



گروه دارویی کیشمدیفارم



بهترین مسکن درد چیست؟

حتما برای شما هم پیش آمده که سر درد، دندان درد یا درد عضلات امان شما را ببرد و تمام کار شما را متوقف کند. انتخاب بهترین قرص مسکن که مناسب حال و روز شما با عوارض کم و اثربخشی بالایی داشته باشد قطعا یکی از راههای درمان است. همچنین به جز دارو درمانی ممکن است راههای دیگری برای تسکین دردهای جسمانی وجود داشته باشد. در این مطلب به بیان نکاتی در خصوص مسکن درد خواهیم پرداخت.

برای مدیریت و کنترل بهتر درد ابتدا باید مسکن درد را بشناسید و سپس از بین این داروها نوعی که مختص درد شما است را برگزینید.

عوامل موثر در انتخاب نوع قرص مسکن

برای تشخیص بهترین مسکن درد باید به عوامل مختلفی توجه کرد، برخی از این موارد مشهود و برخی دیگر مواردی هستند که شما باید به اطلاع دکتر داروساز یا پزشک معالج خود برسانید. در ادامه بعضی از عوامل موثر در انتخاب نوع بهترین مسکن درد را بیان کردیم.

- سن
- جنسیت
- سابقه پزشکی
- نوع و شدت درد
- شرایط فیزیکی و روحی
- داروهایی که همزمان مصرف می شود

- حساسیت‌ها و عوارض جانبی که قبلا تجربه کردید



انواع دسته‌بندی‌های مسکن درد کدامند؟

از آنجایی که تجربه درد برای هر شخص با توجه به شرایط جسمانی، سن، شدت و میزان درد متفاوت بوده و انتخاب بهترین مسکن درد منطبق با شرایط بسیار حائز اهمیت است. از بین انواع مسکن درد می‌توان به داروهای بدون نسخه، ضدالتهاب‌های غیر استروئیدی یا استروئیدی‌ها، شل‌کننده‌های عضلانی، تسکین‌دهنده‌های موضعی درد و مکمل‌ها اشاره کرد که در ادامه به برخی از این موارد می‌پردازیم.

اپیوئید قوی‌ترین نوع مسکن درد

در بین انواع مسکن درد، اپیوئیدها (مواد افیونی) از همه قوی‌تر و تاثیرگذارتر هستند که البته خطر وابستگی و اعتیاد هم دارند. به منظور تسکین دردهای متوسط تا شدید از جمله دردهای پس از

عمل جراحی، تصادف و یا دردهای شدید بیماران سرطانی معمولاً اپیوئید تجویز می‌شود، این نوع از مسکن درد فقط در صورتی توصیه می‌شود که سایر روش‌های درمانی امکان کنترل درد را ندارند. در صورت استفاده طولانی مدت علاوه بر اینکه اعتیاد آور هستند عوارض بیشتری نیز نشان می‌دهند، بنابراین اپیوئید بهتر است به تشخیص پزشک متخصص یک مسکن درد موقت در نظر گرفته شود.

تسکین‌دهنده‌های موضعی بهترین نوع مسکن درد

این نوع مسکن درد به صورت موضعی در محل درد مالیده می‌شود و معمولاً آن را از مشتقات یک داروی ضد التهاب غیر استروئیدی مانند دیکلوفناک تولید می‌کنند. کاپسایسین نیز یک مسکن درد است که گاهی برای تسکین درد به صورت موضعی استفاده شود. لازم به ذکر است با توجه به اینکه این محصولات می‌توانند وارد گردش خون شوند، حتماً در توالی مناسب استفاده کنید.

مکمل‌های مسکن درد غیر مستقیم، راهکارهایی جایگزین برای کاهش درد

در برخی از افراد مصرف مکمل‌ها می‌تواند به مرور زمان نقش مسکن درد را بازی کند. برای مثال، گلوکزآمین می‌تواند به درد مداوم ناشی از آرتروز کمک و یاری رساند، همچنین امگا 3 می‌تواند دردهای

مزمی که در ناحیه شانه و گردن قرار دارد را تسکین دهد. مکمل‌ها با فراهم آوری پیش‌سازهای مورد نیاز بدن روند تخریب یا تحلیل استخوان‌ها و مفاصل را کند می‌کنند. برخی از مکمل‌ها نیز دارای ترکیباتی با منشأ طبیعی هستند که خواص ضد التهابی یا شل‌کنندگی عضلات دارند. کافئین هم که نوعی مکمل است می‌تواند به منظور سرعت بخشیدن در اثربخشی به برخی از مسکن‌ها اضافه شود.

داروهای بدون نسخه (otc) پر مصرف‌ترین نوع مسکن درد
حتما در داروخانه‌ها تابلو otc را مشاهده کردید، در این قسمت مسکن درد بدون نسخه نیز ارائه می‌شود، در واقع معنی این کلمه (over the counter) است یعنی داروهای بدون نسخه پزشک هم در این بخش قابل تهیه هستند. این موضوع به این معنا نیست که این داروها عوارضی ندارند یا تمام داروها امکان دریافت بدون نسخه را دارند. بهتر است قبل از انتخاب قرص مسکن با دکتر داروساز هم مشورت کنید. دو نوع رایج داروهای otc استامینوفن و داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی هستند.

دسته‌ای از انواع مسکن درد که سبب کاهش التهاب، تورم و درد می‌شوند را داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی می‌نامند،

ایبوپروفن، دیکلوفناک، ناپروکسن و آسپرین از جمله این داروها هستند. برخی از این داروها در دوزهای پایین بدون نسخه نیز ارائه می‌شوند. تمام دسته داروهای ضدالتهاب غیر استروئیدی می‌توانند ریسک سکته، حمله و مشکلات قلبی را افزایش دهند.

رایج‌ترین مسکن درد OTC و انواع آن
بهترین مسکن درد از منظر کم بودن عارضه، تاثیرگذاری، در دسترس بودن و مقرون به صرفه بودن بیشتر این نوع از داروها هستند که به منظور تسکین دردهای خفیف تا متوسط تولید می‌شوند.



MEGA FEN
Trusted pain & fever reliever for your family



حتما در کثو داروهای منزل هرکسی چند مدل از این نوع قرص مسکن وجود دارد که باید هرکسی حداقل انواع رایج آن را بشناسد. در ادامه بررسی از این موارد می‌پردازیم.

- **استامینوفن:** اگر درد خفیف تا متوسط دارید این اولین مسکن درد است که می‌توانید مصرف کنید. استامینوفن‌ها در دوزهای 125 میلی‌گرم، 325 میلی‌گرم و 500 میلی‌گرم تولید می‌شوند که بسته به شرایطی که دکتر داروساز تشخیص می‌دهد، می‌توانید استفاده بفرمایید. استامینوفن در بسیاری از داروها به عنوان پایه و اساس یک قرص مسکن درد نیز استفاده می‌شود، برای مثال سید مگافن بر پایه استامینوفن تولید شده و می‌تواند بهترین مسکن درد برای درمان دردهای قاعدگی، دردهای ناشی از سرماخوردگی و آنفولانزا، میگرن، سر درد، دندان درد و کمر درد باشد.

- **آسپرین:** یکی از انواع بهترین مسکن درد است که علاوه بر کاهش تب، التهاب و تورم به منظور کاهش خطر لخته شدن خون هم استفاده می‌شود. به علت عوارض احتمالی که می‌تواند به وجود می‌آورد به هیچ عنوان بدون توصیه پزشک نباید

استفاده شود خصوصا در کودکان و نوجوانان که می‌تواند باعث سندرم ری (التهاب در کبد و مغز) است.

- **ناپروکسن:** این دارو به نوعی یکی از قوی‌ترین‌های مسکن درد در بین داروهای ضد التهابی محسوب می‌شود که راه‌کار موثری در درمان دردهای آرتريت، آفتاب سوختگی و گرفتگی عضلات است. باید توجه داشت این قرص مسکن برای افراد بالای 65 سال توصیه نمی‌شود، چرا که می‌تواند سبب زخم و خونریزی داشته باشند.

- **ایبوپروفن:** یک مسکن درد مناسب برای کاهش التهاب، تب و درد است. راه درمان بسیار مناسب برای دردهای قاعدگی و دردهای عضلانی محسوب می‌شود که البته می‌تواند عوارض کلیوی در بر داشته باشد، بنابراین مصرف این دارو به صورت بلند مدت توصیه نمی‌شود. ایبوپروفن می‌تواند در شکل قرص و کپسول مصرف شود. از دیگر عوارض این دارو می‌توان به عوارض گوارشی، عوارض قلبی عروقی، عوارض حساسیتی و عصبی اشاره کرد.

- **دیکلوفناک:** این مسکن درد مناسب دردهای آتروز، دردهای آریت و مشکلات مفصلی است. این دارو یکی از کم عارضه‌ترین مسکن‌های درد محسوب می‌شود و به صورت تسکین‌دهنده موضعی نیز استفاده می‌شود. این محصول به صورت شیاف، ژل موضعی، کپسول، محلول خوراکی و قطره‌های چشمی نیز تولید می‌شود. این مسکن درد در داروخانه‌ها با نام تجاری دیکلوفناک کیش‌مدیفارم عرضه می‌شود.
- **کتوپروفن:** کپسول کتوپروفن یکی از انواع بهترین مسکن درد است که ک درمان موقت محسوب می‌شود و برای درمان دردهای آرتریت روماتوئید، کاهش درد و التهاب، دردهای قاعدگی و آرتروز به شکل آهسته و فوری رهش تولید شده است. این دارو باعث کاهش سطح پروستاگلندین که مسبب التهاب است می‌شود.
- **اکسی‌کودون:** یکی از قوی‌ترین نوع قرص مسکن اکسی‌کودون است که معمولاً برای تسکین دردهای پس از جراحی توصیه می‌شود. این دارو در فرمت‌های قرص، محلول و کپسول خوراکی فوری رهش در سراسر جهان تولید شده است.

مصرف اکسی کودون یک درمان موقت به حساب می‌آید و تا 3 روز یا کمتر باید مصرف شود. از شایع‌ترین عوارض آن یبوست، خارش، ضعف و حالت تهوع است.

داروهای بدون نسخه otc معمولاً برای تسکین دردهایی مثل سردرد، گرفتگی عضلات، کمر درد، دندان درد، درد آرتروز و درد قاعدگی استفاده شود. رایج‌ترین نوع مسکن درد بدون نسخه استامینوفن، آسپرین، ناپروکسن، دیکلوفناک و اکسی کودون است.

سوالاتی که باید قبل از انتخاب نوع قرص مسکن از داروساز بپرسید؟

- در چه دوز و چه ساعت‌هایی باید مصرف شود؟ تا چند وقت مصرف آن ادامه یابد؟
- حداکثر مقداری که در روز می‌توانم استفاده کنم چقدر است؟
- کدام مسکن درد الان برای درد من بهتر است؟
- نوع قرص مسکن چه عوارضی دارد؟

انتخاب شکل مسکن درد

برای انتخاب مسکن درد فرمت دارو یکی دیگر از نکاتی است که باید به آن توجه کرد. بین شکل‌های مختلف دارو تفاوت‌هایی وجود دارد که به شما کمک می‌کند کدام یک را ترجیح می‌دهید. سرعت جذب، توانایی بلع، ترجیح شخصی، سلامت عمومی، مکانیسم اثر دارو،

میزان زمان نیاز به استفاده از مسکن درد از مواردی هستند که باید به آن توجه کرد. در ادامه به نکاتی در مورد این اشکال مختلف دارویی می‌پردازیم.

کپسول: فرمولاسیون ساده کپسول‌ها به این صورت عمل می‌کند که در معده باز می‌شوند و در ابتدای روده کوچک وارد جریان خون می‌شود، ادامه فرآیند جذب و متابولیزه شدن این نوع از دارو مانند قرص است. انواع کپسول سافت ژل و کپسول‌های سخت هستند که برخی از آن‌ها از ژلاتین ساخته می‌شوند و از ژلاتین‌ها از خوک، ماهی یا گوشت گاو تهیه شده‌اند. از مزایا و معایب کپسول می‌توان این موارد را نام برد.

- از آنجایی که کپسول محکم‌تر از قرص است امکان تغییر دوز آن وجود ندارد.
- با سرعت بالاتری نسبت به قرص جذب می‌شود.
- بو و مزه کم‌تری نسبت به قرص دارند.
- معمولاً گران‌تر از قرص هستند.

قرص: یکی از معمول‌ترین شکل‌های دارو قرص است که بسیاری از انواع مسکن درد در فرمت قرص تولید می‌شوند. از مزایا و معایب قرص‌ها می‌توان موارد زیر را ذکر کرد:

- دوز بالای یک قرص، امکان جا دادن دوز بیشتری نسبت به کپسول با همان مقدار را فراهم می‌کند.
- قرص‌ها قابل تقسیم هستند و امکان تنظیم میزان دوز را فراهم می‌کنند.
- برخی از قرص‌ها مزه‌ی جالبی ندارد و به همین دلیل ترجیح بسیاری از افراد نیستند.
- عوارض بیشتری برای معده دارند.

- **شیاف:** این نوع از اشکال دارویی که می‌توانند مسکن درد هم باشند به رکتوم وارد و در دمای داخلی بدن ذوب می‌شوند. این نوع می‌تواند بهترین مسکن درد برای افرادی که قادر به بلع نیستند یا مزه قرص برای آن‌ها ناخوشایند است، باشد.
- استامینوفن و دیکلوفناک که تسکین‌دهنده خوبی برای کاهش تب و درد هستند، انتخاب بسیاری از افراد به شمار می‌رود. این نوع شکل با توجه به اینکه در بدن باز شده و سریعاً جذب خون می‌شوند با

سرعت بیشتری نسبت به فرم‌های دیگر دارو عمل می‌کند. دیگر مزیت و عیب‌های شیاف را در زیر اعلام کردیم:

- جذب سریع
- استفاده آسان
- عوارض گوارشی ندارد.
- مناسب کودکان و بزرگسالانی که قادر به بلع نیستند.
- ممکن است باعث خارش، تحریک یا التهاب شوند.
- از مهم‌ترین معایب شیاف‌ها می‌توان به این مساله اشاره کرد که محدوده میزان جذب خونی تکرار پذیر ندارد. به بیان ساده‌تر، اگر دارویی که هر 8 ساعت یک بار شیاف می‌شود ممکن است در یک نوبت تمام میزان دارو از عروق رکتال جذب خون شده و در نوبت دیگر امکان دارد بخش کمی از ماده دارویی وارد خون شود.
- لزوماً استفاده از یک نوع شکل دارو نمی‌تواند برای شما مناسب باشد، شناخت انواع اشکال دارویی، مزیت و معایب آن‌ها باعث می‌شود از آن نوع مسکن درد به بهترین شکل ممکن

بهره جوید. قرص، کپسول و شیاف هرکدام دارای معایب و مزایای خاصی نسبت به یکدیگر هستند.

پنج مسکن درد که اعتیاد آور نیستند

با توجه به اینکه برخی از داروها دارای خاصیت وابستگی و اعتیاد آور هستند ترجیح این است که درمان‌ها به صورت موقت باشد یا از داروهایی استفاده شود که وابستگی ایجاد نکنند. در بین انواع مسکن درد مواردی هستند که ایجاد وابستگی نمی‌کنند و اعتیاد آور نیستند به عنوان مثال می‌توان به موارد زیر اشاره کرد.

- استامینوفن
- داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی
- کورتیکو استروئیدها
- بی‌جس کننده‌های موضعی

4 مسکن درد طبیعی

تنها دارو درمانی نیست که می‌تواند مسکن درد باشد، برخی از مواردی که در دل طبیعت هستند هم خاصیت درمانی دارند و ممکن

است درد شما را تسکین دهد. علاوه بر اینکه هزینه بر نیستند، تداخل دارویی ایجاد نمی‌کنند و معمولاً عارضه خاصی هم ندارند.

1. کندربه عنوان مسکن درد برای دردهای آرتروز، علائم آسم، کولیت و کاهش التهاب استفاده می‌شود. اگر کندر به صورت موضعی استفاده شود ممکن است تحریک پوستی ایجاد کند.

2. زردچوبه با خاصیت آنتی‌اکسیدانی که دارد می‌تواند از انواع مسکن درد برای کاهش سوهاضمه، ناراحتی معده، پسوروزیاس و زخم‌ها محسوب شود. زردچوبه می‌تواند باعث حالت تهوع، مدفوع زرد، سر درد، اسهال و بثورات شود.

3. میخک، علاوه بر اینکه به صورت طبیعی استفاده می‌شود، در برخی از انواع مسکن درد otc نیز استفاده به کار برده شده است. از روغن میخک به صورت موضعی برای کاهش درد استفاده می‌کنند. همچنین میخک در شکل‌های کپسول و قرص یافت در سراسر جهان تولید شده است. می‌تواند این موارد را تسکین دهد: سرماخوردگی، عفونت‌های قارچی، سوهاضمه، سر درد، آرتريت، اسهال و دندان درد. در صورت مصرف

میخک به عنوان مکمل ممکن است عوارضی از جمله مشکلات کبدی، آلرژی و حساسیت پوستی ایجاد شود.

4. پد گرم و سرد یکی از رایج‌ترین و در دسترس‌ترین انواع مسکن درد است، اما به نظر می‌رسد برخی نمی‌دانند چه زمانی باید کیسه یخ و چه زمانی کیسه گرم استفاده کنند. کیسه یخ برای تسکین التهاب، تورم، کمر درد، خونریزی، سر درد، کشیدگی عضله، کشیدگی تاندون و رباط به کار می‌رود. کیسه آب گرم برای درمان سفت شدن مفاصل، گرفتگی عضله و آرتروز استفاده می‌شود. استفاده از حرارت یا گرمای موضعی از طریق چسب یا پچ شکمی به اندازه 40 میلی گرم ایبوپروفن سه بار در روز موثر است.

در هنگام استفاده از کیسه یخ یا آب گرم مراقب باشید دچار یخ زدگی، سوختگی و تاول نشوید و از استفاده به صورت طولانی مدت جدا خودداری کنید.

در برخی از موارد حتی استفاده از راه‌حل‌های خانگی یا استفاده از گیاهان طبیعی مانند کندر، میخک، زردچوبه و استفاده از کیسه آب گرم و سرد می‌تواند به نوعی بهترین مسکن درد محسوب شود.

نتیجه‌گیری

از آنجایی که انتخاب نوع مسکن درد می‌تواند وابسته به موارد متفاوتی از جمله سن، شدت درد، سلامت روحی و جسمی، داروهایی که در حال مصرف هستیم و ... باشد، انتخاب بهترین مسکن درد با توجه به این شرایط انتخاب می‌شود. همچنین برخی امکان استفاده از انواع اشکال دارو را ندارند که می‌توانند از شکل دیگری استفاده کنند. به جز دارو درمانی گاهی اوقات درمان‌های طبیعی هم می‌توانند پاسخگوی نیاز انسان باشند. به یاد داشته باشید حتی بهترین مسکن درد در صورتی که بدون توصیه پزشک باشد یا در طولانی مدت استفاده شود می‌تواند عوارض جبران ناپذیری از جمله مشکلات کلیوی، گوارشی و قلبی به جا بگذارد.