



American Heart Association®

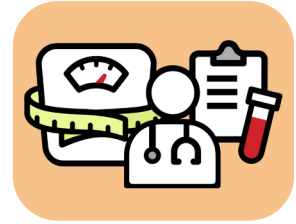
Cardiovascular-Kidney-Metabolic
Health Initiative™

فهم الأدوية التي قد تُوصف لإدارة الوزن

يؤدي الوزن دورًا مهمًا في صحة القلب والكلى والتمثيل الغذائي (كيفية إنتاج الجسم للطاقة وتخزينها واستخدامها). وتُعرف هذه المنظومة مجتمعةً باسم صحة القلب والأوعية الدموية والكلى والتمثيل الغذائي (صحة CKM).

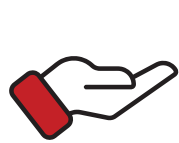
إدارة الوزن

يمكن لإدارة الوزن أن تساعد هذه الأنظمة على العمل بشكل أفضل، وقد تقلل خطر الإصابة بحالات مثل مرض القلب ومرض الكلى وداء السكري من النوع الثاني.



في بعض الحالات، قد يوصي اختصاصيو الرعاية الصحية بأدوية تساعدك على خسارة الوزن أو إدارته. ذلك إلى جانب اتباع نظام غذائي صحي وممارسة النشاط البدني لدعم أهداف الصحة العامة. تتوفر أنواع مختلفة من الأدوية، ويمكن اتخاذ القرارات بالتعاون مع فريق الرعاية الصحية لإيجاد الخيار الأنسب.





أمثلة	الآثار الجانبية الشائعة	آلية العمل	نوع الدواء
سيماجلوتايد، ليراجلوتايد، أورفورجلبيرون	• الغثيان والقيء • الإسهال والإمساك • ألم البطن أو انتفاخه • عسر الهضم والارتجاع • التجشؤ وانتفاخ البطن (خروج الغازات) • تساقط الشعر • الإرهاق والصداع • الدوار • تفاعل موضع الحقن (الاحمرار والحكة والطفح الجلدي) • انخفاض معدل سكر الدم أو ارتفاع إنزيمات البنكرياس • الحمى أو التهاب الجهاز الهضمي	تُبطئ هذه الأدوية عملية الهضم، مما يساعد الأشخاص على الشعور بالشبع لفترة أطول، ويمكن أن تدعم مستويات سكر الدم الصحية. كما يمكن تناولها على شكل أقراص أو حقن أسبوعية أو يومية. • تحظى خيارات GLP-1 الفموية والقابلة للحقن على حد سواء بموافقة إدارة الغذاء والدواء (FDA) لإدارة الوزن.	منبهات مستقبلات الببتيد الشبيه بالجلوكاجون-1 (GLP-1RA)
تيرزيباتيد	• الغثيان والقيء • الإسهال والإمساك • ألم البطن أو عسر الهضم أو الارتجاع • التجشؤ • الإرهاق والصداع • ألم أو كدمات أو حكة أو طفح جلدي أو احمرار في موضع الحقن • تساقط الشعر	تؤثر هذه الأدوية في أكثر من هرمون لتقليل الشهية وإبطاء عملية الهضم. • أدوية الهرمون المزدوج، مثل تيرزيباتيد، هي حقن أسبوعية.	منبهات مستقبلات الببتيد المعزز لإفراز الإنسولين المعتمد على الجلوكوز/الببتيد الشبيه بالجلوكاجون-1 (GIP/GLP-1RA) - منبهات الهرمون المزدوج
أورليستات	• براز زيتي أو دهني • غازات مصحوبة بإفرازات زيتية • رغبة مفاجئة في التبرز أو الحاجة إلى ذلك بشكل أكثر تكرارًا • عدم القدرة على التحكم الكامل في التبرز (سلس البراز)	تمنع هذه الأدوية الجسم من امتصاص بعض الدهون. يتم تناولها على شكل أقراص مع الوجبات التي تحتوي على الدهون.	مثبط الليباز (مانعات امتصاص الدهون)
فينترمين، فينترمين/توبيراميت، نالتريكسون/بوبروبيون	• صعوبة في النوم • جفاف الفم وتغير حاسة التذوق • تسارع ضربات القلب أو ارتفاع ضغط الدم • الصداع • الشعور بالدوار • التملل أو الشعور بـ "التوتر" • الشعور بالخدر أو الوخز • الإمساك أو الإسهال • الغثيان أو القيء	تساعد هذه الأدوية على تقليل الشعور بالجوع والرغبة الشديدة في تناول الطعام، وذلك من خلال التأثير في الإشارات العصبية في الدماغ. عادةً يتم تناولها على شكل أقراص للاستخدام قصير الأمد.	محاكيات الجهاز العصبي الودي + مضادات الاختلاج/مضادات الأفيونيات + مضادات الاكتئاب (مثبطات الشهية/العوامل المؤثرة عصبياً)

استخدام الأدوية بشكل آمن

تكون الأدوية أكثر فعالية عندما تُستخدم بشكل آمن ووفقاً للتوجيهات المحددة. من المهم الحصول على إرشادات من اختصاصي الرعاية الصحية، ويجب الإبلاغ عن أي آثار جانبية على الفور.



إليك بعض الطرق التي تساعدك على البقاء على المسار الصحيح:

- ☒ تناول الدواء أو احقنه بالضبط كما هو موصوف لك.
- ☒ لا تغيّر الجرعة من تلقاء نفسك.
- ☒ شارك قائمة بجميع المكملات والأدوية الأخرى التي تتناولها مع اختصاصي الرعاية الصحية المسؤول عن وصف العلاج.
- ☒ أبلغ عن أي مخاوف أو آثار جانبية على الفور.
- ☒ التزم بجميع مواعيد المتابعة.

تذكّر، يمكنك الحصول على الدعم في أي وقت.
إن إدارة الوزن وتحسين صحة CKM رحلة مستمرة.
يقدم فريق الرعاية الصحية الدعم في كل خطوة على طريقك نحو صحة أفضل.



لمزيد من المعلومات، تفضل بزيارة heart.org/UnderstandingWeight (موقع الويب باللغة الإنجليزية).

إخلاء المسؤولية

ملاحظة مهمة: تُعرض الأسماء العلمية لمساعدتك على فهم الأدوية التي قد تتناولها. لا توصي American Heart Association بأي دواء محدد أو تؤيده. لم تُدرج جميع الآثار الجانبية المحتملة. إذا كانت لديك أي أسئلة أو مخاوف تتعلق بدوائك أو آثاره الجانبية، فاستشر اختصاصي الرعاية الصحية.

heart.org/UnderstandingWeight (موقع الويب باللغة الإنجليزية)

تُعد شركة Lilly راعياً رئيسياً لمبادرة Cardiovascular-Kidney-Metabolic Health Initiative التابعة لـ American Heart Association.

Lilly