***هفته نامه* شماره38 بسمه تعالی**  ***داروهای چربی خون***

رژیم غذایی نا مناسب، استفاده از غذاهای چرب و پر کالری، فرهنگ نا صحیح استفاده بیش از حد از غذاهای فست فود، مصرف زیاد گوشت قرمز، استفاده کم از میوه و سبزیجات و زندگی کم تحرک ماشینی باعث شده است افراد زیادی به مشکل چاقی و بالا بودن چربی و کلسترول خون مبتلا باشند . اولین و بهترین راه برای کاهش یا دفع این مشکل، اصلاح رژیم غذایی و ورزش است که می تواند همراه با استفاده از داروی تجویز شده از سوی پزشک موثر باشد. نکاتی در مورد برخی داروهای پر مصرف در چربی خون در ذیل آمده است که می تواند به استفاده موثر تر از آنها کمک کند .

آتورواستاتین :

* این دارو را می توان بدون توجه به زمان صرف غذا در هر زمان از روز استفاده کرد .
* از مصرف دارو با آب گریپ فروت خودداری شود.
* در صورت بروز عوارضی نظیر درد عضلانی، احساس بی حالی و تب مصرف دارو را قطع کرده و به پزشک مراجعه شود .
* مصرف دارو در بارداری و شیردهی ممنوع است .

جم فیبروزیل :

* دارو نیم ساعت قبل از غذا مصرف شود .
* مصرف جم فیبروزیل همراه با لووستاتین باعث بروز درد و التهاب مفاصل می شود بنابراین از مصرف همزمان این دو دارو خودداری شود .
* جم فیبروزیل ممکن است تاثیر داروهای ضد انعقاد خوراکی را افزایش دهد. اگر داروهای ضد انعقاد مصرف می کنید با پزشک خود در میان بگذارید .
* در سال اول مصرف دارو لازم است طی آزمایش ،تعداد سلول های خونی و عملکرد کبدی چک شود .
* مصرف دارو در دوران شیردهی توصیه نمی شود .

سیمواستاتین :

* بهتر است دارو شب ها بدون توجه به زمان صرف غذا استفاده شود .
* دوزاژ دارو را هر 4 هفته یکبار می بایست تنظیم نمود .در صورت کاهش سطح کلسترول به کمتر از مقدار هدف ،باید دوز دارو را کاهش داد .
* مصرف دارو در زمان شیردهی توصیه نمی شود .
* مصرف دارو در زمان بارداری ممنوع است .

فنوفیبرات ها :

* مصرف دارو همراه با غذا باعث جذب بهتر آن می شود .
* شایعترین عارضه دارو ، عوارض گوارشی است .
* مصرف دارو در افراد مبتلا به بیماریهای کیسه صفرا و اختلالات عملکرد کبدی ممنوع است .
* مصرف دارو در دوران شیردهی ممنوع است .

نیکوتنیک اسید :

* بهتر است دارو همراه با غذا مصرف شود تا عوارض گوارشی آن کاهش یابد .
* جهت کاهش عارضه گر گرفتگی در شروع درمان یا زمان افزایش دوز ،با مشورت پزشک می توان 30 دقیقه قبل از مصرف نیاسین از آسپرین استفاده کرد .
* در مصرف همزمان با داروهای پایین آورنده فشار خون و داروهای پایین آورنده چربی خون مانند لوواستاتین و آتورواستاتین احتیاط شود .
* اگر بیمار دچار علائم شبیه آنفولانزا (احساس بد حالی ،تهوع و استفراغ) ، کاهش ادرار و تیره شدن رنگ ادرار، کاهش اشتها ، ضعف و درد عضلانی ، بی نظمی ضربان قلب یا تاری دید شد به پزشک مراجعه کند .

کلستیرامین :

* هرگز دارو به صورت خشک مصرف نشود و پودر در آب، شیر یا آب میوه ریخته و مصرف شود .
* سایر دارو ها حداقل یک ساعت قبل یا 3 ساعت بعد از مصرف کلستیرامین به بیمار داده شود.
* مصرف طولانی مدت موجب بروز کمبود ویتامین های A,D,E,K و فولیک اسید می شود. بنابراین استفاده از مکمل های خوراکی می تواند موثر باشد .
* حداکثر دوز دارو 6 ساشه در روز برای بزرگسالان می باشد .
* به طور کلی در بارداری و شیردهی با احتیاط فراوان و با مشورت پزشک مصرف شود .

دانشگاه علوم پزشکی فسا – معاونت غذا و دارو –واحد تحقیق و توسعه

تلفن تماس :53318384و53318382