کنترل مناسب درد مهم است. استفاده صحیح از دارو به کاهش درد شما کمک می کند. زمانی که از بیمارستان مرخص می شوید، ممکن است بیش از یک دارو برای دردتان به شما داده شود.

این داروها به روشهای مختلفی در مورد درد عمل می کنند.
سه نوع داروی مسکن وجود دارند.

- **پاراستامول مانند پنادول یا پنامکس**
- **ضد التهاب ها** (ایبوپروفن، نوروفن، ادویل یا هرون، دیکلوفناک، ولتارین)

ممکن است داروهای ضد التهاب معده را اذیت کنند بنابراین باید به همراه غذا مصرف شوند. بیشتر از یک هفته آنها را مصرف نکنید، مگر اینکه دکترتان غیر از این توصیه کرده باشد.

- اگر بدنتان دچار کم آبی شد، دچار برگشت اسید معده یا سوزش سر دل شدید مصرف آنها را متوقف کنید.
- اگر دچار زخم معده یا مشکل کلیوی هستید یا بوده اید داروهای ضد التهاب را مصرف نکنید.
- اگر دچار آسم هستید داروهای ضد التهاب را با احتیاط استفاده کنید.

- **داروهای افیونی** (اکسی کدوئین یا ترامادول) مسکن های قوی هستند. آنها را فقط برای چند روز استفاده کنید.

چه موقع باید مسکن مصرف کنید

مصرف منظم پاراستامول و داروهای ضد التهاب به تسکین درد کمک می کند.
این کار به استفاده کمتر از داروهای افیونی نیز کمک می کند. داروهای افیونی فقط زمانی باید استفاده شوند که بعد از استفاده از داروهای دیگر همچنان درد دارید.

- برچسب روی دارو را بخوانید
- لطفاً پاراستامول و داروهای ضد التهاب را قبل از ترخیص از بیمارستان از داروخانه محلی تان خریداری کنید.
- مصرف بیش از اندازه توصیه شده ممکن است مضر و یا مرگ آور باشد.
- پاراستامول، داروهای ضد التهاب و مسکن های افیونی را می توانید برای کاهش دردهای شدید با هم استفاده کنید.
- صبر نکنید تا دردتان شدید شود و سپس مسکن مصرف کنید.
- اگر سوالی در مورد داروی خود دارید، آن را از دکتر، دکتر داروساز، پرستار یا ماما بپرسید.
- اگر از سینه شیر می دهید، دکتر شما اطمینان حاصل خواهد کرد که دارو برای نوزاد شما ایمن خواهد بود. مقدار کمی از دارو وارد شیرتان می شود. بنابراین به عوارض جانبی آن مانند خواب آلودگی و کم اشتهایی در نوزادتان توجه کنید.

اگر می دانید برخی از فعالیتها مانند دوش گرفتن دردناک خواهند بود، جهت کاهش درد بین 30دقیقه تا یک ساعت قبل از آن فعالیت مسکن استفاده کنید.

اگر دردتان در خانه قابل کنترل نبود چه کاری باید انجام دهید
اگر به داروی بیشتری نیاز داشتید یا کنترل دردتان در خانه سخت بود به پزشک عمومی خود مراجعه نمایید.
اگر دردتان در حال افزایش یا شدید بود و مسکن روی آن اثری نداشت باید به پزشک عمومی خود و یا بخش اورژانس نزدیک ترین بیمارستان مراجعه کنید.
چگونه مصرف مسکن را قطع کنید

قطع مصرف مسکن را با کم کردن آن به آهستگی انجام دهید. به این صورت درد شما به خوبی کنترل می شود.

1- تعداد دفعات مصرف مسکن های افیونی را کاهش دهید و سپس آنها را قطع کنید.
2- اگر درد شما همچنان به خوبی کنترل می شود، تعداد دفعات مصرف داروهای ضد التهاب را کاهش دهید. به عنوان مثال از سه بار در روز به دوبار و یک بار در روز کاهش داده و سپس مصرف آنها را قطع کنید.
3- در زمانی که داروهای ضد التهاب استفاده نمی کنید، تعداد دفعات مصرف پاراستامول را کاهش دهید یا به جای مصرف منظم، فقط در صورت نیاز از آن استفاده کنید.

عوارض جانبی احتمالی

اغلب این عوارض، خفیف و به سادگی قابل مدیریت هستند. عوارض جانبی شایع در مورد مصرف مسکن های افیونی موارد زیر هستند: خواب آلودگی، یبوست، تهوع یا استفراغ، خشکی دهان یا سرگیجه. هنگام مصرف داروهای افیونی، الکل ننوشید.

خواب آلودگی

داروهای افیونی ممکن است شما را خواب آلوده و سرعت واکنش شما را کند کنند. قبل از انجام هر کاری مانند رانندگی صبر کنید تا تاثیر دارو را ببینید.

تهوع یا استفراغ

اگر حالت تهوع دارید، سعی کنید دارو را به همراه غذا و آب فراوان مصرف کنید. پزشک شما هم می تواند برای رفع این موضوع دارو تجویز کند.

یبوست

فعال بودن، نوشیدن آب و مصرف فیبر در رژیم غذایی به کم کردن یبوست کمک می کند. ممکن است دکتر شما به همراه استفاده از داروهای افیونی، ملین نیز تجویز کند. شما می توانید ملین را بدون نسخه، از داروخانه محل خود تهیه کنید. نمونه های داروهای ملین: لاکتولوز/ کولوکسیل، سنا / کلوکسیل / مونیکول

- پاراستامول و داروهای ضد التهاب اعتیاد آور نیستند.
- احتمال اعتیاد به داروهای افیونی اگر فقط برای چند روز بعد از سزارین استفاده شوند، بسیار پایین است.
- اگر به هر کدام از این داروها حساسیت دارید آنها را مصرف نکنید. در مورد گزینه های دیگر با دکتر خود یا دکتر داروساز صحبت کنید.

اگر سوال دیگری دارید یا متوجه چیزی نمی شوید لطفاً با دکتر، دکتر داروساز یا پرستار/ماما صحبت کنید.

Acknowledgements
Produced by: MHVL Pharmacy
Date produced: May 2020
Date of last review: July 2022
Date for review: July 2025

اطلاعات بیشتر

اگر شما سوالی درباره این اطلاعات دارید، لطفاً با بخش داروخانه (Pharmacy Department) تماس بگیرید

داروخانه بیمارستان بانوان مرسی: 0384584666

داروخانه بیمارستان مرسی وریبی: 0387543541

این برگه فقط اطلاعات کلی را ارائه می دهد و جایگزین توصیه های پزشک معالج در رابطه با سلامتی شما نیست. اگر در مورد سلامتی خود نگران هستید باید آن را با پزشک متخصص در میان بگذارید.