ARTHRITIS
INFORMATION SHEET

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 NSAIDs;

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 NSAIDs. 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 NSAIDs παρέχουν ανακούφιση από τον πόνο και τη δυσκαμψία. Ενεργούν γρήγορα, συνήθως μέσα σε λίγες ώρες. Για το μέγιστο όφελος μπορεί να χρειαστούν 2-4 εβδομάδες ή και περισσότερο μερικές φορές. Μπορεί να χρειαστεί να δοκιμάσετε δύο ή τρία διαφορετικά NSAIDs για να βρείτε αυτό που σας ταιριάζει καλύτερα. **Πρέπει** να παίρνετε μόνο ένα είδος μη στεροειδούς αντιφλεγμονώδους φαρμάκου κάθε φορά.

Πώς λαμβάνονται τα NSAIDs;

Τα NSAIDs 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 NSAIDs επαλείφονται στο δέρμα.

Πότε θα πρέπει να λαμβάνονται;

Μπορείτε να παίρνετε NSAIDs 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 NSAIDs;

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

Τα NSAIDs μπορεί να χρησιμοποιούνται με άλλα φάρμακα για την αρθρίτιδα, στα οποία συμπεριλαμβάνονται:

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

Σημείωση: τα κορτικοστεροειδή δεν χρησιμοποιούνται γενικά με τα NSAIDs, λόγω αυξημένου κινδύνου παρενεργειών όπως το έλκος.

Για πόσο καιρό συνεχίζεται η θεραπευτική αγωγή;

Η διάρκεια της θεραπευτικής αγωγής με NSAIDs μπορεί να είναι σύντομη ή μακροπρόθεσμη. Δεν θα πρέπει να συνεχίζονται επ' αόριστον 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 πιθανές παρενέργειες:

- **Γαστρεντερικές:** - μπορεί να περιλαμβάνουν μείωση της όρεξης, ναυτία (αναγούλα), εμετό, διάρροια, δυσκοιλιότητα, καούρα και στομαχικό πόνο ή κράμπες.
- **Τα NSAIDs** 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 NSAIDs 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.

Για το τοπικό σας Γραφείο Αρθρίτιδας:
1800 011 041 www.arthritisaustralia.com.au

Arthritis AUSTRALIA

Australian Rheumatology Association

Arthritis AUSTRALIA

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

- **Έλκη στομάχου** ή **δωδεκαδακτύλου:** Τα NSAIDs 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 συμβουλεύσει 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 NSAIDs.

- **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 NSAIDs.

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 NSAIDs μπορεί να επηρεάζουν την αρτηριακή σας πίεση, είναι καλή ιδέα να την παρακολουθείτε.

Εξετάσεις αίματος:

- Συνήθως δεν απαιτούνται εξετάσεις αίματος για άτομα που λαμβάνουν NSAIDs, 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.

Χρήση μαζί με άλλα φάρμακα:

- Τα NSAIDs 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 NSAIDs. 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 NSAIDs, 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 NSAIDs, εφόσον η νεφρική σας λειτουργία είναι φυσιολογική.
- Μπορείτε να χρησιμοποιείτε παρακεταμόλη και συνδυασμούς φαρμάκων όπως τα Panadeine και Panadeine Forte ενώ παίρνετε NSAIDs, εφόσον τα παίρνετε σύμφωνα με τις οδηγίες.
- Αν παίρνετε αντιθρομβωτικά όπως η βαρφαρίνη, θα πρέπει να ενημερώσετε το γιατρό σας, επειδή ο συνδυασμός με NSAIDs μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο αιμορραγίας.

Χρήση μαζί με αλκοόλ:

- Τα NSAIDs 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.

Χρήση κατά την εγκυμοσύνη και θηλασμό:

- Τα NSAIDs 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 NSAIDs γύρω από το χρόνο της σύλληψης, ενδέχεται να υπάρχει αυξημένος κίνδυνος αποβολής.
- Αν ληφθούν NSAIDs σε μεταγενέστερα στάδια της εγκυμοσύνης μπορεί να έχουν επιπτώσεις στα αιμοφόρα αγγεία κοντά στην καρδιά του μωρού. Η παρακεταμόλη δεν έχει αυτές τις επιπτώσεις.

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΗΣΤΕ ΜΕ ΤΟ ΤΟΠΙΚΟ ΣΑΣ ΓΡΑΦΕΙΟ ΑΡΘΡΙΤΙΔΑΣ ΓΙΑ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΚΑ ΦΥΛΛΑΔΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΡΘΡΙΤΙΔΑ.

Ενημερώστε το γιατρό σας για όλα τα φάρμακα που παίρνετε ή σκοπεύετε να πάρετε. Σ' αυτά περιλαμβάνονται φάρμακα χωρίς συνταγή ή φάρμακα βοτάνων ή φυσιοπαθητικής. Θα πρέπει επίσης να αναφέρετε τη θεραπευτική αγωγή σας όταν βλέπετε άλλους επαγγελματίες υγείας.

© Πνευματικά δικαιώματα Arthritis Australia 2007. Κριτική Μάιος 2015. **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. Το Υπουργείο Υγείας της Αυστραλιανής Κυβέρνησης παρείχε χρηματοδότηση για την υποστήριξη αυτού του έργου. Οι πληροφορίες σε αυτό το φυλλάδιο έχουν ληφθεί από διάφορες πηγές και έχει αξιολογηθεί από τον Αυστραλιανό Σύνδεσμο Ρευματολογίας (Australian Rheumatology Association - ARA). Προορίζεται ως εκπαιδευτικό βοήθημα και δεν καλύπτει όλες τις πιθανές χρήσεις, ενέργειες, προφυλάξεις, παρενέργειες, ή αλληλεπιδράσεις των αναφερόμενων φαρμάκων. Οι πληροφορίες αυτές δεν προορίζονται ως ιατρικές συμβουλές για προσωπικά προβλήματα ούτε για να γίνει μια ατομική αξιολόγηση των κινδύνων και των ωφελειών από τη λήψη ενός συγκεκριμένου φαρμάκου. Μπορεί να αναπαραχθεί στο σύνολό του αλλά δεν μπορεί να τροποποιηθεί χωρίς άδεια από την ARA. Το έντυπο του NHMRC: Πώς να παρουσιάζονται αποδεικτικά στοιχεία στους καταναλωτές: σύνταξη εντύπων για καταναλωτές (2000) χρησιμοποιήθηκε ως οδηγός για την ανάπτυξη αυτού του έντυπου.

Το τοπικό σας Γραφείο Αρθρίτιδας διαθέτει πληροφορίες, εκπαίδευση και υποστήριξη για ανθρώπους που έχουν αρθρίτιδα.

Γραμμή Βοήθειας 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.