

أدوية التنحيف

حذارِ الاستعمال العشوائي!!

باسكال معوض بومارون



باتت أدوية التنحيف موضة العصر يستخدمها الجميع، إلا أنّ هذه الأدوية تثير جدلاً كبيراً في الأوساط الطبية، كونها استُحدثت في الأساس كعلاج لمشاكل صحية حقيقية وليس لإنقاص الوزن فحسب. ويتوقع الاتحاد العالمي لمكافحة السمنة أن يصل معدّل الذين يعانون زيادة الوزن أو السمنة إلى نصف سكان العالم بحلول العام 2035. وتُعدّد آمالٌ كبيرة على الجيل الجديد من هذه الأدوية، التي تجني منها المختبرات والشركات أرباحاً طائلة...

- 2 - معوّقات امتصاص الدهون في الجسم.
 - 3 - محفّزات الحرارة التي تزيد معدل حرق الدهون في الجسم بهدف تخفيض كمية السعرات الحرارية المكتسبة.
 - 4 - تعديل الهرمونات المسؤولة عن الوزن والشهية.
- ويتم الترويج لبعض المكملات الغذائية أو مستخلصات الأعشاب على أنّها تساهم في خسارة الوزن وحرق الدهون، ولكن لا توجد أدلة علمية كافية لتأكيد ذلك، لذا يُنصح بتجنّب تناول أي أدوية تنحيف بشكل عشوائي، والحرص على التأكد من كونها مرخصة من قبل إدارة الغذاء والدواء.

المدة المسموحة لاستهلاك أدوية التنحيف

للحصول على نتائج واضحة، يحتاج مستخدمو أدوية التنحيف إلى فترة زمنية من الالتزام إلى جانب نظام غذائي صارم وممارسة الرياضة؛ وبشكل عام تختلف مدة استخدامها بالاعتماد على أنواعها. وجدير بالذكر أنّ «إدارة الغذاء والدواء الأميركية» FDA وافقت على استخدام أنواع محدودة من هذه الأدوية وقسمتها إلى نوعين بحسب هذه المدة: الأولى يمكن استخدامها لفترة طويلة طالما تتحقّق الفائدة منها، وأخرى تستخدم لفترات قصيرة قد تصل إلى 12 أسبوعاً فقط، وذلك لتجنّب اعتماد الجسم عليها.

نظراً لتأثير السمنة السلبي على صحة الجسم البدنية والنفسية، ومضاعفتها لأخطار الإصابة بالعديد من الأمراض وأهمها أمراض القلب، وارتفاع ضغط الدم، والسكري، ينبغي اللجوء أحياناً لاستخدام أحد أدوية علاج السمنة قبل تفاقم حالة المريض. ويعتمد اختيار أفضل دواء للتنحيف بشكل كبير على عدة عوامل، منها: سن المريض، المشاكل الصحية التي يعانيها، وزيادة مؤشر كتلة الجسم عن 30 ما يدل على السمنة، أو عن 27 مع وجود مشكلة صحية خطيرة متعلقة بالسمنة مثل السكري أو ارتفاع ضغط الدم. كما يوصي الطبيب بأحد أدوية التنحيف إذا لم يكن المريض قادراً على تخفيض وزنه من خلال النظام الغذائي السليم وممارسة التمارين الرياضية المناسبة.

أنواع أدوية علاج السمنة

تتوافر العديد من الحبوب والأدوية بمختلف أشكالها والمكملات ذات المكونات الطبيعية التي يُعتقد بأنها تحفّز خسارة الوزن عند استهلاكها، إلى جانب اتباع طرق أخرى مثل التزام حمية غذائية، وممارسة التمارين الرياضية؛ وتعتمد هذه الأدوية والمكملات على عدّة مبادئ وتتنوّع ما بين:

- 1 - أدوية الحدّ من الشهية التي تعمل على تقليل الشهية أو زيادة الشعور بالشبع.

Waterproofing
مواد العزل



Bituminous membranes
لفات زفت



Flexible cement-based
طلاء اسمنتي مرن



Polyurethane liquid membranes
عازل البوليوريثان



middleeast.weber



Saintgobain_lb_jo



Saint-Gobain
Weber Middle East

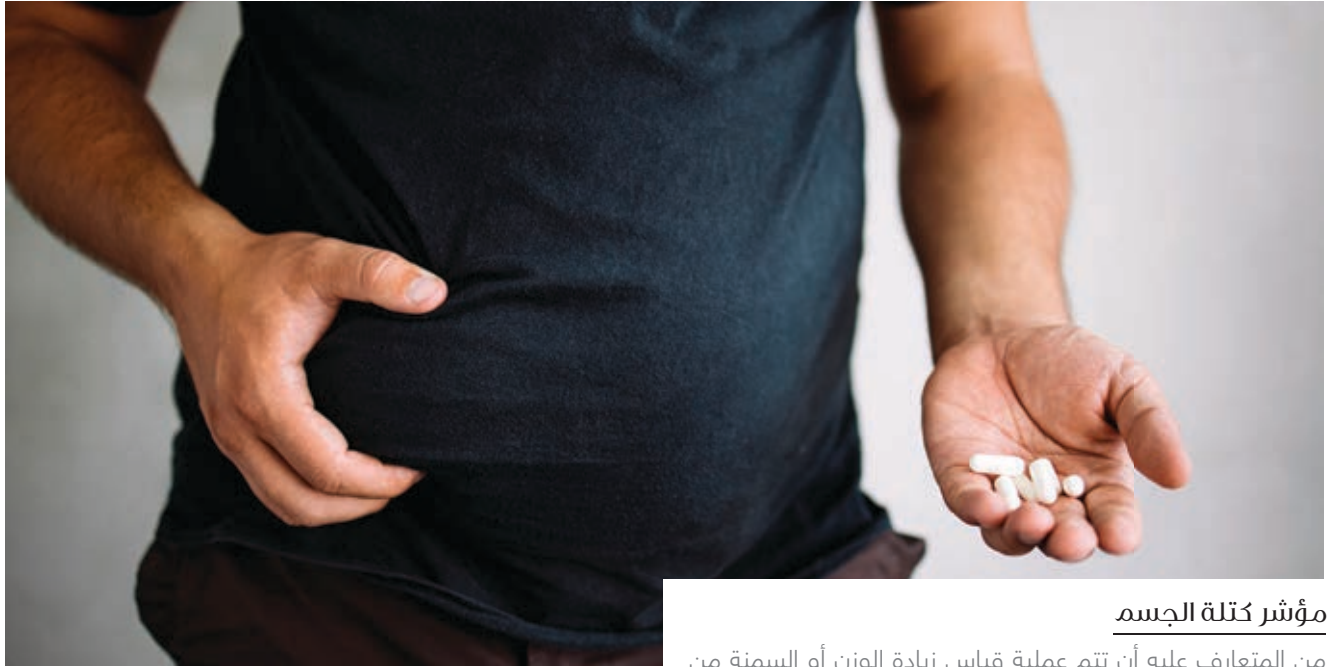


Weber
Sodamco



SODAMCO S.A.L.
M +961 70 258 393





مؤشر كتلة الجسم

من المتعارف عليه أن تتم عملية قياس زيادة الوزن أو السمنة من خلال مؤشر كتلة الجسم المعروف بالـBMI؛ وهو عبارة عن ناتج قسمة وزن الجسم بالكيلوغرام على مربع الطول بالمتر. ويعتبر الوزن زائداً عندما تكون قيمة المؤشر بين 25 و30، بينما يصبح تعريف الحالة على أنها «سمنة» عندما يتجاوز المؤشر الـ30.

المعادلة: الوزن(كلغ)/ الطول² (المتر)
نقص في الوزن: BMI أقل من 18.5
وزن سليم: بين 18.5 و24.9
وزن زائد: بين 25 و29.9
سمنة: من 30 وما فوق.



فوائد الأدوية...

إنّ خسارة الوزن خلال الستة أشهر الأولى من بدء تناول الدواء مفيدة للأشخاص غير القادرين على ممارسة الرياضة، أو الذين يعانون قلة الحركة، أو فقدوا الأمل من خسارة الوزن رغم اتباعهم كل السبل الممكنة. وهذه الأدوية عند استعمالها في الإطار الصحيح، تُسهم في خفض مستويات السكر والدهون الثلاثية، وضغط الدم، والتخفيف من المشاكل الصحية المصاحبة لزيادة الوزن والسمنة، كصعوبة التنفس أثناء النوم وآلام المفاصل... ونتائج العلاج بهذه الأدوية بطريقة صحيحة يعادل نتيجة العمليات الجراحية لعلاج البدانة.

وأضرارها...

تختلف أضرار أدوية التخفيف باختلاف مبدأ عملها، إذ تتراوح ما بين جانبية بسيطة إلى أخرى خطيرة، ولهذا من المهم مناقشة الخيارات العلاجية بالتفصيل مع الطبيب المسؤول، خصوصاً وأنّ معظم هذه الأدوية يحتاج إلى وصفة طبية، نظراً لآثارها السلبية أو تفاعلها مع الأدوية الأخرى. وتُستخدم معظم هذه الأدوية كجزء من برنامج شامل لفقدان الوزن، يتضمّن تغييرات في نمط الحياة مثل النظام الغذائي وممارسة الرياضة.

وفي هذا السياق يجب أخذ عوامل عدة بعين الاعتبار، ومنها:

1 - ارتفاع ضغط الدم ومشاكل القلب: يمكن أن تزيد بعض أدوية التخفيف معدل ضربات القلب أو تسبب ارتفاعاً في ضغط الدم، ما يُعدّ خطراً على الأشخاص الذين يعانون مشاكل صحية.

2 - مشاكل في الجهاز الهضمي: يمكن أن تسبّب هذه الأدوية الآلام في المعدة، الإسهال، الإمساك، الغثيان، وصولاً إلى التقيؤ المتكرر.

3 - التأثير على الأعضاء الحيوية: يؤثّر استخدامها لفترات طويلة سلباً على الكبد والكلية، كما يؤدي إلى نقص في العناصر الغذائية الأساسية في الجسم.

4 - الآثار النفسية: بعض هذه الأدوية قد يثير التوتر، القلق، أو التغيرات في المزاج، وقد يؤثر أيضاً على النوم.

ومن الضروري التنبيه إلى أنّ أضرار هذه الأدوية تختلف بحسب نوعها وتأثيرها، كما أنّ تناولها من قبل بعض الفئات يرتبط ببعض المحاذير، وهذا شأن المصابين بمشاكل في القلب أو الكبد أو ارتفاع ضغط الدم، أو الغدة الدرقية، أو الماء الأزرق في العين؛ كما أنّ بعضها يتعارض مع أدوية الاضطرابات النفسية.

إقبال بعد الأعياد

يؤكد عدد من الصيادلة أنّ شراء أدوية التخفيف يتزايد بشكل كبير بعد الأعياد في محاولة لتخفيف تداعيات تناول الأطعمة الدسمة. وفي هذا السياق يشير الصيدلي جورج نصار إلى أنّ معظم هذه الأدوية يُباع من دون وصفة طبية، لأنّ غالبيتها أدوية للأمراض المزمنة كالسكري. وقد زاد الطلب عليها في الآونة الأخيرة، ونحن كصيادلة، نحرص دوماً على تنبيه الزبائن إلى خطورة تناول هذه الأدوية الخاصة بحالات معيّنة، من دون سبب صحي موجب.



معهد البحوث الصناعية
INDUSTRIAL RESEARCH INSTITUTE
INSTITUT DE RECHERCHE INDUSTRIELLE

خدمات مرجعية متكاملة لتنمية إقتصادية مستدامة

- استشارات
- دروس وبحوث
- فحص وقياس وتحليل

المختبرات

١. مختبر التحاليل الكيمائية
٢. مختبر التحاليل الفيزيوكيمائية
٣. مختبر التحاليل الجرثومية
٤. مختبر التحاليل الدوائية
٥. المختبر المركزي لبحوث الحبوب والدقيق والخبز
٦. مختبر تحاليل المياه
٧. مختبر التعبئة ومواد التغليف
٨. مختبر الطلاء
٩. مختبر البترول ومشتقاته
١٠. مختبر النسيج والجلود والمطاط
١١. مختبر الهندسة الميكانيكية
١٢. مختبر التربة والهندسة المدنية
١٣. مختبر الكهرباء
١٤. مختبر المترولوجيا
١٥. مختبر الطاقة المتجددة

شهادات

- شهادات الأنظمة
- شهادات مطابقة المنتجات
- شهادات الأبنية الخضراء
- شهادات الأشخاص

المركز اللبناني للتلحيم

- التدريب، الكفاءة، المراقبة،
- التدقيق وإصدار الشهادات
- الفحوص الإلتلافية
- مركز لإعادة تدوير غازات التبريد

المراكز المتخصصة

- CIT مركز الابتكار والتكنولوجيا
- ELCIM المركز الأوروبي - اللبناني للتحديث الصناعي
- LCPC المركز اللبناني للإنتاج الأنظف



مبنى معهد البحوث الصناعية - مجمع الجامعة اللبنانية - الحدت (بعيدا) - لبنان - ص. ب. ٢٨٠٦ ١١٠٧ بيروت

+٩٦١٥٤٦٧٨٣١-٧ - +٩٦١٣٢٨٦٣٤١

info@iri.org.lb www.iri.org.lb



@IRILEBANON

