أدوية تسبب زيادة في الوزن

نسبة قليلة من الأفراد يقرأون الأعراض الجانبية للأدوية التي يصفها لهم الطبيب، وينصدموم بعضها بالعوارض خصوصًا في حالة زيادة الوزن، نقدم إليكم بعض الأدوية التي يُعرف عنها بأنها تسبب زيادة في الوزن، ولكن في نفس الوقت هذا لا يعني أنّه عند تناول واحد من هذه الأدوية سيكون اكتساب الوزن أمر لا مفر منه.

- مضادات الاكتئاب (Antidepressants):

تعمل مثبطات امتصاص السيروتونين الإنتقائية (SSRIs) من خلال منع المستقبلات في الدماغ من امتصاص السيروتونين، الأمر الذي يجعل كمية أكثر من هذه المادة الكيميائية التي تمنح شعورًا جيدًا متاحة لإرسال الرسائل بين الخلايا العصبية. في الوقت الذي يكون لها تأثير إيجابي على المزاج، فهي تؤثر أيضًا على الشهية. حيث أنّ هذه الأدوية يمكن أن تزيد حقًا من الرغبة في تناول الكربوهيدرات. الحيار الأفضل للمريض هو تناول أدوية تسبب أقل قدر من زيادة الوزن مثل البوبروبيون (bupropion).

- حبوب منع الحمل:

معظم وسائل منع الحمل تسبب زيادة الوزن، لأنها تحتوي على جرعة من هرمون البروجسترون الذي يزيد من الشهية. أما الخبر السار، فهو أن لدينا الكثير من الخيارات عندما يتعلق الأمر بنتظيم النسل حيث أنّ بعض النساء وجدنّ أنّ جرعة منخفضة من حبوب هرمون الإستروجين أو غيرها من الطرق (التي ينصح بها الطبيب) لا تحتوي على هرمونات تؤثر على الوزن.

- حاصرات بيتا (Beta blockers) وحاصرات مستقبلات الأنجيوتنسين (angiotensin-receptor blockers) :

تُستخدم هذه الأدوية للوقاية من الصداع النصفي وتعالج ضغط الدم، كما تجعل عملية الأيض بطيئة ويمكن أن تؤدي إلى السمنة. عادةً، يكون علاج ضغط الدم من خلال مدرات البول، ولكن إن كان الطبيب قد وصفها لك مسبقًا هذا يعني أنّ مدرات البول لم تعمل بشكل كافي وهذا يعني عدم وجود خيارات كافية لحالتك، لذلك يبقى الحل بتعديل نمط الحياة من الأكل، واعتماد نظام غذائي نباتي منخفض السكر

والحصول على الكثير من التمارين الرياضية والنوم.

4. الستيرويدات (Steroids) :

تسبب هذه الأدوية الأرق، وزيادة الشهية، واحتباس الماء. لذلك يمكنك استشارة الطبيب من أجل تحديد الجرعة وأقصى مدة يجب عليك خلالها تناول الدواء، بالإضافة إلى تجنب الأرق الناجم عن أخذ هذه الأدوية لما يلعبه من دور في زيادة كمية الطعام المتناولة خلال الليل وذلك عن طريق اتباع طرق صحية للنوم مثل تجنب مشاهدة التلفاز حتى وقت متأخر.

5. مضادات الهيستامين (Antihistamines) :

توصف مضادات الهيستامين لتجنب الحساسية الموسمية أو حساسية الحيوانات الأليفة، لكن التعرض المزمن لهذه الأدوية من الممكن أن يسبب زيادة في الوزن، خصوصًا عند النساء، وعلى الرغم من أنّ الأطباء لا يعرفون سبب ذلك حتى الآن إلا أنهم يعتقدون انه بسبب عرقلة إنتاج الهستامين في الجسم. في هذه الحالة، من الأفضل البحث عن طرق بديلة للوقاية من الحساسية وعلاجها.