف شود روند کاهش وزن را سرعت می بخشد اما در صورت قطع دارو، عدم تحرک و عدم ارایه رژیم لاغری، افزایش وزن آغاز و اثرات دارو خنثی می شود.

داروی دیگری موسوم به زنادرین (zenadrine) با افزایش مصرف انرژی موجب تسریع لاغری خواهد شد. قرص اسید سیب Cidervinegar نیز موجب سوخت چربی های بدن می شود اما قرص های چربی سوز اغلب دارای موادی موسوم به کافئین و افدرین هستند که این مواد عوارض بسیار زیادی دارند. این داروها سوخت و ساز بدن را بالا برده، به دستگاه گوارش آسیب رسانده و باعث می شوند چربی وارد چرخه سوخت نشود. این داروها با از بین بردن چربی های سلولی به بدن آسیب می رساند. بی احتیاطی و نا آگاهانه مصرف کردن آنها باعث مشکلات قلبی عروقی و مرگ می شود.

****ملین ها**

اگر بیمار بتواند گروه دارویی ملین ها (نرم کننده دستگاه گوارش) را تحمل کند اثرات مطلوبی بر جا می گذارد. مثلاً ملینی موسوم به پودر دینه برن (dineh bran) که در دسترس است دو قاشق آن را داخل یک لیوان شیر یا آب میوه مخلوط کرده و نیم ساعت قبل از ناهار و شام مصرف شود. این پودر باعث کاهش اشتها و کاهش جذب در دستگاه گوارش می شود.

****داروهای گیاهی**

قرص گیاهی موسوم به کارویل برای لاغری وجود دارد که از چهار گیاه کرفس، زیره سبز، ترشک و انیسون، ساخته شده است. این دارو در کاهش وزن و اشتها موثر است اما مصرف این فرآورده در بیماران کلیوی و مادران باردار ممنوع است. مصرف زیاد و طولانی مدت این دارو موجب بروز اختلال آب و الکترولیت های موجود در بدن می شود.

داروی گیاهی دیگر موسوم به قرص گیاهی اسلیم کوئیک (Slim quick) از طریق کم کردن اشتها موجب کاهش وزن می شود و از عصاره خشک و پودر بذر گیاه کرفس، شوید و چای سبز تشکیل شده اما از مصرف این دارو نیز باید در حساسیت های گیاهی و همزمان با داروهای فشار خون پرهیز کرد.

****قرص متفورمین**

برخی از افراد برای لاغر شدن از دارویی موسوم به قرص متفورمین استفاده می کنند، در صورتی مصرف این قرص در چاقی مجاز است که فرد علایم سندرم متابولیک (نوعی بیماری چاقی) را داشته باشد. اگر فرد با مصرف این قرص دچار علایمی مانند خستگی، تنگی نفس، درد معده، خواب آلودگی، دردهای عضلانی، شد باید فوراً به پزشک اطلاع دهد چراکه این علایم می تواند برای سلامت فرد خطرناک باشد.

****قرص لوتیروکسین**

برخی دیگر از افراد برای لاغر شدن از دارویی موسوم به قرص لوتیروکسین استفاده می کنند که این قرص باعث افزایش متابولیسم (سوخت و ساز) بدن می شود. این قرص در صورتی در چاقی مصرف می شود که فرد دارای کم کاری تیروئید باشد اما در صورت طبیعی بودن عملکرد تیروئید، موجب اختلال در کارکرد تیروئید می شود.

مصرف کنندگان این قرص در صورت بروز هر کدام از علایم تنگی نفس، تندی ضربان قلب، سردرد شدید، درد قفسه سینه و بثورات جلدی شدند باید مصرف دارو را قطع کرده و به پزشک اطلاع دهند. علایم اسهال، تب، عدم تحمل گرما، تعریق، بی قراری، تحریک پذیری، لرزش دستان، کاهش وزن، تغییر اشتها، مشکل در به خواب رفتن و تغییر در عادت ماهیانه، هنگام مصرف این دارو به معنای آن است این دارو بیش از نیاز بدن مصرف شده و فرد دچار علایم پرکاری تیروئید شده اند بنابراین با دستور پزشک باید دوز دارو را کاهش داد.

****داروهای موضعی**

برای افراد برای لاغری از داروهای موضعی شامل ژل ها، محلول ها و چسب های لاغری می شود. این داروها اثرات بسیار ضعیفی در چاقی موضعی دارند.

متخصصان دارویی توصیه می کنند که افراد برای لاغری از مثلث رژیم غذایی، دارو و فعالیت فیزیکی پیروی کنند چرا که کاهش وزن در کنار رژیم غذایی سالم و کم کالری و فعالیت فیزیکی می تواند برای فرد موثر باشد. کارشناسان بهداشتی به افراد هشدار می دهند که از مصرف خودسرانه دارو اجتناب کرده و تجویز دارو را به پزشک واگذار کنند.