

بایدها و نبایدهای استفاده از آمپول‌های لاغری

30 شهریور 1405

در ماه‌های اخیر آمپول‌های موسوم به لاغری به یکی از داغ‌ترین بحث‌های حوزه سلامت، شبکه‌های اجتماعی و حتی محافل عمومی تبدیل شده‌اند. از یک سو وعده کاهش وزن سریع را می‌دهند و از سوی دیگر، هشدارها درباره عوارض و چالش‌های آن‌ها رو به افزایش است.

برای بررسی دقیق‌تر این موضوع، دکتر محمدحسین گذشتی، فوق تخصص غدد گفت: استفاده از آمپول‌های لاغری موضوعی است که طی سال‌های اخیر بسیار مورد توجه قرار گرفته است. پاسخ به اینکه آیا این داروها برای شما مناسب هستند یا خیر، کاملاً به وضعیت سلامتی شما و تشخیص پزشک بستگی دارد.

گذشتی بیان کرد: این آمپول‌ها در دسته‌ای از داروها قرار دارند که به آن‌ها آگونیست‌های گیرنده GLP-۱ می‌گویند. این داروها در اصل برای درمان دیابت نوع ۲ ساخته شده‌اند، اما به دلیل اثربخشی‌شان در کاهش وزن، اکنون برای مدیریت چاقی نیز استفاده می‌شوند.

وی افزود: این داروها برای درمان چاقی مفرط یا افرادی که به دلیل اضافه وزن دچار مشکلات سلامتی مانند فشار خون یا دیابت هستند، تجویز می‌شوند. استفاده از آن‌ها برای کسی که تنها قصد دارد چند کیلوگرم وزن کم کند، معمولاً توصیه نمی‌شود.

این فوق تخصص غدد با تأکید بر اینکه نظارت پزشک در تزریق این آمپول‌های الزامی است، گفت: به علت تداخلات دارویی، نظارت پزشک لازم است چراکه اگر داروهای دیگری مصرف می‌کنید، این آمپول‌ها ممکن است با آن‌ها تداخل داشته باشند. ضمن اینکه این داروها باید با دوز بسیار پایین شروع شوند تا بدن به آن‌ها عادت کند؛ شروع ناگهانی می‌تواند عوارض گوارشی شدید ایجاد کند.

وی اظهار کرد: بسیاری از افرادی که بدون تغییر سبک زندگی (رژیم غذایی و ورزش) از این داروها استفاده می‌کنند، به محض قطع دارو، دوباره وزن از دست رفته را بازمی‌گردانند. این داروها مکمل هستند، نه جایگزین سبک زندگی سالم.

گذشتی بیان کرد: اگر به فکر کاهش وزن هستید با یک متخصص تغذیه یا متخصص غدد مشورت کنید. آن‌ها باید آزمایش‌های خون شما را بررسی کنند تا ببینند آیا کاندیدای مناسبی برای درمان دارویی هستید یا خیر. ضمن اینکه پایه اصلی کاهش وزن، ایجاد تعادل بین کالری دریافتی و فعالیت بدنی است.

این فوق تخصص غدد تأکید کرد: از تهیه دارو از منابع غیرمعتبر (اینستاگرام فروشگاه‌های غیررسمی) خودداری کنید. خطر وجود داروهای تقلبی یا فاسد در بازار سیاه بسیار بالاست که می‌تواند سلامت شما را به شدت به خطر بیندازد.

وی در ادامه درباره بررسی داروهای تزریقی کاهش وزن (سماگلوتايد، تیزیتاید و غیره) و مکانیسم اثر

آنها اظهار کرد: این داروها که در ابتدا برای درمان دیابت تولید شده بودند، مشاهده شده که علاوه بر کنترل قند خون، خاصیت کاهش وزن نیز دارند. مکانیسم اثر اصلی آنها شامل تأثیر بر مرکز اشتها در مغز (کاهش میل به غذا) یا تأخیر در تخلیه معده (ایجاد حس سیری طولانی‌تر) است. ضمن اینکه مکانیزم در بیماران دیابتی افزایش ترشح انسولین در بدن آنهاست.

گذشتی افزود: اثربخشی و تداوم داروهای تزریقی لاغری در داروهای قدیمی‌تر حدود ۶ تا هفت درصد و داروهای جدیدتر تا ۲۰ درصد کاهش وزن ایجاد می‌کنند.

وی بیان کرد: این داروها باید تحت نظر پزشک و به صورت طولانی‌مدت (۶ ماه تا یک سال یا بیشتر) استفاده شوند. قطع ناگهانی دارو بدون رعایت رژیم و ورزش، می‌تواند منجر به بازگشت ۵۰ تا ۶۰ درصد وزن کاهش‌یافته شود.

این فوق تخصص غدد گفت: عوارض جانبی این آمپول‌های لاغری به صورت شایع مشکلات گوارشی مانند تهوع، استفراغ، دل‌درد، اسهال و یبوست است که اکثر این عوارض قابل مدیریت هستند، اما حدود پنج درصد افراد ممکن است به دلیل شدت عوارض قادر به تحمل دارو نباشند.

وی اظهار کرد: اما عوارض نادر این آمپول‌ها پانکراتیت (التهاب لوزالمعده) و سنگ کیسه صفرا (که البته ناشی از فرآیند کاهش وزن سریع است) که ممکن است بدون تزریق دارو هم سنگ کیسه صفرا تشکیل شود.

این فوق تخصص غدد اظهار کرد: عوارض بسیار نادر این آمپول‌ها احتمال تأثیر روی عصب چشم است که هنوز به طور قطع تأیید نشده است.

موارد منع مصرف و احتیاط این آمپول‌ها



وی افزود: افرادی که سابقه شخصی یا خانوادگی سرطان مدولاری تیروئید دارند، نباید از این داروها استفاده کنند. برای تشخیص نیاز به سونوگرافی تیروئید برای همه وجود ندارد؛ فقط در صورت لمس توده در معاینه فیزیکی توصیه می‌شود.

گذشتی ادامه داد: برای اثر بخش بودن این آمپول‌ها تأکید شدید بر ورزش و دریافت پروتئین کافی در طول دوره مصرف دارو برای جلوگیری از تحلیل عضلانی و کاهش تراکم استخوانی، به‌ویژه در سالمندان ضروری است.

فوق تخصص غدد در ادامه با اشاره به نکات مهم اجرایی و هشدارهای ایمنی که در مصرف این داروها باید رعایت کرد، افزود: استفاده از این داروها بدون نسخه پزشک، افزایش خودسرانه دوز دارو، یا تهیه آن از مراکز غیرمعتبر (مانند برخی آرایشگاه‌ها یا کلینیک‌های غیرتخصصی) خطرناک است و منجر به عوارض شدید می‌شود.

وی افزود: به هیچ عنوان نباید از یک سرنگ/آمپول برای چند نفر استفاده کرد چراکه خطر انتقال هپاتیت، ایدز و ... وجود دارد.

گذشتی اظهار کرد: با توجه به اینکه بیمه‌ها معمولاً هزینه این داروها را پوشش نمی‌دهند، بیمار باید آمادگی مالی برای یک دوره درمان طولانی‌مدت را داشته باشد.

وی افزود: کیفیت داروهای موجود در بازار ایران (برندهای داخلی یا وارداتی مجاز) استانداردهای لازم را دارند، اگرچه برندهای اصلی قیمت بسیار بالاتری دارند.

گذشتی تأکید کرد: این داروها درمان‌های استاندارد برای چاقی و دیابت در سطح جهانی هستند، اما تأکید می‌شود که حتماً تحت نظر پزشک متخصص و با دوز مناسب تجویز و مصرف شوند. این داروها در بیماران دیابتی، به‌ویژه کسانی که مشکلات قلبی-عروقی دارند، نقش بسیار مثبتی در کاهش مرگ‌ومیر و کنترل بیماری دارند.

خبرنگار: ساره تجلی