

# Ασπιρίνη, παρακεταμόλη, ιβουπροφαίνη: Ποιο είναι το καλύτερο παυσίπονο και γιατί

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Υγεία και ιατρικά θέματα](#)



PHOTO: GETTY IMAGES

Ο σωματικός πόνος στη ζωή μας είναι κάτι αναπόφευκτο, ωστόσο όταν είναι έντονος και διαρκεί πολύ μπορεί να χαλάσει τη διάθεση ενός ανθρώπου για ώρα.

Οι περισσότεροι για να τον ξεπεράσουν θα πρέπει να καταναλώσουν κάποιο φάρμακο.



VIH IΔ DF7NIGGN VIA GETTV IMAGERS

Άλλοι προτιμούν την ασπιρίνη, άλλοι την παρακεταμόλη και άλλοι την ιβουπροφαίνη, γνωρίζει όμως ο καθένας την ουσία που πρέπει ο ίδιος να παίρνει για το πρόβλημά του; Για παράδειγμα, αν κάποιος έχει θέματα με την καρδιά του, σίγουρα οφείλει να λαμβάνει τη συμβουλή ενός γιατρού πριν αγοράσει κάποιο φάρμακο.

Η βρετανική έκδοση της HuffPost παραθέτει κάποιες βασικές πληροφορίες για τις

πιο γνωστές αναλγητικές ουσίες που κυκλοφορούν στην αγορά:

### **Παρακεταμόλη**

Πρόκειται για ένα συνηθισμένο παυσίπονο που κυκλοφορεί συνήθως σε μορφή δισκίου ή κάψουλας. Χρειάζεται περίπου μια ώρα για να δράσει. Στα μικρά παιδιά, χορηγείται σε υγρή μορφή αλλά δεν πρέπει ποτέ να δίνεται σε μωρά κάτω των δύο μηνών, εκτός αν έχει συνταγογραφηθεί από γιατρό.

«Η παρακεταμόλη είναι γενικά ασφαλής και κατάλληλη για τους περισσότερους τύπους πόνου, συμπεριλαμβανομένων του κρυολογήματος, της γρίπης, του πονοκέφαλου, του πονόλαιμου και του πονόδοντου. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί για να ρίξει τον πυρετό ενώ είναι ιδανική για τη γρίπη», επισημαίνει ένας φαρμακοποιός.

Ένα από τα πλεονεκτήματα της είναι πως δεν προκαλεί προβλήματα στο στομάχι και δεν αντιδρά με άλλα φάρμακα. Ωστόσο, είναι σημαντικό να μην υπερβαίνει κανείς την δοσολογία που συνίσταται. Η παρακεταμόλη είναι ασφαλής και για τις γυναίκες που κυοφορούν.

Άλλοι γιατροί αναφέρουν στη βρετανική έκδοση της HuffPost πως η υπερβολική κατανάλωση της ουσίας επιφέρει τα αντίθετα αποτελέσματα, δηλαδή μπορεί να προκαλέσει συχνούς πονοκεφάλους.

### **Ιβουπροφαίνη**

Η ιβουπροφαίνη έχει αντιφλεγμονώδη δράση, ενώ μειώνει τις ορμόνες που προκαλούν πόνο και πρήξιμο στο σώμα. Οι ενήλικες και οι έφηβοι συνίσταται να λαμβάνουν μεταξύ 200-400 mg τρεις ή τέσσερις φορές την ημέρα. Η ισχύς και η δοσολογία για τα παιδιά εξαρτάται από την ηλικία τους, γι' αυτό και οι γονείς πρέπει να διαβάζουν προσεκτικά τις οδηγίες.

Και η ιβουπροφαίνη είναι διαθέσιμη σε δισκία και κάψουλες, ενώ στα παιδιά χορηγείται σε υγρή μορφή. Οι γιατροί συμβουλεύουν τους ασθενείς να καταναλώνουν και κάποιο γαλακτοκομικό προϊόν αφού καταναλώσουν το χάπι, κι αυτό γιατί προκαλεί προβλήματα στο στομάχι.

Ο χρόνος που απαιτείται για να δράσει εξαρτάται από τον τρόπο που λαμβάνεται. Δηλαδή αν κάποιος επιλέξει το χάπι, αυτό μπορεί να χρειαστεί και μισή ώρα για να δράσει, ενώ αν βάλει κάποιος στο δέρμα του ως αλοιφή το φάρμακο, πιθανότατα χρειαστούν μία ή δύο ημέρες για να δει αποτελέσματα.

Η ιβουπροφαίνη είναι κατάλληλη για τον πόνο των μυών και των αρθρώσεων, τους πόνους της περιόδου και την ημικρανία. Γενικά, θεωρείται πως είναι πιο ασφαλής και αποτελεσματική από την ασπιρίνη.

Το φάρμακο όμως δεν είναι κατάλληλο για όλους. Για παράδειγμα, οι ηλικιωμένοι και οι ασθενείς με νεφρικά προβλήματα καλύτερα να αποφεύγουν την ουσία. Ο

κίνδυνος νεφρικής δυσλειτουργίας, έλκους στομάχου ή πιθανώς γαστρεντερικής αιμορραγίας είναι πολύ μεγαλύτερος σε αυτές τις ομάδες, επισημαίνουν οι ειδικοί. Προσοχή επίσης πρέπει να δείξουν όσοι καταναλώνουν φάρμακα για την κατάθλιψη, τον διαβήτη ή την αρτηριακή πίεση. Σε αυτές τις περιπτώσεις θα πρέπει να ζητούν τη συμβουλή του γιατρού τους πριν αγοράσουν την ιβουπροφαίνη. Είναι επίσης γνωστό πως η ιβουπροφαίνη ενδείκνυται για τον πυρετό των μικρών παιδιών, ωστόσο όχι στην περίπτωση της ανεμοβλογιάς. Οι έγκυες παράλληλα δεν πρέπει να καταναλώνουν την ουσία, εκτός αν το αποφασίσει γιατρός.

## **Ασπιρίνη**

Η ασπιρίνη είναι ένα ακόμα φάρμακο με αντιφλεγμονώδη αποτελέσματα, ωστόσο συχνά ευθύνεται για τις παρενέργειες που προκαλεί στο στομάχι. Η ασπιρίνη και η ιβουπροφαίνη δεν πρέπει να καταναλώνονται μαζί.

Η ασπιρίνη είναι κυρίως διαθέσιμη σε μορφή δισκίου ενώ μπορεί να διαλυθεί και στο νερό. Σε αντίθεση με την παρακεταμόλη και την ιβουπροφαίνη, το φάρμακο δεν είναι κατάλληλο για παιδιά και δεν πρέπει να χορηγείται σε άτομα κάτω των 16 ετών, εκτός αν έχει γίνει συνταγογράφηση από γιατρό.

Επίσης, δεν συνίσταται μετά τις 30 εβδομάδες της κύησης ή κατά τη διάρκεια του θηλασμού. Το φάρμακο καταπολεμά κυρίως τις ημικρανίες, τις λοιμώξεις του ανώτερου αναπνευστικού, την ήπια οσφυαλγία ή τις οδοντικές λοιμώξεις.

Οι ασθενείς που υποφέρουν από πονόλαιμο ή αμυγδαλίτιδα μπορούν να κάνουν γαργάρες με διαλυμένη ασπιρίνη. Το φάρμακο μπορεί επίσης να ρίξει τον πυρετό.

Για τα συχνά προβλήματα όπως ο πόνος περιόδου και η αρθρίτιδα, οι άνθρωποι τείνουν να προτιμούν τη χρήση ιβουπροφαίνης επειδή ο κίνδυνος ανεπιθύμητων ενεργειών αυξάνεται με την παρατεταμένη χρήση ασπιρίνης.

«Γενικά ως παραδεχτούμε πως η παλαιότερη γενιά είναι πιο συνηθισμένη στην κατανάλωση ασπιρίνης, οι νέοι τείνουν να προτιμούν άλλα παυσίπονα», αναφέρει μια φαρμακοποιός.

Σημειώνεται τέλος πως η ασπιρίνη, σε πολύ χαμηλή δοσολογία, λειτουργεί θετικά για την πρόληψη των καρδιακών παθήσεων και των εγκεφαλικών επεισοδίων.