

Μη Στεροειδή Αντιφλεγμονώδη Φάρμακα (NSAID)

Non-Steroidal Anti-Inflammatory Drugs (NSAIDs) (Greek)

(Παραδείγματα εμπορικών ονομάτων: Brufen, Celebrex, Mobic, Naprosyn, Nurofen, Orudis, Voltaren)

Τι είναι τα NSAID;

Τα μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα (non-steroidal anti-inflammatory drugs), ή NSAID, είναι κοινά φάρμακα που χρησιμοποιούνται για την αντιμετώπιση των συμπτωμάτων της αρθρίτιδας. Μειώνουν τον πόνο και τη δυσκαμψία που οφείλονται σε φλεγμονή των αρθρώσεων, χωρίς τη χρήση στεροειδών. (Μπορείτε να μάθετε σχετικά με τα στεροειδή από το ξεχωριστό πληροφοριακό φυλλάδιο σχετικά με τα κορτικοστεροειδή).

Υπάρχουν πολλά διαφορετικά μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα. Μερικά από αυτά μπορείτε να τα αγοράσετε χωρίς συνταγή γιατρού π.χ. ιβουπροφαίνη (Nurofen). Άλλα όπως η κετοπροφαίνη (Orudis) διατίθενται μόνο με ιατρική συνταγή. Δίπλα στο όνομα της μάρκας ενός μη στεροειδούς αντιφλεγμονώδους φαρμάκου στο κουτί ή στο μπουκάλι θα υπάρχει η ονομασία του γενόσημου φαρμάκου.

Τι όφελος μπορείτε να αναμένετε από τη θεραπευτική σας αγωγή;

Τα μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα παρέχουν ανακούφιση από τον πόνο και τη δυσκαμψία. Ενεργούν γρήγορα, συνήθως μέσα σε λίγες ώρες. Για το μέγιστο όφελος μπορεί να χρειαστούν 1-3 εβδομάδες ή και περισσότερο μερικές φορές. Μπορεί να χρειαστεί να δοκιμάσετε δύο ή τρία διαφορετικά μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα για να βρείτε αυτό που σας ταιριάζει καλύτερα. Πρέπει να παίρνετε μόνο ένα είδος μη στεροειδούς αντιφλεγμονώδους φαρμάκου κάθε φορά.

Πώς λαμβάνονται τα NSAID;

Τα μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα λαμβάνονται συνήθως από το στόμα υπό μορφή χαπιού ή κάψουλας. Είναι επίσης διαθέσιμα σε υγρή μορφή, ενέσεις, αλοιφές, σπρέι και υπόθετα.

Παρενέργειες μπορεί να εμφανιστούν με οποιαδήποτε μέθοδο χορήγησης, ακόμη και όταν τα μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα επαλείφονται στο δέρμα.

Πότε θα πρέπει να λαμβάνονται;

Μπορείτε να παίρνετε μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα όταν τα χρειάζεστε για την αντιμετώπιση βραχυπρόθεσμων συμπτωμάτων. Μπορείτε επίσης να τα παίρνετε τακτικά για τη διαχείριση επίμονου πόνου και δυσκαμψίας.

Ρωτήστε το γιατρό ή το φαρμακοποιό σας αν δεν είστε βέβαιοι ως προς το πόσο συχνά πρέπει να παίρνετε το φάρμακό σας.

Λαμβάνονται άλλα φάρμακα με τα NSAID;

Για την ελαχιστοποίηση των παρενεργειών, μπορεί μερικές φορές να δοθεί φάρμακο για την προστασία του στομάχου.

Τα μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα μπορεί να χρησιμοποιούνται με άλλα φάρμακα για την αρθρίτιδα, στα οποία συμπεριλαμβάνονται:

- DMARD (φάρμακα για την καταπολέμηση της ρευματοειδούς αρθρίτιδας), όπως η μεθοτρεξάτη (methotrexate), ή/και
- απλά παυσίπονα όπως η παρακεταμόλη.

Σημειώστε: ότι τα κορτικοστεροειδή δεν χρησιμοποιούνται γενικά με τα μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα, λόγω αυξημένου κινδύνου παρενεργειών όπως το έλκος.

Για πόσο καιρό συνεχίζεται η θεραπευτική αγωγή;

Η διάρκεια της θεραπευτικής αγωγής με μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα μπορεί να είναι σύντομη ή μακροπρόθεσμη. Δεν θα πρέπει να συνεχίζονται επί άοριστον χωρίς τακτική αναθεώρηση από το γιατρό σας ο οποίος θα επιβεβαιώνει αν εξακολουθούν να είναι αποτελεσματικά και δεν προκαλούν σοβαρές παρενέργειες.

Υπάρχουν παρενέργειες;

Μια μείωση δόσης ή αλλαγή σε άλλο μη στεροειδές αντιφλεγμονώδες φάρμακο μπορεί να ελαττώσει τις παρενέργειες, ώστε να μπορείτε να συνεχίσετε να παίρνετε το φάρμακο.

Ενημερώστε το γιατρό σας αν εμφανιστούν οποιεσδήποτε πιθανές παρενέργειες.

Οι συχνότερες παρενέργειες:

- **Γαστρεντερικές:** - μπορεί να περιλαμβάνουν μείωση της όρεξης, ναυτία (αναούλα), εμετό, διάρροια, δυσκοιλιότητα, καούρα και στομαχικό πόνο ή κράμπες.
- Τα μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα μπορεί να επιδεινώσουν την **καρδιακή ανεπάρκεια** ή τη **νεφρική ανεπάρκεια**. Η κατακράτηση υγρών μπορεί να οδηγήσει σε αύξηση βάρους ή πρήξιμο των αστραγάλων ή των ποδιών. Η νεφρική ανεπάρκεια είναι πιθανότερη αν παίρνετε επίσης διουρητικά και ορισμένα χάπια για την αρτηριακή πίεση.
- **Αρτηριακή πίεση:** Μπορεί να εμφανιστεί αύξηση της πίεσης του αίματος.
- **Καρδιοπάθεια και εγκεφαλικό επεισόδιο (συμφόρηση):** Τα μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα που συμπεριλαμβάνουν αναστολείς cox -2 ή κοξίμπες (coxibs) μπορεί να αυξήσουν τον κίνδυνο θρόμβωσης (σχηματισμού θρόμβων). Οι καρδιακές προσβολές και τα εγκεφαλικά επεισόδια μπορεί να εμφανίζονται ελαφρώς πιο συχνά σε ασθενείς υψηλού κινδύνου.
- **Ζάλη, αδιαθεσία, κόπωση, βούισμα στα αυτιά (εμβοή) και πονοκέφαλος:** Μπορεί να συμβούν.
- **Αιμορραγία:** Ευκολότερα από το συνηθισμένο, παρατηρείται συχνά.

Παρενέργειες που είναι λιγότερο συχνές, ή σπάνιες, αλλά ενδεχομένως σοβαρές:

- **Έλκη στομάχου ή δωδεκαδακτύλου:** Τα μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα μπορεί να προκαλέσουν έλκος στο στομάχι ή στο δωδεκαδάκτυλο (πάνω μέρος του εντέρου).

Ο κίνδυνος ελκών είναι υψηλότερος αν:

- είστε ηλικίας άνω των 65 ετών
- είχατε προηγουμένως έλκος στομάχου ή δωδεκαδακτύλου
- παίρνετε επίσης βαρφαρίνη (warfarin), χάπια κορτικοστεροειδών ή χαμηλή δόση ασπιρίνης (που χρησιμοποιείται από πολλούς ανθρώπους για να βοηθήσει στην πρόληψη καρδιακής προσβολής ή εγκεφαλικού επεισοδίου).

Ο γιατρός σας μπορεί να σας συμβουλευτεί να παίρνετε φάρμακο κατά του έλκους για να βοηθήσει στη μείωση του κινδύνου προσβολής από έλκος στομάχου ή δωδεκαδακτύλου.

Ένας νεότερος τύπος μη στεροειδούς αντιφλεγμονώδους φαρμάκου, οι αναστολείς COX-2, π.χ. σελεκοξίμπη (εμπορική ονομασία Celecoxib), μπορεί να είναι λιγότερο πιθανό να προκαλέσει έλκη στομάχου και ερεθισμό από τα παραδοσιακά μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα.

- **Αλλεργία:** Μπορεί να εμφανιστεί και να καταλήξει σε δερματικά εξανθήματα.
- **Δύσπνοια:** Μπορεί να εμφανιστεί σε ορισμένα άτομα με άσθμα. Ζητήστε ιατρική βοήθεια αν το άσθμα σας επιδεινωθεί ξαφνικά αφού πάρετε μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα.

Υπάρχουν και ορισμένες άλλες ασυνήθιστες παρενέργειες. Διαβάστε το φυλλάδιο που συνοδεύει το φάρμακο, το οποίο αναφέρει όλες τις προφυλάξεις και τις πιθανές παρενέργειες.

Ποιες προφυλάξεις είναι απαραίτητες;

Αρτηριακή πίεση:

- Λόγω του ότι τα μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα μπορεί να επηρεάζουν την αρτηριακή σας πίεση, είναι καλή ιδέα να την παρακολουθείτε.

Εξετάσεις αίματος:

- Συνήθως δεν απαιτούνται εξετάσεις αίματος για άτομα που λαμβάνουν μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα, αλλά μπορεί να χρειάζονται σε ορισμένες περιπτώσεις. Για παράδειγμα, μπορεί να χρειαστεί να παρακολουθείται η λειτουργία των νεφρών σας αν έχετε άλλους παράγοντες κινδύνου για μειωμένη νεφρική λειτουργία, όπως αν είστε άνω των 65 ετών και παίρνετε φάρμακα για την πίεση του αίματος ή διουρητικά.

Άλλα φάρμακα:

- Τα μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα μπορεί να αλληλεπιδρούν με άλλα φάρμακα. Θα πρέπει να ενημερώνετε το γιατρό σας σχετικά με όλα τα φάρμακα που παίρνετε, συμπεριλαμβανομένων των φαρμάκων από βότανα και των φαρμάκων φυσιοπαθητικής. Σ' αυτά περιλαμβάνονται φάρμακα χωρίς συνταγή γιατρού, επειδή ορισμένα περιέχουν μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα. Θα πρέπει επίσης να αναφέρετε τη θεραπευτική σας αγωγή όταν βλέπετε άλλους επαγγελματίες υγείας.
- Παρά την πιθανή αύξηση του κινδύνου έλκους, οι χαμηλές δόσεις ασπιρίνης που χρησιμοποιούνται για την πρόληψη της καρδιακής προσβολής και του εγκεφαλικού επεισοδίου μπορεί πιθανώς να χρησιμοποιούνται ακίνδυνα με τα μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα, αν ο κίνδυνος έλκους είναι εξ αρχής χαμηλός.
- Η μεθοτρεξάτη για τη ρευματοειδή αρθρίτιδα ή άλλη θεραπεία αρθρίτιδας μπορεί να λαμβάνεται με ασφάλεια με τα μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα, εφόσον η νεφρική σας λειτουργία είναι φυσιολογική.
- Μπορείτε να χρησιμοποιείτε παρακεταμόλη και συνδυασμούς φαρμάκων όπως τα Panadeine και Panadeine Forte ενώ παίρνετε μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα, εφόσον τα παίρνετε σύμφωνα με τις οδηγίες.
- Αν παίρνετε αντιθρομβωτικά όπως η βαρφαρίνη, θα πρέπει να ενημερώσετε το γιατρό σας, επειδή ο συνδυασμός με μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο αιμορραγίας.

Αλκοόλ:

- Τα μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα μπορεί να αυξήσουν τον κίνδυνο έλκους. Η μεγάλη χρήση αλκοόλ (περισσότερα από τέσσερα τυποποιημένα ποτά κάθε φορά) θα πρέπει να αποφεύγεται ενόσω παίρνετε αυτά τα φάρμακα.

Εγκυμοσύνη και Θηλασμός:

- Τα μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα δεν συνιστώνται κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης ή του θηλασμού, εκτός αν σας τα υπέδειξε ο γιατρός σας. Αν σχεδιάζετε να κάνετε οικογένεια ή μείνετε έγκυος θα πρέπει να το συζητήσετε αυτό με το γιατρό σας το συντομότερο δυνατόν.
- Ορισμένες πρόσφατες μελέτες υποδεικνύουν ότι αν έχουν ληφθεί μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα γύρω από το χρόνο της σύλληψης, ενδέχεται να υπάρχει αυξημένος κίνδυνος αποβολής.
- Αν ληφθούν μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα σε μεταγενέστερα στάδια της εγκυμοσύνης μπορεί να έχουν επιπτώσεις στα αιμοφόρα αγγεία κοντά στην καρδιά του μωρού. Η παρακεταμόλη δεν έχει αυτές τις επιπτώσεις.

© Πνευματικά δικαιώματα Arthritis Australia 2007. Αναθεωρήθηκε τον Φεβρουάριο 2010. Πηγή: Ο πλήρης κατάλογος της βιβλιογραφίας που χρησιμοποιήθηκε για την κατάρτιση αυτού του φυλλαδίου διατίθεται από το τοπικό σας Γραφείο Αρθρίτιδας. Οι οργανισμοί: The Australian General Practice Network, Australian Physiotherapy Association, Australian Practice Nurses Association, Pharmaceutical Society of Australia και Royal Australian College of General Practitioners συνέβαλαν στην κατάρτιση του παρόντος πληροφοριακού φυλλαδίου. Η Αυστραλιανή Κυβέρνηση παρέιχε χρηματοδότηση για την υποστήριξη αυτού του έργου.

Οι πληροφορίες σ' αυτό το φυλλάδιο έχουν ληφθεί από διάφορες πηγές και έχουν εξεταστεί από τον Αυστραλιανό Σύνδεσμο Ρευματολογίας (Australian Rheumatology Association). Προορίζονται ως εκπαιδευτικό βοήθημα και δεν καλύπτουν όλες τις πιθανές χρήσεις, ενέργειες, προφυλάξεις, παρενέργειες, ή αλληλεπιδράσεις των αναφερόμενων φαρμάκων. Οι πληροφορίες αυτές δεν προορίζονται ως ιατρικές συμβουλές για επιμέρους προβλήματα ούτε για να γίνει ατομική αξιολόγηση των κινδύνων και οφελών της λήψης ενός συγκεκριμένου φαρμάκου. Μπορούν να αναπαράγονται στο σύνολό τους, αλλά δεν μπορούν να μεταβάλλονται χωρίς άδεια από τον ARA.

Η έκδοση NHMRC: How to present the evidence for consumers: preparation of consumer publications (2000) χρησιμοποιήθηκε ως οδηγός κατά την εκπόνηση αυτής της έκδοσης.

Το τοπικό σας Γραφείο Αρθρίτιδας διαθέτει πληροφορίες, εκπαίδευση και υποστήριξη για ανθρώπους που έχουν αρθρίτιδα
Freecall (Δωρεάν κλήση) 1800 011 041 www.arthritisaustralia.com.au

Αποποίηση ευθύνης: Αυτό το φυλλάδιο εκδόθηκε από το Σύνδεσμο Αρθρίτιδας Αυστραλίας για πληροφοριακούς σκοπούς μόνο και δεν θα πρέπει να χρησιμοποιείται αντί ιατρικών συμβουλών.