



تاریخ
۲۵
دی
۱۴۰۱
یکشنبه

کورتون چیست و چه تأثیری روی وزن بدن دارد؟



کاهش دهد. استفاده کوتاه مدت از دوز بالای استروئید کمک می‌کند فرد بتواند از حمله شدید آرتريت ريکاواری کند.
عوارض جانبی احتمالی مصرف استروئید یا کورتون چیست؟
احتمال بروز عوارض جانبی بستگی به دوز مصرف، نوع استروئید و مدت زمان درمان دارد. برخی از عوارض جانبی از دیگر موارد جدی تر هستند. عوارض جانبی معمول حاصل از مصرف سیستمیک استروئید یا کورتون عبارتند از: افزایش اشتها، افزایش وزن تغییر ناگهانی خلق و خو ضعف عضلانی تاری دید افزایش رشد موهای بدن کبود شدن بدن به سادگی مقاومت کمتر در برابر عفونت ها ورم، صورت پف کرده آکنه پوکی استخوان بدتر شدن دیابت فشار خون بالا تحریک روده اضطراب، بی قراری مشکل در به خواب رفتن آب مرارید یا گلوکوم احتباس مایعات، ورم کردن

آیا همه، این عوارض جانبی را تجربه خواهند کرد؟

همه بیمارها این عوارض جانبی را تجربه نمی کنند. اینکه عوارض جانبی چه زمانی و به چه شکلی اتفاق می افتد نیز در افراد متفاوت است. اگر مدت زمان استفاده از کورتون یا استروئید کوتاه باشد (از چند روز تا چند هفته) این احتمال وجود دارد که هیچکدام از عوارض جانبی آورده شده در لیست بالا اتفاق نیفتند. با این حال اگر استروئید یا کورتون استفاده شده دارای دوز بالا باشد یا برای طولانی مدت استفاده شود ممکن است تعداد زیادی از عوارض جانبی را تجربه کنید. استفاده بلند مدت از دوز بالای استروئید یا کورتون تنها زمانی جایز است که بیماری بسیار جدی باشد و جان فرد در خطر باشد.

کورتون یا استروئید چگونه می تواند روی وزن تأثیر بگذارد؟

یکی از شایع ترین عوارض جانبی روی بیمارانی که از داروهای کورتون دار استفاده می کنند افزایش وزن است و بر اساس تحقیقات ۷۰ درصد افراد آن را تجربه می کنند. استروئیدها با تغییر دادن الکترولیت ها و تعادل آب بدن و همچنین متابولیسم (نحوه ذخیره چربی‌ها، آمینو اسیدها، پروتئین، کربوهیدرات ها و گلوکز) سبب افزایش وزن می‌شوند. این موارد به این شکل با افزایش وزن در ارتباط هستند: افزایش اشتها احتباس مایعات تغییر در محل ذخیره چربی توسط بدن بسیاری از افرادی که استروئید مصرف می کنند متوجه افزایش چربی در قسمت شکم، صورت و گردن شدند. حتی اگر با موفقیت بتوانید جلوی افزایش وزن ناشی از استروئید را بگیرید به دلیل تغییر در توزیع ذخیره چربی ظاهرتان چاق تر به نظر می آید.

دوز دارو و مدت زمان مصرف آن روی مقدار وزنی که اضافه می کنید تأثیر دارد. در کل هرچه دوز بیشتر و مدت زمان طولانی تر باشد وزنی که اضافه خواهید کرد نیز بیشتر خواهد شد. همانطور که قبلا نیز گفته شد دوره های کوتاه مدت چند روزه را دو تا سه هفته ای نمی توانند تأثیر زیادی داشته باشند. خبر خوب اینکه با متوقف کردن مصرف استروئیدها و تنظیم شدن مجدد بدن وزن اضافه شده به مرور کم خواهد شد. این دوره حدود ۶ ماه تا یک سال طول خواهد کشید.

آیا تزریق کورتون برای کاهش درد مفید است یا مضر؟



تزریق شده در خون، اثراتشان در سراسر بدن گسترش می یابند و برای اینکه دارو به محل اثر برسد احتیاج مصرف طولانی مدت و دوز بالای کورتون میباشد که میتواند همراه عوارضی باشد.

این عوارض از جمله، پوکی استخوان ، شکنندگی و نازک شدن استخوان ها، افزایش آسیب پذیری به عفونت و ... در مصرف طولانی مدت کورتونها (طولانی تر از سه ماه) دیده میشوند و نه در تزریق منفرد. بنابراین استفاده از کورتون برای تزریق های مفصلی، ستون فقرات، گره های عضلانی، ریشه عصبی نه تنها عوارض استفاده از کورتونها طولانی مدت سیستمیک را ندارد بلکه به دلیل کاهش درد و افزایش تحرک بیمار میتواند حتی مانع افزایش وزن و تضعیف عضلات شده که این خود مانع از پیشرفت پوکی استخوان ناشی از کم تحرکی میشود. باید توجه کنید که مصرف کوتاه ه مدت کورتون و یا انجام یک یا دو تزریق کورتون عارضه ای ندارد؛ مگر در موارد خاصی که فرد بیماری دیگری هم دارد که کورتون نباید در آن بیماری استفاده شود.

موارد استفاده از کورتون :

۱. بیرون زدگی دیسک کمر و گردن :

کورتون می تواند فشار دیسک کمر و گردن را کاهش دهد و از درمانهای موثر در فثق دیسک کمر و گردن است. کورتون می تواند فشار دیسک کمر و گردن بر ریشه عصبی درگیر را کاهش داده و از درمانهای موثر و مفید در تنگی کانالهای خفیف تا متوسط و بیرون زدگیهای دیسک های کمر و گردن است. کورتون با افزایش خونرسانی به عصب درگی موجب افزایش رسیدن غذا و اکسیژن به عصب آسیب دیده شده و به روند ترمیم عصب آسیب دیده کمک میکند.

هر شماره؛معرفی یک موضوع در حوزه سلامت از جنبه‌های مختلف

این شماره: کورتون چیست؟

۲. آسم :

کورتون یا کاهش التهاب در راه های هوایی ریه و کاهش واکنشهای آلرژیک آسم را کنترل می کند و بیمار را از مرگ نجات می دهد.

۳. آرتروز :

تزریق کورتون در آرتروز کمر، گردن، شانه و گاهی زانو کاربرد دارد. در بیمارانی که دچار آرتروز هستند و در مقطع زمانی که مفصل دچار تورم و درد می گردد؛ محدودیت در فعالیتهای روزمره زندگی دارند. بنا به توصیه انجمن جهانی روماتولوژی تزریق کورتون مفید و مجاز است.

۴. ام اس :

در حملات ام اس کورتون درمانی با دوز بالا باید انجام شود تا حملات ام اس کنترل شده و بیمار دچار عارضه نگردد.

۵. بیماری‌های دیگر :

در بسیاری از بیماریهای پوستی، روماتیسمی، مغز و اعصاب، چشم، گوش و حلق بینی، کورتون بعنوان یک داروی نجات دهنده محسوب می شود.

چند توصیه در بیمارانی که برای مدت طولانی مجبور به استفاده از کورتون سیستمیک هستند :

تناسب اندام و رژیم غذایی سالم : داشتن رژیم غذایی سالم و شرکت در فعالیت هایی که به داشتن وزن مناسب کمک کند و استخوان ها و

سلامت



صفحه
۶
شماره
۳۵۵۳
سال
بیست و هشتم



عضلات را تقویت نماید.

مصرف مکمل های کلسیم و ویتامین D : از آنجائیکه درمان طولانی مدت با کورتیکواستروئیدها باعث نازک شدن و کاهش تراکم استخوان‌ها (پوکی استخوان) می شود . لذا نیاز به مصرف مکمل های کلسیم و ویتامین D جهت حفظ سلامت و استحکام استخوانها و انجام آزمایش تراکم استخوان در این افراد الزامی می باشد.

در صورت نیاز به مصرف طولانی مدت کورتیکواستروئیدها ، مراجعه مستمر به پزشک جهت بررسی عوارض جانبی حتما مد نظر قرار گیرد.

چرا نباید مصرف کورتون‌ها را ناگهانی قطع کرد؟



به گزارش روابط عمومی معاونت غذا و دارو؛ دو مشکل اصلی مرتبط با مصرف مداوم استروئیدها شامل موارد زیر می‌شود:

. عوارض جانبی مصرف دارو

. علائمی ناشی از تغییراتی در تعادل ترشح هورمون‌ها(علائم ترک) تولید کورتیکواستروئیدها توسط «مکانیسم بازخورد» کنترل می‌شود که شامل غدد فوق کلیوی، غده هیپوفیز و مغز می‌باشد و به نام HPAА یا محور هیپوتالاموس – هیپوفیز – آدرنال معروف است.

آیا استروئیدها ضدالتهاب هستند؟

تحقیقات نشان داده استروئید داروی محرک کورتیزول است که یک هورمون ضدالتهاب طبیعی در بدن می‌باشد و همان‌طور که گفتیم توسط غدد فوق کلیوی یا آدرنال ترشح می‌شود. داروهای کورتیکواستروئیدی مصنوعی یا همان کورتونها(پردنیزون، پردنیزولون و خیلی از داروهای دیگر). معمولاً برای درمان عوارض زیر به کار می‌روند:

. واکنش‌های آلرژیک

. آسم

. آرتريت روماتويد

. بیماری التهابی روده

مصرف کوتاه‌مدت استروئید معمولاً بدون عوارض خاصی بوده و اغلب درمانی ضروری برای خیلی از عوارض است مانند:

. آگزما

. آلرژی‌ها

. آسم

استفاده از دوزهای بالای داروی کورتون‌دار به مدت چند روز، یا دوزهای پایین‌تر به مدت بیشتر از دو هفته، منجر به افت عملکرد طولانی‌مدت HPAА خواهد شد. مصرف کورتون یا استروئید را نمی‌توان ناگهان متوقف کرد و باید به غدد آدرنال فرصت داد تا به الگوی ترشح نرمال خود برگردد.

علائم ترک مصرف استروئیدها که شامل ضعف، خستگی، کاهش اشتها، کاهش وزن، تهوع، استفراغ، اسهال و شکم درد می‌شوند می‌توانند مشابه علائم خیلی دیگر از مشکلات سلامتی باشند. که برخی از آن‌ها واقعا خطرناک‌اند.

علائم ترک استروئیدها

علائم ترک استروئیدها متفاوت با چیزی است که معمولاً از ترک یک دارو تصور می‌کنید. یعنی مثلاً توقف مصرف پردنیزون باعث نمی‌شود دل‌تان بخواد پردنیزون مصرف کنید و این علائم ربطی به علائم ترک اعتیاد ندارند، اما بر جسم اثر می‌گذارند و می‌توانند در عملکردهای بدن اختلالاتی ایجاد نمایند، مانند:

. خستگی مفرط

. ضعف

. بدن درد

. مفصل درد

کم‌کم کاهش دادن مصرف داروی کورتون شاید کاملاً جلوی علائم ترک را نگذرد. ترک استروئید می‌تواند شامل فاکتورهای زیادی شود، از جمله وابستگی روانی به کورتیکواستروئیدها.

افرادی که استروئید مصرف می‌کنند باید لیستی از داروهای خود را در کیف‌دستی‌شان داشته باشند تا در موارد اورژانسی، پرسنل پزشکی از این مسئله آگاه شوند.

مصرف داروهای مکمل هم‌زمان با مصرف استروئیدها ممکن است طی زمان‌های خاصی از تنش‌های عصبی یا فیزیکی (مثلاً عمل جراحی) لازم باشد، حتی تا یک سال بعد از توقف مصرف استروئیدها.

علائم ترک مصرف استروئیدها که شامل ضعف، خستگی، کاهش اشتها، کاهش وزن، تهوع، استفراغ، اسهال و شکم درد می‌شوند می‌توانند مشابه علائم خیلی دیگر از مشکلات سلامتی باشند که برخی از آنها واقعا خطرناک‌اند.

عملکرد داروهای کورتونی چگونه است؟

سایت دارو دات کام می‌نویسد: پروستاگلاندین‌ها عامل های التهابی و حساسیت زا در بدن هستند که گاهی توسط سیستم ایمنی بدن ترشح می‌شوند که با حضور داروهای کورتونی، مانع از تولید این مواد التهابی می‌شوند. اما با این عملکرد، مانع از تأثیر صحیح گلبول‌های سفید در خون شده و قدرت مبارزه در مقابل عوامل بیماری زا رو در بدن کاهش می دهند و باعث افزایش خطر عفونت می شوند. پس می توان گفت

مصرف داروهای کورتونی می تواند سرکوب گر سیستم ایمنی و

دفاعی بدن باشد و با توجه به این نوع عملکرد کوتیکواستروئیدها، برای

بیمارانی که به تازگی تحت پیوند عضو قرار گرفته اند، برای کاهش

احتمال پس زدن عضو توسط بدن، سیستم ایمنی را با این داروها تضعیف

می کنند.

کورتون ها معمولاً برای درمان های مختلفی استفاده می شوند که اکثرا در درمان درد، التهاب و بیماری های خود ایمنی مانند روماتیسم مفصلی،

لوپوس اریتماتوس، آرتريت روماتويد، بیماری های التهابی روده مانند کولیت اولسراتيو، بیماری بهجت و ... استفاده می شوند.
انواع شکل دارویی کورتیکواستروئیدها :
بسته به موضع درمان ونوع بیماری، شیوه مصرف مختلفی برای این گروه دارویی وجود دارد که شامل :

قرص و کپسول خوراکی

ویال های تزریقی

پماد و کرمهای موضعی

افشانه ها و اسپری

قطره

داروهای کورتونی معمولاً در کنار داروهای دیگر بصورت بلند مدت یا

کوتاه مدت بسته به نوع درمان مصرف می شوند و دوز آن ۴ تا ۵ برابر قوی تر از خود هورمون کورتیزول در بدن هستند.