

أدوية الاكتئاب تزيد مخاطر الوفاة بسبب النوبات القلبية

10 أبريل، 2025



كشفت دراسة أوروبية أن تناول أدوية علاج الاكتئاب تزيد مخاطر الوفاة المفاجئة بسبب النوبات القلبية.

وتؤكد الدراسة التي نشرت خلال مؤتمر الجمعية الأوروبية لأمراض القلب الأسبوع الماضي أن الأشخاص الذين يتناولون أدوية علاج الاكتئاب من المرجح أن يفارقوا الحياة بشكل مفاجئ بسبب أمراض القلب، وأن مخاطر الوفاة تتزايد مع طول فترة تناول هذه الأدوية.

وتقول رئيس فريق الدراسة جاسمين موكانوفيتش من مركز ريجز هوسبيتاليت لأمراض القلب في كوبنهاغن بالدنمارك إن "فترة تناول أدوية علاج الاكتئاب ترتبط بزيادة مخاطر الوفاة المفاجئة بسبب النوبات القلبية."

وأوضحت في تصريحات نقلها الموقع الإلكتروني "هيلث داي" المتخصص في الأبحاث الطبية أن "تناول أدوية الاكتئاب لمدة ست سنوات أو أكثر تزيد مخاطر الوفاة بسبب النوبات القلبية بشكل أكبر مقارنة بمن

يتناولون هذه الأدوية لفترة تتراوح ما بين سنة إلى خمس سنوات، وذلك عند مقارنة بمَن لا يتناولون أدوية علاج الاكتئاب من الأساس.

ومن أجل استخلاص هذه النتائج، فحص الباحثون حالات الوفاة بين البالغين في الدنمارك على مدار عام 2010 مع التركيز على الأشخاص الذين يتناولون أدوية علاج الاكتئاب والأشخاص الذين فارقوا الحياة بشكل مفاجئ بسبب النوبات القلبية.

تناول أدوية الاكتئاب لمدة طويلة تزيد مخاطر الوفاة بسبب النوبات القلبية بشكل أكبر مقارنة بمَن يتناولونها لفترات قصيرة

وأكد فريق الدراسة أن الأشخاص الذين يتناولون أدوية الاكتئاب لفترة ما بين سنة واحدة إلى خمس سنوات تتزايد مخاطر وفاتهم بشكل مفاجئ بسبب النوبات القلبية بنسبة 56 في المئة، وأن هذه النسبة تتضاعف في حالة تناول عقاقير الاكتئاب لمدة أكثر من ست سنوات.

وذكر الباحثون أن مخاطر الوفاة المفاجئة بسبب تناول أدوية الاكتئاب تزايد لدى الشباب أكثر من كبار السن.

وتشكل مضادات الاكتئاب طوق نجاة للكثيرين، إذ تساهم في التخفيف من حدة الأعراض واستعادة التوازن النفسي، لكن القلق من آثارها الجانبية يجعل البعض مترددًا في استخدامها.

وتختلف أضرار أدوية الاكتئاب من شخص لآخر، ومن دواء لآخر، فقد تكون بسيطة وتخف تدريجيًا مع تعوّد الجسم عليها، أو قد تستدعي في بعض الحالات تعديل العلاج أو تغييره تمامًا.

وتسبب مضادات الاكتئاب آثارًا جانبية مزعجة. ويمكن لأعراض مثل الغثيان أو زيادة الوزن أو مشكلات النوم أن تكون شائعة مبدئيًا. بالنسبة للكثيرين، تتحسن هذه الأعراض في غضون أسابيع من بداية تناول مضادات الاكتئاب. ورغم ذلك، قد تستمر الآثار الجانبية لمضادات الاكتئاب في بعض الحالات.

وبالنسبة لبعض مضادات الاكتئاب، فإن مراقبة مستويات الدم قد تفيد في تحديد نطاق الفاعلية وإلى أي مدى يمكن تعديل الجرعات للمساعدة في الحد من الآثار الجانبية. وبحسب خبراء "مايو كلينيك" نادرًا ما تسبب مضادات الاكتئاب آثارًا جانبية خطيرة تستدعي العلاج الفوري.

وإذا بدت الآثار الجانبية صعبة التحمل، فقد يرغب المريض بالتوقف عن تناولها أو تخفيف الجرعة. وينصح الخبراء بعدم فعل ذلك، لأن

الأعراض قد تعود للمريض، وقد يؤدي التوقف المفاجئ عن تناول مضادات الاكتئاب إلى ما يسمى بأعراض الانسحاب.

ويبدأ الغثيان عادةً بعد فترة وجيزة من البدء بتناول مضادات الاكتئاب. وقد يزول ذلك بعد أن يتكيف الجسم مع العلاج.

وينصح خبراء الصحة بـ:

• تناول مضادات الاكتئاب مع الطعام ما لم يرشدك الطبيب بخلاف ذلك.

• تناول وجبات أصغر على فترات أكثر تقاربًا.

• مص الحلوى الصلبة عديمة السكر.

• شرب الكثير من السوائل مثل الماء البارد.

وقد يزداد وزن المريض بسبب احتباس السوائل أو قلة النشاط البدني، أو بسبب زيادة الشهية عندما تخف أعراض الاكتئاب. وبعض مضادات الاكتئاب أكثر تسببًا في زيادة الوزن مقارنة بأنواع أخرى. وإذا كان المريض قلقًا بشأن زيادة الوزن، عليه التحدث مع طبيبه عما إذا كانت ضمن الآثار الجانبية المحتملة لمضادات الاكتئاب التي تم وصفها لحالته، ومناقشة طرق التعامل مع هذه المشكلة.

هناك الكثير من مضادات الاكتئاب، وهي تعمل بطرق متباينة قليلًا ولها آثار جانبية متباينة

ويمكن للمريض التفكير في الإستراتيجيات التالية:

تقليل تناول الحلويات والمشروبات المحلاة بالسكر.

اختيار أطعمة منخفضة السعرات الحرارية، مثل الخضروات والفواكه، وتجنب الدهون المشبعة والمتحولة.

الاحتفاظ بمدونة غذائية، فتسجيل ما يأكله يمكن أن يساعده على التحكم في وزنه.

طلب المشورة من اختصاصي تغذية مسجل.

ممارسة النشاط البدني بانتظام أو التمرن معظم أيام الأسبوع.

الحديث إلى الطبيب حول تبديل الأدوية، لكن عليه معرفة إيجابيات وسلبيات كل نوع.

ويُعد الشعور بالإرهاق والنعاس أمرًا شائعًا، وخصوصًا أثناء الأسابيع الأولى من بدء العلاج بدواء مضاد للاكتئاب.

ويمكن للشخص أخذ قيلولة قصيرة في أثناء النهار، وممارسة بعض الأنشطة البدنية، مثل المشي، وتجذّب القيادة أو تشغيل المعدات الخطيرة حتى يزول الشعور بالإرهاق.

وإذا وافق الطبيب، يمكن للشخص تناول مضاد الاكتئاب عند خلوده للنوم.

قد يكون مفعول أول مضاد اكتئاب يجربه المريض جيدًا، لكن إذا لم يساعد على تخفيف الأعراض أو إذا سبّب حدوث آثار جانبية تزعجه، فقد يكون عليه تجربة نوع آخر.

وتشمل خيارات أدوية علاج الاكتئاب مثبتات إعادة امتصاص السيروتونين الانتقائية ومثبتات إعادة امتصاص السيروتونين والنورإيبينيفرين ومضادات الاكتئاب غير النمطية ومضادات الاكتئاب ثلاثية الحلقات ومثبتات الأكسيداز أحادي الأمين وأدوية أخرى.

ومضادات الاكتئاب هي خيار علاجي شائع للاكتئاب. ومع أن مضادات الاكتئاب قد لا تعالج الاكتئاب، فإنها يمكن أن تقلل الأعراض. وقد يكون مفعول أول مضاد اكتئاب يجربه المريض جيدًا، لكن إذا لم يساعد على تخفيف الأعراض أو إذا سبّب حدوث آثار جانبية تزعجه، فقد يكون عليه تجربة نوع آخر.

وتتوفر عدة أنواع من مضادات الاكتئاب، ولذلك فهناك فرص كثيرة للعثور على النوع الذي يحقق مفعولاً جيداً مع المريض. وقد يكون استخدام مجموعة من الأدوية معاً خياراً ممكناً.

تتوفر الكثير من مضادات الاكتئاب، وهي تعمل بطرق متباينة قليلاً ولها آثار جانبية متباينة. عند اختيار مضاد اكتئاب يناسب حالة المريض، قد يأخذ الطبيب في حسابه ما يأتي:

الأعراض المحددة التي لديه. يمكن أن تتنوع أعراض الاكتئاب، وقد تكون بعض أنواع مضادات الاكتئاب أفضل من غيرها في تخفيف أعراض محددة. على سبيل المثال، إذا كان المريض يواجه صعوبة في الخلود إلى النوم، فقد يكون من المستحسن استخدام مضاد اكتئاب يجعله هادئاً أو يشعر بالنعاس نوعاً ما.

– الآثار الجانبية المحتملة: تختلف الآثار الجانبية لمضادات

الاكتئاب من دواء لآخر ومن شخص لآخر. من الممكن أن تصعب الآثار الجانبية المزعجة مثل جفاف الفم أو الغثيان أو اكتساب الوزن أو الآثار الجانبية الجنسية من الالتزام بالعلاج.

- فعالية الدواء مع أحد الأقارب من الدرجة الأولى: قد تكون درجة فعالية الدواء مع أحد الأقارب بالولادة، مثل أحد الوالدين أو الإخوة، مؤشرًا على مدى فاعليته المحتملة مع المريض. أيضًا، إذا كان أحد مضادات الاكتئاب فعالاً لعلاج الاكتئاب لديه في الماضي، فقد يكون فعالاً مرة أخرى.
- التفاعل مع الأدوية الأخرى: يمكن أن تُسبب بعض مضادات الاكتئاب حدوث تفاعلات خطيرة عند تناولها مع أدوية أخرى.
- الحمل أو الرضاعة الطبيعية: يعتمد قرار تناول مضادات الاكتئاب أثناء الحمل والرضاعة الطبيعية على الموازنة بين المخاطر والفوائد. لكن بوجه عام، خطر حدوث العيوب الخلقية والمشكلات الأخرى منخفض بالنسبة لأطفال الأمهات اللاتي يتناولن مضادات الاكتئاب أثناء الحمل.