ARTHRITIS
INFORMATION SHEET

Παρακεταμόλη

Paracetamol (Greek)

(Παραδείγματα εμπορικών ονομάτων: Dymadon, Febridol, Panadol, Panamax, Duatrol, Panadol Osteo, Panadol Extend)

Τι είναι η παρακεταμόλη και πώς λειτουργεί;

Η παρακεταμόλη (paracetamol) είναι ένα κοινό παυσίπονο (αναλγητικό) που παρέχει ανακούφιση από τον πόνο και τον πυρετό εντός 30 λεπτών από τη λήψη μιας δόσης.

Πώς χρησιμοποιείται στην αρθρίτιδα;

Η παρακεταμόλη είναι συνήθως το πρώτο φάρμακο που συνιστούν οι γιατροί για την ανακούφιση κάθε τύπου μυοσκελετικού πόνου συμπεριλαμβανομένης της αρθρίτιδας.

Όταν λαμβάνεται τακτικά, η παρακεταμόλη μπορεί να βοηθήσει στον έλεγχο του **έντονου πόνου** και μπορεί να μειώσει την ανάγκη για ισχυρότερα παυσίπονα ή Μη Στεροειδή Αντιφλεγμονώδη Φάρμακα (Non-Steroidal Anti-inflammatory Drugs - NSAIDs), τα οποία, εάν δεν παρακολουθούνται σωστά, μπορεί να προκαλέσουν σοβαρές παρενέργειες. (Μπορείτε να μάθετε σχετικά με τα NSAIDs από το ξεχωριστό πληροφοριακό φυλλάδιο).

Πώς λαμβάνεται η παρακεταμόλη;

Η παρακεταμόλη λαμβάνεται συνήθως από το στόμα υπό μορφή χαπιού ή κάψουλας. Διατίθεται επίσης σε υγρή μορφή και πρωκτικά υπόθετα.

Ποια είναι η δοσολογία;

Η παρακεταμόλη διατίθεται συνήθως σε χάπια ή κάψουλες 500mg.

Είναι επίσης διαθέσιμη σε χάπια 665mg βραδείας αποδέσμευσης (slow release - SR). Η συνήθης δόση για ενήλικες και παιδιά 12 ετών και άνω είναι δύο χάπια.

Πόσο συχνά θα πρέπει να λαμβάνεται;

Η παρακεταμόλη μπορεί να λαμβάνεται **όταν χρειάζεται,** δηλαδή όταν αισθάνεστε τον πόνο, ή μπορεί να λαμβάνεται **τακτικά** για τον έλεγχο του επίμονου πόνου. Συνιστάται η χορήγηση τακτικών δόσεων για την αντιμετώπιση του επίμονου πόνου που μπορεί να συνδέεται με την αρθρίτιδα.

Λαμβάνεται συνήθως κάθε τέσσερις έως οκτώ ώρες ανάλογα με το είδος του σκευάσματος.

Οι παρενέργειες της παρακεταμόλης δεν αυξάνονται αν την παίρνετε τακτικά, αρκεί να μην υπερβαίνετε τη μέγιστη συνιστώμενη ημερήσια δόση.

Ακολουθείτε πάντα τις οδηγίες που παρέχονται στη συσκευασία εκτός αν σας έχει συστήσει κάτι διαφορετικό ο γιατρός σας.

Ρωτήστε το γιατρό ή το φαρμακοποιό σας αν δεν είστε βέβαιοι ως προς το πόσο συχνά να παίρνετε το φάρμακό σας.

Για πόσο καιρό συνεχίζεται η θεραπευτική αγωγή;

Η διάρκεια της θεραπευτικής αγωγής με παρακεταμόλη μπορεί να είναι σύντομη ή μακροπρόθεσμη.

Υπάρχουν παρενέργειες;

Οι περισσότεροι άνθρωποι που παίρνουν παρακεταμόλη στις συνιστώμενες δόσεις δεν έχουν παρενέργειες. Η παρακεταμόλη δεν επηρεάζει τη θρόμβωση του αίματος, δεν επιδεινώνει το άσθμα ούτε επηρεάζει τη λειτουργία των νεφρών. Επίσης, δεν αυξάνει την αρτηριακή πίεση ούτε τον κίνδυνο καρδιακών προσβολών.

Σπάνιες παρενέργειες:

- **Στομαχικοί πόνοι** και **ναυτία** έχουν αναφερθεί σπανίως.
- Αλλεργία στην παρακεταμόλη μπορεί να εμφανιστεί πολύ σπάνια με μια ποικιλία δερματικών εξανθημάτων.

Επιπτώσεις που συνδέονται με υπερβολική δόση:

Η παρακεταμόλη είναι πολύ ασφαλής στις συνιστώμενες δόσεις αλλά, λόγω της ευρείας διαθεσιμότητάς της σε πολλά διαφορετικά προϊόντα, μπορεί να πάρετε κατά λάθος υπερβολικές δόσεις αν δεν λάβετε προφυλάξεις. Σοβαρή βλάβη στο συκώτι και τα νεφρά μπορεί να προκύψει όταν ληφθεί μεγαλύτερη δόση από τη συνιστώμενη.

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

Arthritis AUSTRALIA

Australian Rheumatology Association

Arthritis AUSTRALIA

ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

Η ποσότητα παρακεταμόλης που μπορείτε να πάρετε με ασφάλεια σε μια περίοδο 24 ωρών είναι περιορισμένη.

Για ενήλικες που είναι κατά τα άλλα υγιείς, η μέγιστη ημερήσια δόση είναι 4 γραμμάρια ανά ημέρα (6-8 χάπια, ανάλογα με την περιεκτικότητα των χαπιών).

Η ποσότητα αυτή μπορεί να είναι μικρότερη αν έχετε σοβαρά ηπατικά προβλήματα.

Να έχετε υπόψη σας ότι άλλα φάρμακα μπορεί να περιέχουν παρακεταμόλη, συμπεριλαμβανομένων των σκευασμάτων κρυολογήματος και γρίπης και άλλων παυσίπονων.

Ελέγξτε τα συστατικά αυτών των φαρμάκων πριν τα πάρετε. Αν όντως λαμβάνετε άλλα φάρμακα που περιέχουν παρακεταμόλη,

βεβαιωθείτε ότι τα λαμβάνετε υπόψη σας, ώστε να μην υπερβείτε τη συνιστώμενη συνολική ημερήσια δόση παρακεταμόλης.

Είναι επίσης σημαντικό να πείτε στο γιατρό ή στο φαρμακοποιό σχετικά με οποιαδήποτε άλλα φάρμακα που παίρνετε.

ΠΡΕΠΕΙ να δείτε το γιατρό σας το συντομότερο δυνατόν ή να πάτε στο πλησιέστερο τμήμα επειγόντων περιστατικών αν νομίζετε ότι έχετε πάρει υπερβολική ποσότητα παρακεταμόλης.

Ποιες άλλες προφυλάξεις είναι απαραίτητες;

Δόση αν πάσχετε από ηπατοπάθεια:

- Η παρακεταμόλη διασπάται στο συκώτι. Είναι επομένως σημαντικό να ενημερώσετε το γιατρό ή το φαρμακοποιό σας αν έχετε οποιαδήποτε ηπατικά προβλήματα, επειδή μπορεί να χρειαστεί να μειωθεί η δόση.

Χρήση μαζί με άλλα φάρμακα:

- Αντιπηκτικά, π.χ. βαρφαρίνη (warfarin), μπορούν να λαμβάνονται με ασφάλεια με την παρακεταμόλη. Αν παίρνετε τη μέγιστη δόση παρακεταμόλης (4 γραμμάρια την ημέρα) σε τακτική βάση, απαιτείται πιο συχνή παρακολούθηση της βαρφαρίνης.
- Η ασπιρίνη μπορεί να λαμβάνεται ακίνδυνα με την παρακεταμόλη στις χαμηλές δόσεις που χρησιμοποιούνται για την πρόληψη καρδιακής προσβολής και εγκεφαλικού επεισοδίου (συμφόρησης).
- Είναι ασφαλές να παίρνετε παρακεταμόλη με αντιβιοτικά για μια λοίμωξη.
- Είναι γενικά ασφαλές να παίρνετε παρακεταμόλη με μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα. Ζητήστε να σας το επιβεβαιώσει αυτό ο γιατρός σας αν παίρνετε τακτικά μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα.

Χρήση μαζί με αλκοόλ:

- Η παρακεταμόλη μπορεί να χρησιμοποιείται με ασφάλεια αν καταναλώνετε μέτριες ποσότητες αλκοόλ. Ωστόσο δεν συνιστάται να πίνετε περισσότερα από τέσσερα τυποποιημένα ποτά κάθε φορά, έστω και αν αυτό συμβαίνει σπάνια.

Χρήση κατά την εγκυμοσύνη και θηλασμό:

- Η παρακεταμόλη μπορεί να λαμβάνεται με ασφάλεια κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης ή του θηλασμού.

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 σχεδιάζετε να πάρετε. Αυτό περιλαμβάνει φάρμακα χωρίς συνταγή γιατρού ή φάρμακα από βότανα / 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.

Αποποίηση ευθύνης: Αυτό το φυλλάδιο εκδόθηκε από το Σύνδεσμο Αρθρίτιδας Αυστραλίας για πληροφοριακούς σκοπούς μόνο και δεν θα πρέπει να χρησιμοποιείται αντί ιατρικών συμβουλών.