

لووتیروکسین سدیم Sodium Levothyroxine قرص برای آگاهی بیماران

دکتر محمدحسن هدایتی اُمّامی
متخصص داخلی - غدد
دکتر البرز هدایتی اُمّامی
متخصص داخلی
مرداد ۱۴۰۱

دلایل تجویز لووتیروکسین به بیماران

این ماده، هم به عنوان هورمونی **جایگزین**، هم به عنوان **دارو** مورد استفاده است

تعدادی از مردم به دلایلی دچار **کم کاری غده تیروئید** می شوند. غده تیروئید، تیروکسین می سازد. تیروکسین هورمونی پر قدرت و همه کاره است، وجود آن به مقدار کافی، برای تندرستی و ادامه زندگی لازم است.

دانشمندان همان هورمون طبیعی غده تیروئید را ساخته اند و به صورت داروی لووتیروکسین در اختیار ما هست. همین ماده را به عنوان **جایگزین** آن هورمون تیروئید به بیماران می دهند.

بیمارانی هم هستند که دچار **سرطان تیروئید** بوده اند. غده تیروئید این بیماران را با عمل جراحی برمی دارند. گاهی

بعد از جراحی به این بیماران **یُد رادیوآکتیو** می‌دهند تا بقایای غده تیروئید و/ یا بقایای سرطان تیروئید را نابود کنند. به این دسته از بیماران هم لووتیروکسین می‌دهند. در این مورد، لووتیروکسین، **دارو** حساب می‌شود. دوز آن کمی بیشتر از دوز جایگزین است.

چگونه باید لووتیروکسین را مصرف کرد؟

لووتیروکسین معمولاً به صورت قرص است. به صورت آمپول برای تزریق هم وجود دارد. در برخی از کشورها به صورت کپسول هم ساخته‌اند. ممکن است به زودی به صورت قطره یا شربت هم در داروخانه‌ها پیدا شود.. قرص‌های لووتیروکسین ساخت کارخانه‌های ایرانی به دو صورت ۵۰ میکروگرمی و ۱۰۰ میکروگرمی (یا ۰/۱ میلی گرمی) است.

قرص را روزی یکبار می‌خورند. باید معده، خالی از غذا باشد. و پس از خوردن قرص لووتیروکسین هم باید تا نیم ساعت و چه بهتر تا یک ساعت هیچ چیز دیگر نه بخورید و نه بنوشید. البته خوردن آب خالی اشکال ندارد.

بهترین موقع برای خوردن قرص لووتیروکسین، صبح ناشتای اول وقت است، که معده از غذای شب گذشته خالی شده است. برای برخی از بیماران خوردن قرص

لووتیروکسین صبح ناشتا و انتظار نیم تا یک ساعته برای خوردن صبحانه، کاری دشوار و گاهی ناممکن است. برای این بیماران بهترین وقت دیگر، خوردن قرص لووتیروکسین نزدیک خواب است، ولی باید از چهارساعت قبل از آن، هیچ چیز خوردنی یا نوشیدنی مصرف نشود. قرص لووتیروکسین را با یک لیوان آب بخورید تا به گلو و مری شما نچسبد و راحت پائین برود..

یادتان باشد کم کاری تیروئید معالجه نمی شود،

فقط کنترل می شود

لووتیروکسین، جایگزین کار غده تیروئید است. تا وقتی آن را طبق دستور، منظم و مرتب می خورید، هورمون کافی در بدن شما وجود خواهد داشت و شما را از نظر تیروئید، تندرست نگه می دارد.

نخوردن لووتیروکسین، خطرناک است، زیرا بدن شما در عرض چند روز از این هورمون پر قدرت و همه کاره ضروری خالی می شود

دارو را فقط یکبار در هر شبانه روز بخورید. تعداد قرص ها و دوز را به هیچ وجه کم و زیاد نکنید. قرص را دُرسته بخورید، له نکنید، پودر نکنید، آنرا نجوید و آن را در دهان نگه ندارید تا وابروود و آب شود.

قرص‌ها دارای روکش هستند تا در تماس با هوا، خراب نشوند. اگر قرص را تقسیم کردید، در ظرف در بسته نگه دارید. یکی دو روز می‌توانید آن را نگه دارید. نگه‌داری قرص‌های شکسته به مدتی بیش از دوسه روز، آن‌هم در فضای باز، آن را خراب می‌کند. هم بی‌اثر می‌شود، هم ممکن است مواد مضر در آن پیدا شود.

اگر دچار هر کدام از موارد زیر هستید، پیشاپیش به پزشکتان خبر دهید:

آیا آبستن هستید یا به کودک خود شیر می‌دهید؟

آیا بیماری قلبی، مثل نارسائی قلبی یا آنژین قلبی دارید؟

آیا غده فوق کلیه شما خوب کار نمی‌کند؟

آیا به شما گفته‌اند تیروئید شما زیادی کار می‌کند؟

آیا قند خون‌تان زیاد است؟

آیا دیابت بی‌مزه دارید؟

آیا هیچ‌وقت تشنج کرده‌اید؟

آیا درحال مصرف داروی دیگری هستید؟

آیا به داروئی یا ماده‌ای آلرژی دارید؟

اگر فرد نتواند قرص را بخورد و مثلاً بیمار کودکی است که قادر به خوردن قرص نیست یا بزرگ‌سالی است که

دچار اختلال در بلع مواد جامد است، می‌توانید قرص را پودر کنید، در یکی دو قاشق (۵ الی ۱۰ سی سی) آب حل کنید و فوراً به بیمار بخورانید. قرص را فقط در آب حل کنید. از مایعات دیگر مثلاً شیر یا سوپ استفاده نکنید.

آیا لووتیروکسین کاربردهای دیگری هم دارد؟

لووتیروکسین کاربرد مجاز دیگری ندارد. گاهی در چند مورد و حالت دیگر، البته غیرمجاز و غیرقانونی از آن استفاده می‌کنند.

در زمان مصرف لووتیروکسین

چه احتیاط‌هایی لازم است؟

تعدادی از انسان‌ها زمینه آلرژی و حساسیت به مواد دارند. اگر شما به هرچیزی چه غذا و چه دارو آلرژی دارید به پزشک یا داروساز خبر بدهید.

قرص لووتیروکسین هم مثل بسیاری از داروها و مواد دیگر ممکن است باعث حساسیت و آلرژی شود. یا بدن بعضی از انسان نسبت به این قرص ناسازگاری نشان بدهد. البته این نوع واکنش‌های مربوط به لووتیروکسین بسیار نادر است. قرص لووتیروکسین تنها حاوی لووتیروکسین نیست. هنگام ساختن قرص، ناگزیر به آن مواد دیگری اضافه می

کنند. ممکن است به یکی از آن مواد افزوده، آلرژی یا ناسازگاری داشته باشید. برای اطلاع از این مواد افزوده به مقاله "**قرص لووتیروکسین، فقط لووتیروکسین نیست**" (https://t.me/MHAN_Endocrine) مراجعه کنید.

همه داروهای با نسخه و بی نسخه، ویتامین‌ها، مکمل‌ها، فراورده‌های گیاهی، و دمنوش‌هایی که می‌خورید و می‌نوشید یا قرار است مصرف کنید را به پزشکتان خبر دهید. برای آن که چیزی از قلم نیفتد، پیشاپیش فهرستی از آن‌ها بنویسید و با خود بیاورید. یادتان باشد مواد و داروهای زیر را اگر مصرف می‌کنید یا اگر قرار است مصرف بکنید در آن فهرست بنویسید.. یادتان باشد نام همه داروها را بنویسید. پزشکتان ممکن است با توجه به این داروها یا مواد دیگری که می‌خورید یا می‌نوشید، پیشنهاد کند دوز لووتیروکسین را کم یا زیاد کنید یا شاید پیشنهاد کند از پزشک دیگری بنخواهید داروی تجویزی خود را تغییر بدهد یا شما را از خوردن و نوشیدن آن چیزها منع کند..

آمیودارون
آندروژن‌ها
ناندرولون، تستوسترون
ضد اسیدهای حاوی هیدروکسید آلومینیوم

آلومینیوم ام جی
ضد انعقادی ها
هپارین، وارفارین
مهارکننده های گیرنده بتا
متورال، آتنولول، پروپرانولول، تیمولول
داروهای ضد سرطان
آسپاراژیناز ، فلورواوراسیل، میتوتان
کاربامازپین
کلوفیبرات
کورتیکواستروئیدها
هیدروکورتیزون، پردنیزولون، دکزامتازون، بتامتازون
داروهای سرماخوردگی
داروهای ضد سرفه
داروهای ضد چاقی
دیگوکسین
استروژن ها
داروهای جانشینی استروژن دار، قرص های جلوگیری از آبستنی
چسب های هورمون دار، استروژن های کاشتنی و تزریقی
فورسمید
مهارکننده های پمپ پروتون
انواع پرازول ها
ریفامپین
سرترالین
سمیتکون

سو کرافیت

تاموکسیفن

مهارکننده‌های تیروزین کیناز

ضد افسردگی‌های سه حلقه‌ای

آمی‌تریپتیلین

داروهای فراوان دیگر.

در فهرست بالا، داروهای رایج با نام‌های موجود در ایران ذکر شده است. بهتر است به نام ماده اصلی داروی خودتان که روی پیشانی جعبه یا روی ورقه بسته دارو درست در زیر نام تجارتي (کارخانه‌ای / شرکتي) نوشته شده است توجه کنید.

در مورد چند داروی رایج توضیح بیشتری داده می‌شود:

اگر کربنات کلسیم یا قرص حاوی سولفات فرو می‌خورید، باید آن‌ها را چهار ساعت پیش از خوردن قرص لووتیروکسین یا چهار ساعت پس از خوردن قرص لووتیروکسین بخورید

خوردن هر یک از چهار داروی زیر، گُستیرامین، گُلسیولام، گُلستپول، یا سدیم پلی استیرن سولفونات (کی اکسلات) باید لااقل چهار ساعت بعد از خوردن لووتیروکسین باشد.

اگر دچار نارسائی غده فوق کلیه هستید، حتما به پزشکتان خبر بدهید. احتیاط‌های ویژه‌ای لازم است و در مورد درمان نارسائی غده فوق کلیه در فردی که کم‌کاری تیروئید یا سرطان تیروئید دارد، پزشک دستورات خاصی خواهد داد.

اگر دچار هریک از موارد زیر هستید یا در جریان درمان کم‌کاری تیروئید، دچار هر یک از موارد زیر شدید، حتما به پزشکتان خبر بدهید:

- پرتودرمانی مخصوصا به سر و گردن و شکم
- تشخیص آترواسکلروز شریان‌ها
- مشکلات خونی از جمله کم‌خونی
- پورفیری
- پوکی استخوان
- بیماری غده هیپوفیز
- هر نوع مرضی که بلع را مشکل کند
- ابتلاء به میکروب معده (هلیکوباکتر پیلوری)
- هر نوع بیماری در قلب، کبد، یا کلیه

در صورت نیاز به جراحی، حتی جراحی دندان، به جراح بگوئید که بیماری تیروئیدی شما چیست و تحت درمان با لووتیروکسین هستید.

آبستنی و شیردهی

مصرف قرص لووتیروکسن در دوران آبستنی ضرری برای مادر و جنین ندارد. تنظیم دوز لووتیروکسین در دوران آبستنی مخصوصاً در سه ماه اول باید با دقت بسیار و با آزمایش مکرر خون انجام شود. تنظیم دوز باید از همان زمانی شروع شود که زن تصمیم می‌گیرد باردار شود. پیشاپیش باید آزمایشات لازم انجام شود تا کار تیروئید دقیق - تر تنظیم شود. در بیشتر زنان باردار لازم می‌شود دوز دارو را زیاد کنند. به این خاطر که خود جنین در سه ماه اول قادر به ساختن هورمون تیروئید نیست و زندگی‌اش وابسته به هورمون تیروئیدی است که از راه جفت به او می‌رسد. نیاز جنین همان دوسه هفته اول به هورمون تیروئید بیشتر و خورد قرص توسط مادر، واجب‌تر است. به همین دلیل است که باید پیش از آبستنی دوز لووتیروکسین تنظیم شود و اگر زنی اتفاقی فهمید بدون برنامه آبستن شده است باید اولاً طبق دستورات قبلی قرص لووتیروکسین خود را حتماً بخورد، ثانیاً فوراً آزمایش خون بکند و با گزارش آزمایش، فوراً به پزشک خود مراجعه کند. درمان کم‌کاری تیروئید در دوران آبستنی، و شیردهی و در مواردی که برای آبستنی آماده می‌شوید، با زمان‌های دیگر تفاوت‌هایی دارد

قرص لووتیروکسین وارد شیر مادر می‌شود. مقدار آن در شیر آنقدر زیاد نمی‌شود که نوزاد را اذیت کند، ولی پزشک اطفال باید در جریان قرص خوردن مادر باشد تا بتواند از این نظر هم، مراقب نوزاد باشد..

آیا در این باره، دستور خاصی برای غذا و رژیم غذایی وجود دارد؟

بعضی نوشیدنی‌ها و خوردنی‌ها مخصوصا اگر حاوی سویا، مغز گردو، یا فیبرها باشند، ممکن است تاثیراتی بر نحوه جذب لووتیروکسین از روده داشته باشند. مرکبات و آب مرکبات (پرتقال، گریپ فروت) اگر بدون رعایت فاصله مصرف شوند، جذب این دارو را کم می‌کنند. گلا تاثیر این خوردنی‌ها و نوشیدنی‌ها آن اندازه‌ای که در رژیم غذایی ما هست، قابل اغماض است. اگر فاصله تا خوردن قرص لووتیروکسین رعایت نشود مشکل ساز خواهد بود

اگر یک دوز را فراموش کردم، چه کار باید بکنم؟

به محض آن که یادتان آمد، قرص لووتیروکسین را بخورید. سعی کنید. معده‌تان خالی باشد. اگر تازه غذا خورده‌اید سه چهار ساعتی صبر کنید. اگر یک روز تاخیر داشتید، لازم نیست دوز جبرانی بخورید. لازم نیست دوز

بعدی را دو برابر بکنید. همان دوز معمول خود را طبق روال قبلی ادامه بدهید. حذف یک و شاید دو دوز پی در پی، مشکل عمده‌ای ایجاد نمی‌کند. حذف دوز نباید تکرار شود. راهی پیدا کنید که دارو را منظم و سر ساعت بخورید.

لووتیروکسین چه عوارضی دارد؟

لووتیروکسین هم مثل بسیاری از داروهای دیگر عوارضی دارد. بخشی از عوارض مربوط به حساسیت نادر نسبت به خود این دارو یا مواد افزوده به آن در هنگام ساختن قرص است.

بخش دیگر عوارض مربوط به زمانی است که دوز دارو برای شما زیاد باشد یا زیاد بشود. اگر هر یک از علائم زیر در شما پیدا شد و ماندگار بود، به پزشک خود خبر بدهید:

افزایش وزن	اسهال	بی نظمی قاعدگی
کاهش وزن	تغییر اشتها	ریزش مو
سردرد	تب	درد مفاصل
استفراغ	احساس گرما	گرفتگی پا

بعضی از عوارض ممکن است وخیم باشند. اگر هریک از علائم زیر را پیدا کردید، بلافاصله به پزشک مراجعه کنید:

گرگرفتگی	تنگی نفس
درد شکم	خس خس سینه
تهوع	کھیر
ورم دست، پا، یا مچ پا و	خارش
ساق پا	دانه‌هایی در پوست

چگونه باید دارو را در خانه نگه دارم؟

قرص لووتیروکسین را در بسته خود نگه دارید. آن را دور از دسترس کودکان قرار بدهید.

درجه دمای جایی که قرص لووتیروکسین را نگه می‌دارید باید کمتر از ۲۵ درجه سانتی‌گراد باشد. در فصل گرم سال، دمای اتاق از ۲۵ درجه سانتی‌گراد بیشتر می‌شود و در اتاقی که بخاری یا شوفاژ روشن است هم ممکن است دمای اتاق از ۲۵ درجه سانتی‌گراد بیشتر شود. بهتر است بسته اصلی قرص لووتیروکسین را در یخچال نگه دارید و تنها یک ورقه را بیرون یخچال در جای خنک، خشک و دور از تابش

آفتاب بگذارید. از گذاشتن قرص لووتیروکسین در درون اتوموبیل خود داری کنید. از گذاشتن قرص لووتیروکسین در حمام، کنار بخاری، شوفاژ، و اجاق خوداری کنید. داروها را دور نیندازید. همراه زباله بیرون نریزید. اگر امکان دارد به شبکه جمع آوری داروهای اضافی تحویل بدهید.

اگر دارو را زیاد خورده باشند چه کار باید بکنم؟

یک دو قرص اضافی در بزرگسالان مشکل حاد ایجاد نمی‌کند، ولی در کودکان ممکن است خطرناک باشد. به درمانگاه و بیمارستان اورژانس مراجعه بکنید. اگر آفت فشارخون، تشنج، یا دشواری در تنفس وجود داشت، یا نتوانستید بیمار را بیدار کنید، فوراً به اورژانس خبر بدهید.

علائم زیادی دوز دارو کدام است؟

علائم مسمومیت ناشی از خوردن چندین قرص با هم، ممکن است شامل موارد زیر باشد:

درد قفسه سینه

تپش قلب و نامنظمی نبض

لرزش غیرقابل کنترل بخشی از بدن

عصبانیت

اضطراب

تحریک پذیری و بی قراری

بیخوابی و ناتوانی در خواب رفتن

تنگی نفس

عرق فراوان

اختلال هوشیاری

تشنج

آیا نیاز به اطلاعاتی دیگر هم داریم؟

طبق برنامه به پزشک خود مراجعه کنید. کارهای لازم باید سر وقت انجام شود. پزشک برای کنترل وضع بیماری تان آزمایشاتی درخواست می کند. این آزمایش ها کمترین ناهنجاری را نشان می دهند. پزشک از روی معاینه و نتایج آزمایش، دوز لووتیروکسین را تنظیم می کند و با شرایط تازه شما تطبیق می دهد.

همیشه از یک نوع قرص لووتیروکسین مصرف کنید. گرچه ماده و مقدار لووتیروکسین موجود در قرص های کارخانه های مختلف، یکسان است، لیکن تفاوت های ساخت

و مواد افزوده، کیفیت دارو را کمی تغییر می‌دهد که ممکن است برای بدن شما سازگار نباشد.

دقت کنید در داروخانه، قرص‌های تازه به شما بدهند. داروئی که می‌خرید قرار است در عرض چند ماه آینده مصرف کنید، پس دقت کنید که تاریخ انقضاء آن دورتر از شش ماه باشد. از قرص‌های تاریخ گذشته استفاده نکنید.

طبق قانون پزشکان موظف به نوشتن نسخه الکترونیک هستند و بیمه‌ها تنها داروهای ژنریک را تعهد می‌کنند. به همین دلیل داروخانه بر مبنای نسخه ژنریک، قرص لووتیروکسین هر کارخانه‌ای را که داشته باشد به بیمار می‌دهد. این لووتیروکسین ممکن است همانی نباشد که بیمار عادتاً می‌خورده و بر اساس خواص آن، پزشک معالج دوز را تنظیم کرده است. از داروخانه بخواهید همان بسته معمول خودتان را به شما تحویل بدهد.

داروی خود را به کس دیگری، حتی اگر بیماریش همان بیماری شما باشد، ندهید.

کیسه داروی خود را با خودتان ببرید

هنگامی که به هر دلیل در بیمارستان بستری شدید،
داروی خود را با خودتان ببرید و خوب به پزشک معالج
بیمارستان و پرستارها توضیح بدهید که چه دارو و چقدر از
آن را می‌خورید.