

آشنایی با عوارض داروهای کورتونی خوراکی

■ عوارض داروهای کورتونی به میزان و مدت مصرف آنها بستگی دارد. هرچه مقدار و مدت درمان بیشتر باشد عوارض آن بیشتر خواهد بود. داروهای کورتونی تعداد زیادی از داروها را شامل می شود و پردنیزولون، بتامتازون، دگزامتازون، متیل پردنیزولون، تریامسینولون، هیدروکورتیزون و کلوبتازول همه از انواع کورتون ها هستند.

■ موارد بی شماری از کاربرد این داروها در درمان درازمدت بیماری ها وجود دارد که قابل جایگزینی با هیچ داروی دیگری نیستند و به دلیل خاصیت تضعیف ایمنی کورتون ها استفاده وسیع از این داروها برای درمان بیماری های خود ایمنی صورت می گیرد.

■ درمان طولانی مدت با کورتون اگرچه باعث رهایی بیمار از درد و رنج بیماری می شود، اما منجر به وابستگی و ایجاد عوارض متعدد می شود.

آشنایی با عوارض داروهای کورتونی خوراکی

1- پوکی استخوان: کورتون مانع فعالیت سلولهای می شود که در استخوان سازی و رسوب کلسیم در استخوانها نقش دارند. از سوی دیگر از جذب

کلسیم در روده جلوگیری می کند. در نتیجه کلسیم از استخوانها برداشته میشود و به درون خون راه می یابد. این دو فرایند موجب پوکی استخوان میشود. برای پیشگیری از بروز عوارض، مصرف لبنیات در رژیم غذایی وجود داشته باشد و در صورت نیاز از مکمل های کلسیم هم استفاده شود.

۲- چاقی: افزایش بی رویه اشتها از دیگر عارضه های جانبی کورتون است توصیه میشود که غذاهای کم کالری مصرف کنند.

۳- تورم: کورتونها اغلب موجب دفع پتاسیم و جذب سدیم میشود. مصرف نمک سدیم در این بیماران میتواند موجب تورم شدید شود. رژیم غذایی چنین فردی باید در حد امکان بدون نمک طعام باشد.

۴- مشکلات چشمی: مصرف طولانی کورتون شانس ابتلا به آب مروارید و گلوکوم (آب سیاه) را نیز زیاد می کند.

۵- اختلال حافظه: مطالعات جدید نشان داده است با مصرف کورتون فعالیتهای مربوط به حافظه دراز مدت مانند استعداد یادگیری، یادآوری سریع و یادآوری با تاخیر کاهش می یابد. بیشتر این فعالیتهای در طول ده روز بعد از قطع دارو به حالت

اول برمیگردد. اگر چه زمان بیشتری بطول می انجامد تا یادآوری سریع به حالت عادی برگردد.

۶- قرمزی پوست: استفاده از پمادهای حاوی کورتون شاید به سرعت التهابات پوستی را درمان کند. اما استفاده طولانی از آن موجب قرمزی پوست میشود. استفاده طولانی مدت از کورتون باعث نازک شدن پوست و گشاد شدن رگهای زیر پوست می شود که پیامد آن قرمزی پوست است.

۷- افزایش میزان چربی و قند خون

۸- تحلیل رفتن عضلات: به دلیل تخریب پروتئین های بدن، پروتئین غذایی فرد باید حتی الامکان بالا باشد.

۹- افزایش فشار خون

برای کاهش عوارض ناخواسته داروهای کورتونی لازم است موارد زیر را رعایت نمایید:

1- به هیچ وجه کورتون نباید به طور ناگهانی قطع شود و کاهش میزان آن و قطع آن باید تحت نظر پزشک انجام شود.

2- به هنگام روبروشدن با استرس های شدید و پیش از جراحی های کوچک یا بزرگ، موضوع را به آگاهی پزشک خود برسانید تا به طور موقت میزان کاربرد دارو را افزایش دهد.

برای پیشگیری از پوکی استخوان به ویژه در روزهای نخست کاربرد آن موارد زیر پیشنهاد می شود:



آشنایی با عوارض دارویی مصرف کورتون

تایید کننده علمی:

دکتر محمدرضا رنجکش

متخصص پوست

واحد آموزش سلامت

تاریخ تدوین بهمن 1398

تاریخ بازنگری مهر 1401

- ✓ واکسن آنفلوآنزا سالانه زده شود. با دستور و صلاحدید پزشک معالج
- ✓ از تماس با افراد دارای عفونتهای ویروسی و حضور در محلهای شلوغ به ویژه در فصل زمستان جلوگیری شود.
- ✓ در صورت بروز هر گونه تب، هر چه زودتر به پزشک خود مراجعه داشته باشید.
- 7- کاربرد کورتون میتواند سبب ایجاد آتروفی (ضعف) در ماهیچه های بدن شود برای کاهش آتروفی عضلات پیشنهاد میشود:
- ✓ انجام ورزش های کششی برای پیشگیری از آتروفی عضله
- ✓ غذاهای پر پروتئین مصرف شود.

عوارض کورتونهای موضعی:

- 1- در استفاده با مقادیر بالا می تواند عوارضی همچون کورتون خوراکی همراه داشته باشد.
- 2- نازک شدن و آتروفی پوست
- 3- خطوط سفید استروماید پوست
- 4- عفونت و التهاب ریشه مو
- 5- گشاد شدن عروقی زیر صورت

برای کاهش عوارض کورتون موضعی

- 1- از مصرف خودسرانه کورتونها در قسمتهای مختلف پوست بدن اجتناب شود.
- 2- از مصرف طولانی مدت کورتونها بدون مراجعه به پزشک
- 3-
- 4- اجتناب شود.

- ✓ مصرف کلسیم به میزان ۱۰۰۰ تا ۱۵۰۰ میلی گرم روزانه (یک لیوان شیر معادل ۳۰۰ میلی گرم کلسیم دارد) بیماران لوپوس با درگیری کلیه و ازدیاد فشارخون در مورد مصرف لبنیات با پزشک معالج خود مشورت نمایند
- ✓ مصرف ویتامین D تحت نظر پزشک معالج
- ✓ انجام ورزش منظم به ویژه پیاده روی
- ✓ داشتن رژیم غذایی کم نمک
- ✓ استفاده از داروهای ضد پوکی استخوان به صورت پیشگیرانه با تجویز و تحت نظر پزشک معالج
- 3- مصرف کورتون می تواند افزایش چربی های خون را در پی داشته باشد، بنابراین برای کاهش این پیامد ناخواسته پیشنهاد می شود:
- ✓ داشتن رژیم غذایی کم چرب
- ✓ اندازه گیری و کنترل کردن چربی خون در ابتدای مصرف کورتون و سپس هر یک سال
- 4- مصرف کورتون میتواند باعث افزایش قند خون شود بنابراین برای کاهش این عارضه موارد زیر توصیه میشود
- ✓ رعایت رژیم غذایی مناسب
- ✓ اندازه گیری قند خون هر چند وقت یکبار در طی مصرف کورتون با دستور و صلاحدید پزشک معالج
- 5- مصرف کورتون میتواند فشارخون را بالا ببرد، بنابراین برای کاهش این پیامد پیشنهاد میشود:
- ✓ رژیم غذایی کم نمک داشته باشید
- ✓ اندازه گیری کردن فشار خون
- ✓ کاربرد کورتون به ویژه در اندازه های زیاد میتواند سبب افزایش خطر عفونت شود بنابراین برای کاهش این پیامد موارد زیر پیشنهاد میشود