

# مصرف خودسرانه دارو می تواند کبد و کلیه شما را خراب کند!

26 شهریور 1403

داروهای رایج بدون نسخه و تجویزی، عوارض جانبی خفیفی ایجاد می کنند و نیازی به بستری شدن در بیمارستان ندارند، با این حال، در موارد نادر، مگر فردی به اجزای خاصی از دارو حساسیت داشته باشد، یا با الکل و سایر مواد مخدر مخلوط شده باشد، می تواند خطرناک باشد.

به جرات می توان گفت که هیچ خانه ای را نمی توانی بیایی که جعبه ای از قرص و داروی جمع آوری شده در آن نباشد. اکثرا هم داروهایی هستند که برای یک سردرد یا بدن درد و حساسیت، به تجویز خودمان و بدون نسخه از داروخانه گرفته ایم، چراکه معمولا هر زمان به یک بیماری مشخص مبتلا می شویم، به دکتر مراجعه می کنیم و میزان مشخصی از دارو برای یک محدوده زمانی مشخص برایمان تجویز می شود و معمولا هم تا آخر مصرف می کنیم. ازاینرو اکثر داروهایی که در خانه روی هم جمع می شوند، داروهای تجویز سر خودی و بدون مشورت با پزشک هستند.

با توجه به این حقیقت، فرهنگ مصرف دارو در خانواده ایرانی بیش از پیش نیازمند اطلاع رسانی، هشدار و فرهنگ سازی است که البته در این بین وزارت بهداشت نیز باید کنترل بیشتری بر ارائه بدون نسخه داروها در داروخانه داشته باشد تا سطح سلامت عمومی جامعه ارتقا یابد. هرچند همچنان، عمده داروهای موجود در داروخانه بدون نسخه به بیمار داده نمی شود اما چند دسته از داروهایی که تقریبا همه با آنها آشنا هستیم، مصرف مستمر یا دوز بیش از حد آنها می تواند عواقب بسیار جدی بر سلامتمان داشته باشد که در ادامه به مهم ترین و رایج ترین این داروها می پردازیم.



دکتر کبری درویش پیشه

ازدواج  
خانواده

مشاوره  
تلفنی

۲۴ ساعته

۰۹۱۰۲۹۰۴۷۵۸

داروهای رایج بدون نسخه از جمله پاراستامول (داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی مثل استامینوفن)، آسپرین و NSAID ها (ضد درد مانند ایبوپروفن) در صورت عدم استفاده صحیح می توانند عوارض

جانبی قابل توجهی مانند آسیب کبدی، مشکلات گوارشی و آسیب کلیوی ایجاد کنند. داروهای ضد حساسیت و اسیدپته نیز خطراتی دارند. پیروی از دوزهای توصیه شده و مشاوره پزشکی برای استفاده ایمن ضروری است.

بسیاری از داروهای رایج بدون نسخه (OTC) توسط افراد برای درمان بیماری‌های معمولی مانند تسکین درد، سرماخوردگی و اسیدپته استفاده می‌شود. همه داروها می‌توانند عوارض جانبی ایجاد کنند و برچسب روی بسته‌بندی آنها با هشدار منصفانه روی همان برچسب وجود دارد. یک عارضه جانبی یک علامت ناخواسته است که می‌تواند پس از مصرف برخی داروها رخ دهد.

اکثر داروها، به ویژه داروهای رایج بدون نسخه و تجویزی، عوارض جانبی خفیفی ایجاد می‌کنند و نیازی به بستری شدن در بیمارستان ندارند، با این حال، در موارد نادر، مگر فردی به اجزای خاصی از دارو حساسیت داشته باشد، یا با الکل و سایر مواد مخدر مخلوط شده باشد. در اینجا برخی از مشکلات سلامتی و عوارض جانبی برخی از داروهای رایج آورده شده است:

### **پاراستامول(داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی مانند استامینوفن)**

به گفته دکتر نیکیل کولکارنی، مشاور-داخلی SL، بیمارستان راجای هند، “داروهای رایج مانند پاراستامول، که معمولاً برای تسکین تب و درد استفاده می‌شود. با این حال، برای جلوگیری از آسیب کبدی، پاراستامول نباید بیش از چهار بار در روز در دوزهای ۵۰۰ میلی گرم یا ۶۵۰ میلی گرم مصرف شود.

### **آسپرین**

ایبوپروفن و آسپرین که برای درمان سرماخوردگی‌های جزئی، تب، سردرد و التهاب استفاده می‌شوند، در صورت مصرف در دوزهای بالا می‌توانند باعث آسیب کبدی شوند.

### **داروهای ضد التهابی غیر استروئیدی (NSAID)**

گروه دیگری از مسکن‌های رایج مصرفی، داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی (NSAIDs) مانند دیکلوفناک، ایبوپروفن (بروفن) و نيمسولید هستند. این داروها می‌توانند منجر به مشکلات گوارشی مانند اسیدپته و زخم معده شوند. آنها همچنین خطر آسیب کلیه را به ویژه در افراد مسن یا مبتلایان به دیابت و فشار خون بالا دارند.

### **داروهای ضد حساسیت**

داروهای ضد آلرژی می‌توانند باعث خواب آلودگی شوند و برای استفاده در شب تجویز می‌شوند. این داروها که برای سرماخوردگی و گلودرد استفاده می‌شوند، می‌توانند باعث خواب آلودگی فرد شوند و نباید قبل از رانندگی مصرف شوند.

برخی از داروهای سرماخوردگی حاوی موادی مانند **افدرین** یا **فنیل افرین** هستند که می‌توانند ضربان قلب و فشار خون را افزایش دهند. بنابراین، اینها باید با احتیاط در بیماران مسن یا کسانی که بیماری زمینه‌ای دارند استفاده شوند.

## داروهای اسیدی

چندین داروی مورد استفاده برای درمان اسیدیت، از جمله **پانتوپرازول**، **امپرازول** و **اسموپرازول**، برای استفاده کوتاه مدت توصیه می‌شوند، زیرا استفاده طولانی مدت می‌تواند سطوح طبیعی اسید را در معده کاهش دهد، به طور بالقوه منجر به عفونت شود، و همچنین ممکن است باعث آسیب کلیه شود.

در نتیجه موارد بالا، خانواده‌ها باید از عوارض جانبی احتمالی آن آگاه باشند و حداکثر دوز توصیه شده را رعایت کنند. بنابراین همیشه توصیه می‌شود که از دارو فقط پس از مشورت با پزشک استفاده کنید و برای ایمنی، همیشه بروشور ریز چاپ روی برچسب را بخوانید. در صورت بروز هرگونه مشکل، بدون معطلی با نزدیکترین پزشک تماس بگیرید. با توجه به این عوارض جانبی بالقوه، استفاده از این داروهای OTC تحت راهنمایی یک متخصص مراقبت‌های بهداشتی بسیار مهم است.