

این داروها یبوست ایجاد می‌کنند

مصرف داروهای اعصاب و داروهای ضد افسردگی و داروهایی که برای بیماران پارکینسونی استفاده می‌شود یبوست را به همراه دارد.

به گزارش سایت خبری پرسون، محمود اسحاق حسینی فوق تخصص گوارش و کبد در گفت‌وگویی، با اشاره به اینکه یبوست معضلی است که می‌تواند انسان را از آغازین روزهای زندگی تا واپسین لحظات درگیر کند گفت: اگر فردی تا دوبرار دفع در هفته دفع داشته باشد یبوست ندارد اما اگر این تعداد دفع کمتر شود فرد یبوست دارد. تا دوبرار دفع در هفته قابل قبول است.

وی افزود: یبوست باید علت‌یابی شود ولی معمولاً نیاز به درمان جدی به ویژه در کودکان ندارد. در سنین بالاتر یبوست حتماً باید بررسی شود. نوشیدن ۸ لیوان آب در شبانه روز می‌تواند به رفع یبوست کمک شایانی کند و دیگر تغذیه است که با خوردن میوه‌هایی همچون آلو، انگور، گلابی، انجیر و سبزیجات و زیتون و روغن زیتون تا ۸۰ درصد موارد به رفع یبوست کمک می‌کند.

اسحاق حسینی با تأکید بر اینکه فعالیت و تحرک بدنی می‌تواند در جلوگیری از یبوست نقش موثری داشته باشد: نبود تحرک موجب یبوست می‌شود. تحرک موجب تسریع حرکات دستگاه گوارش شده و دفع را آسان می‌کند. این افراد نیازی به دارو نخواهند داشت.

وی افزود: برخی افراد برای ۱۵ روز یا حتی ۳۰ روز دفع ندارند این بیماران حتماً باید دلیل یبوست خود را پیگیری و بررسی نمایند.

این فوق تخصص گوارش و کبد کشورمان در پاسخ به اینکه آیا نوشیدن چای برای فردی که اسید معده زیادی دارد؟ گفت: اسید معده برخی افراد طبیعی است اما ریفلاکس دارند و عده‌ای ترشح اسید بالا دارند. این افراد باید نوشیدن چای ویژه چای پر رنگ را محدود کنند. چای پر رنگ موجب یبوست می‌شود. مصرف چای در این افراد باید کم و کم رنگ باشد. همچنین نوشیدن نوشابه‌ها برای این افراد بسیار مضر است.

اسحاق حسینی در پاسخ به اینکه آیا داروهای اعصاب یبوست را تشدید می‌کند؟ گفت: داروهای اعصاب و داروهای ضد افسردگی و داروهایی که برای بیماران پارکینسونی استفاده می‌شود یبوست را به همراه خواهد داشت. ما نمی‌توانیم داروهای این افراد را قطع کنیم. اگر با روش‌های مذکور یبوست آنها برطرف نشود باید دارو استفاده کنند تا دفع راحتی داشته باشند.

منبع: فارس