

## Аналгетици

Маг. фарм. спец. Кристина Ковачевић

Аналгетици спадају у ред најчешћих лекова у кућној апотеци.

### Шта показује пракса, где пацијенти углавном греше када посежу за аналгетцима на своју руку?

Лекови против болова који су доступни у апотекама без рецепта одобрени су за лечење благог до умереног бола, при чему не би требало да се користе дуже од неколико дана узастопно, а наведена максимална дневна доза не би требало да се прекорачи. Иако се у апотекама могу просто речено купити не треба никада заборавити да они поред тога што могу да обезбеде ефикасно ублажавање болова, они такође могу изазвати нежељене ефекте или компликације. Зато да бисте их безбедно користили, важно је обратити пажњу на дозу и интеракције са другим лековима, о чему вас најбоље може посаветовати фармацеут у апотеци. Практика показује да пацијенти најчешће ове лекове користе дуже него што је препоручено, да истовремено користе више од једног аналгетика (некада тога нису ни свесни, јер се аналгетици налазе и у нпр. прашковима за ублажавање симптома прехладе), да користе аналгетике који нису безбедни уз њихову постојећу терапију хроничне болести.

### У којим ситуацијама је оправдано користити аналгетик, а шта спада у злоупотребу истих?

Аналгетици који се издају без лекарског рецепта користе се код бола слабог до умереног интензитета, укључујући главобољу, менструалне болове и зубобољу. Поред смањења бола они, такође снижавају и температуру.

Оправдано је самоиницијативно користити аналгетик за ублажавање бола или снижавање повишене телесне температуре током најдуже 3 до 5 дана, зависно од тегобе и аналгетика. Уколико проблем траје дуже или се често понавља, то је сигнал да се посети лекар и истражи шта је разлог.

Главобоља је веома чест разлог посете апотеци у потрази за што ефикаснијим (често кажу јачим) и бржим решењем. Пацијенти врло често нису свесни чињенице да управо непримерена употреба лекова за главобољу може парадоксално довести до главобоље која је последица прекомерне употребе лекова.

Често се дешава да пацијенти имају главобољу и примењују лекове за третман главобоље свакодневно или скоро свакодневно. Главобоља бива ублажена леком, али чим престане дејство лека, она се поново јавља или појачава, лек се поново узима и настаје зачарани круг.

Главна мера превенције за ово је ограничена употреба лекова за терапију главобоље. Ограничење подразумева примену класичних аналгетика до 14 дана месечно. Са друге стране ограничење за триптани, ерготамине, кодеин, комбиноване аналгетике и препарате са кофеином је до 9 дана месечно. Уколико је ипак дошло до главобоље која је последица прекомерне употребе лекова, најбољи начин лечења је прекид примене аналгетика. Након прекида примене лекова уобичајено је погоршање главобоље, мучнина, повраћање, пад крвног притиска, поремећај спавања, итд. Међутим ови симптоми су пролазни и обично трају до 10 дана.

### Да ли је сваки лек против болова за сваку врсту бола?

Аналгетици који се издају без лекарског рецепта, као што су парацетамол, ибупрофен, напроксен или ацетилсалицилна киселина користе се код акутног и хроничног бола слабог до умереног интензитета. Ови лекови у адекватној дози су ефикасни у ублажавању болова благог до умереног интензитета код главобоља, зубобоља, болова у мишићима, бола у доњем делу леђа, реуматског бола, менструалног бола, бола и повишене телесне температуре код грипа и прехладе. Код хроничног бола када је присутна упала парацетамол није најбоља опција јер овај лек не смањује упалу, па у тим случајевима предност треба дати неком од нестероидних против упалних лекова као што је нпр. ибупрофен.

Избор лека питање је индивидуалног одговора на лек. То значи да сваки пацијент има „свој аналгетик“ који му најефикасније ублажава бол. Баш због тога се при избору лекова против болова фармацеут и лекар руководе тиме шта је претходно пацијент узимао и да ли му је тај лек ублажавао бол. Дакле никако не треба слушати оно: "Пробај овај лек мени је бол од њега нестао, као руком однешен". То што је неком помогло не значи да ће нужно помоћи и вама, а да не говорим о томе да можда баш ви не можете користити тај лек јер нпр. имате проблема са радом јетре, за разлику од особе која вам га препоручује. Зато избор аналгетика искључиво треба препустити здравственом раднику.

Фармацеути и лекари су једини компетентни да процене ризик од испољавања нежељених ефеката код пацијента. Оно што такође пацијент не може сам да процени јесте безбедност примене одређеног аналгетика заједно са лековима које већ примењује. Како би се избегли нежељени ефекти и клинички значајне интеракције између лекова, избор аналгетика треба препустити професионалцима за терапију, односно фармацеутима.

## Када аналгетици могу бити штетни и које нуспојаве могу да се јаве?

Најчешћи нежељени ефекти класичних аналгетика који се издају без рецепта испољавају се у стомаку. Они се крећу од мањих проблема као што су пробавне сметње и бол у стомаку до озбиљнијих проблема као што су чир и крварење у желуцу или цревима. Да би се избегли нежељени ефекти, важно је да се правилно користе. Ово посебно важи за људе који имају одређена медицинска стања или редовно користе лекове против болова. Важно је да се пре примене лека, саветујете са фармацеутом о правилној употреби, адекватној дози, као и о томе колико дуго можете да користите одређени лек против болова.

Ризик од нежељених ефеката и компликација може се смањити употребом најниже ефикасне дозе, што краће време. Генерално је важно да се не прекорачи максимална појединачна или максимална дневна доза. Примера ради максимална појединачна доза за ибупрофен је 400мг, а дневна 1200мг. Пацијенту који је под надзором лекара, могу се прописати веће дозе. Дакле, ако неко на пример има паковање таблета од 400 мг ибупрофена, не би требало да узима више од једне таблете одједном и никако више од три таблете дневно, осим ако је лекар другачије нагласио.

Одређени аналгетици повећавају ризик од повишеног крвног притиска и кардиоваскуларних догађаја као што су инфаркт или мождани удар. Ризик за појаву ових нежељених ефеката је већи уколико узимате велике дозе током дужег временског периода. Ипак, важно је да се особе које су под већим ризиком, односно већ имају повишени крвни притисак или неко срчано обољење, пре примене аналгетика саветују са својим фармацеутом, који је лек за њих најбољи избор. Нестероидни противупални лекови попут ибупрофена или ацетилсалицилне киселине могу привремено смањити плодност код жена, утицајем на овулацију. Тако да код жена које имају проблема са плодношћу или су на испитивању плодности саветујемо привремено прекид употребе ових лекова и замену са парацетамолом када је то терапијски погодно.

## О чему још треба водити рачуна када је реч о употреби аналгетика?

### Може ли узимање аналгетика као што је аспирин бити опасно?

Приликом примене аналгетика важно је да се придржавамо савета фармацеута о адекватној дози и дужини терапије, јер само на тај начин можемо да безбедно применимо одређени лек. Примера ради парацетамол је најбезбеднији лек за смањење бола и повишене телесне температуре, уколико се користи у терапијским дозама. Понекад током његове примене могу се јавити алергијске реакције. Међутим уколико се предозира, парацетамол може да изазове оштећење јетре. Максимална доза коју здрава особа може узети у току једног дана је 4 грама. Код особа које су у

ризик за развој оштећена јетре, нпр. услед уноса већих количина алкохола безбедна доза коју особа може узети током једног дана је дупло мања.

Многи комбиновани препарати за симптоматску терапију прехладе и грипа садрже парацетамол, па треба обратити пажњу на укупан унос лека из различитих извора. Узимање аналгетика као што је аспирин може бити опасно код деце млађе од 16 година, особа са чиром на желуцу или дванаестопалачном цреву, особа са тешким обољењем јетре или бубрега, особа које користе лекове за разређивање крви, као и код особа са астмом.