

داروهای ضد اضطراب



گردآورنده: دکتر فاطمه بهشت آیین

سوپروایزر آموزش کارکنان

تحت نظارت: دکتر هانیه بنی اسدی پور

استادیار گروه روان پزشکی

معاونت آموزشی بیمارستان بوستان

مهر ۱۴۰۴

اضطراب واکنش طبیعی بدن در برابر استرس است و در صورتی که طولانی یا شدید شود به اختلال اضطرابی تبدیل می شود. علائم شایع اختلالات اضطرابی شامل نگرانی زیاد، تپش قلب، لرزش، تعریق، بی خوابی، مشکلات تمرکز است.

داروهای رایج ضد اضطراب

بیشترین داروی مصرفی بنزودیازپین ها هستند که شامل آلپرازولام، کلردیازپوکساید، کلونازپام، دیازپام، فلورازپام، اکسازپام می باشد. داروی دیگر که در اضطراب استفاده می شود، بوسپیرون است.

مکانیسم اثر

این داروها با تعدیل فعالیت مواد شیمیایی مغز باعث کاهش علائم جسمی و روانی اضطراب می شوند.

موارد مصرف

- اختلالات اضطرابی (عمومی، اجتماعی، پانیک)

- بی خوابی و بی قراری
- شل کردن عضلات (برخی داروها)
- درمان موقت بی قراری و تنش شدید

عوارض جانبی مهم داروها

خواب آلودگی، گیجی، وابستگی، ضعف عضلانی، اختلال حافظه

***توجه:** در صورتی که بیمار به اختلالات اضطرابی عمومی مبتلاست در ابتدا از بنزودیازپین ها برای کاهش سریع علائم استفاده می شود و در صورتی که علائم افسردگی نیز دارد از داروهای ضدافسردگی نیز استفاده می شود.



نکات مهم

- این داروها به دلیل احتمال ایجاد وابستگی بهتر است در کوتاه مدت مصرف شود. بنابراین از مصرف خودسرانه دارو و بدون نظر پزشک خودداری شود.
- بوسپیرون برخلاف بنزودیازپین‌ها وابستگی ایجاد نمی‌کند، اما اثرش دیرتر ظاهر می‌شود.
- از آن جایی که برخی از این داروها خواب آور هستند، در حین مصرف از رانندگی یا کار با دستگاه‌های خطرناک اجتناب کنید.
- مصرف همزمان این داروها با الکل بسیار خطرناک است، زیرا مصرف همزمان می‌تواند باعث کاهش هوشیاری و مشکلات تنفسی برای بیمار شود. هم چنین مصرف این داروها با سایر داروهای اعصاب و روان ممکن است تداخل داشته باشد. بنابراین تجویز این داروها حتما تحت نظر پزشک متخصص باشد.

- مصرف این داروها باید به صورت تدریجی قطع شود و از قطع ناگهانی داروها باید پرهیز کرد.
- علائم قطع ناگهانی داروها شامل اضطراب، تحریک پذیری، احساس خستگی، سردرد، بی خوابی، وزوز گوش، سرگیجه، افسردگی، دلیریوم و تشنج می باشد.
- برای کاهش مشکلات گوارشی، دارو را پس از غذا یا همراه شیر میل کنید.
- در صورتی که یک دوز از دارو را فراموش کردید، از دو برابر کردن آن در نوبت بعدی خودداری کنید.
- به بیمار آموزش دهید در کنار این داروها، ورزش منظم، خواب کافی و تکنیک های آرام سازی به کاهش علائم اضطراب کمک می کند.
- این داروها در سالمندان باید با احتیاط مصرف شوند.

رفرنس:

- World Health Organization, Pharmacological treatment of mental disorders in primary health care. 2019
- کتاب بهداشت روان ۲، کوشان محسن، واقعی سعید. ۱۳۹۵
- بانک اطلاعات داروهای ژنریک. قمری کامران. ۱۳۹۶