

متیل پردنیزولون از دسته داروهای ضد التهابی کورتیکواستروئیدی است که در حملات حاد بروز علائم عصبی به کار می‌رود. این داروها در بین مردم به کورتون هم معروف هستند.

پردنیزولون مانند دیگر استروئیدها مانع از ترشح موادی در بدن می‌گردد که موجب بروز التهاب می‌شوند، پس پردنیزولون یک داروی ضد التهاب است.

گاهی اوقات به جای متیل پردنیزولون از داروهای مشابه آن مثل دکزامتازون و یا دارویی بنام ACTH استفاده می‌شود. این داروها را در مقادیر زیاد از راه وریدی به مدت ۵ تا ۱۰ روز تزریق می‌کنند. گاهی اوقات بعد از اتمام این دوره ۵ تا ۱۰ روزه تا یک ماه نیز پردنیزولون خوراکی داده می‌شود که به تدریج آن هم قطع می‌شود.

کورتون‌ها همانند دیگر داروها عوارضی را به همراه دارند که در مواقع مصرف این داروها برای کاستن از عوارض دارو باید برخی نکات را مد نظر داشت. عوارض شامل:

#### ✓ پوکی استخوان

کورتون مانع فعالیت سلول‌هایی می‌شود که در استخوان‌سازی و رسوب کلسیم در استخوان‌ها نقش دارند. از سوی دیگر از جذب کلسیم در روده جلوگیری می‌کند. در نتیجه کلسیم از استخوان‌ها برداشته می‌شود و به درون خون راه می‌یابد. این دو فرایند موجب پوکی استخوان می‌شود.

لازم است برای پیشگیری از بروز عوارض، مصرف لبنیات در رژیم غذایی وجود داشته باشد و در صورت نیاز طبق نظر پزشک از مکمل‌های کلسیم هم استفاده شود.

#### ✓ چاقی و اضافه وزن

این داروها سبب تحریک اشتها می‌شوند، در نتیجه می‌توانند سبب افزایش وزن و چاقی گردند.

#### ✓ تورم

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



#### ✓ افزایش قند خون

این داروها می‌توانند سبب افزایش قندخون شوند پس باید در مصرف مواد قندی دقت بیشتری کرده و زیاد مصرف نشود.

#### ✓ کاهش پتاسیم

این داروها با دفع پتاسیم منجر به کاهش پتاسیم در بدن می‌گردد. بهتر است از میوه‌جات و سبزیجات بیشتر استفاده شود بخصوص میوه‌هایی که دارای پتاسیم بیشتری هستند مثل سیب، زردآلو، موز و گوجه فرنگی مفید هستند.

#### ✓ عوارض پوستی

این داروها به ویژه اگر مدت طولانی مصرف می‌شوند می‌توانند سبب بروز عوارض پوستی بصورت جوش و پف آلوده شدن صورت و همینطور سوءهاضمه، عصبانیت، بی‌قراری، بی‌خوابی و سردرد شوند که اکثراً نیاز به اقدامی نداشته و با قطع دارو برطرف می‌شود.

#### ✓ سرکوب کننده سیستم ایمنی

کورتون‌ها سیستم ایمنی بدن را سرکوب کرده و در نتیجه مقاومت بدن در مقابل عفونت‌ها کاهش می‌یابد. لذا اگر علائمی از بیماری عفونی مثل گلودرد، تب، سرفه، سوزش ادرار پیدا شد باید به پزشک معالج مراجعه کند. به علاوه باید از کسانی که بیماری‌های واگیر مثل آبله مرغان و سرخک و سرخچه دارند دوری کنند. افراد خانواده نباید از واکسن خوراکی فلج اطفال استفاده کنند زیرا ویروس از راه مدفوع دفع شده و می‌تواند سبب بیماری در فرد مصرف کننده کورتون گردد. اگر سابقه سل داشته است حتماً پزشک معالج را مطلع نماید.



در زمان مصرف در برخورد با دیگر بیماران و در محیط‌های شلوغ از ماسک استفاده کنید.



بیمارستان شهدا بندرلنگه

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی هرمزگان

بیمارستان شهدا بندرلنگه

## داروی متیل پردنیزولون

### و مراقبت های آن



شناسنامه پمفلت آموزشی

کد: QM.SH.PA. ۲۰۴.۰۰

عنوان	داروی متیل پردنیزولون و مراقبت های آن
تهیه کننده	فاطمه رادبه (سوپروایز آموزش سلامت)
تایید کننده	کمیته آموزش به بیمار
سال تهیه	۱۴۰۱
ناظر کیفی	دکتر محمودی (فوق تخصص غدد)

۵- جهت کاهش عارضه افزایش قندخون موارد زیر توصیه می شود:

- رعایت رژیم غذایی مناسب
- اندازه گیری قند خون هرچند وقت یکبار در طی مصرف کورتون با دستور و صلاحدید پزشک معالج

۶- مصرف کورتون می تواند فشارخون را بالا ببرد، بنابراین برای کاهش این پیامد پیشنهاد می شود:

- رژیم غذایی کم نمک داشته باشید



- فشار خون مرتب اندازه گیری شود.
- ۷- جهت مقابله با خطر افزایش خطر عفونت رعایت موارد زیر پیشنهاد میشود:
- واکسن آنفلوآنزا سالانه زده شود. با صلاحدید پزشک معالج
- از تماس با افراد دارای عفونت های ویروسی و حضور در محل های شلوغ به ویژه در فصل زمستان جلوگیری شود.
- پیشنهاد می شود در صورت بروز هر گونه تب ، هر چه زودتر به پزشک خود مراجعه داشته باشید.

منابع:

کتاب داروهای ژنریک

اینترنت

### چگونه عوارض کورتون را کم کنیم؟

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

۲- 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.

۳- جهت جلوگیری از باعث پوکی استخوان گردد، به ویژه در روزهای نخست کاربرد آن پیشنهاد میشود:

- 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 (دی) 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

۴- 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