



Regionaalhaigla

Успокоительные и снотворные

Что такое успокоительное
и что такое снотворное

По каким показаниям
принимаются

Что следует учитывать при
приеме лекарств



Что такое успокоительное и что такое снотворное

Успокоительные (седативные средства, транквилизаторы) – это лекарства, которые снижают возбуждение, чувство напряжения и агрессивность. В зависимости от химических свойств, некоторые успокоительные могут иметь дополнительные свойства: противосудорожное, миорелаксирующее и действие, вызывающее сонливость.

Снотворные – это лекарства, предназначенные для уменьшения симптомов бессонницы. Различие снотворных заключается в их периоде полураспада, т.е. времени, которое показывает, сколько времени лекарство остается активным в организме.

Основным механизмом действия успокоительных и снотворных является усиление активности нейромедиатора гамма-аминомасляной кислоты (ГАМК) в головном мозге. Усиление в мозге активности ГАМК вызывает сонливость и помогает засыпать и поддерживать сон. Нейромедиаторы – это химические соединения, которые вырабатываются и выделяются нервными клетками (нейронами). Взаимодействие между нейронами происходит при посредничестве нейромедиаторов.

Каковы показания для применения успокоительных

Тревога может выступать в качестве самостоятельного расстройства, либо сопутствовать при других психиатрических расстройствах. Наиболее частые тревожные расстройства – это генерализованные тревожные расстройства, панические расстройства и фобии. Почти 25% людей могут в течение жизни страдать некоторыми симптомами тревожных расстройств. Тревога может сопутствовать также и соматическим заболеваниям, прежде всего заболеваниям сердца, дыхательных путей или желудочно-кишечного тракта. Тревогу связывают с ненормальной функцией нейромедиаторов в мозге (преимущественно в зоне мозга, известной как миндалевидное тело, которая имеет важную роль в реакции на страх и на опасность).

Успокоительные уменьшают длительность, силу и частоту симптомов тревоги. Кроме этого их используют для профилактики и лечения состояний беспокойства, судорожных атак и при расстройствах сна.

Каковы показания для применения снотворных

Бессонница – это состояние, для которого характерно неудовлетворительное количество и/или качество сна на протяжении длительного периода. Главные жалобы: проблемы с засыпанием, прерывистый сон (трудности поддержания сна) и слишком раннее пробуждение по утрам. Во многих случаях расстройство сна может быть симптомом какого-либо иного психического или соматического расстройства.

Снотворные применяются для лечения расстройства сна. В случае длительной бессонницы следует выяснить причину бессонницы и назначить соответствующее лечение. В лечении бессонницы первостепенным является немедикаментозное лечение. Лекарственные препараты применяются для лечения длительной и снижающей качество жизни бессонницы.

Что следует учитывать при приеме лекарств

- Наиболее часто встречающиеся побочные действия: сонливость, чувство усталости, заторможенность, нарушения равновесия и координации, неразборчивая речь, слабость, забывчивость, спутанность, повышенная возбудимость, нервозность, дозо-зависимые нарушения памяти (амнезия), неприятный вкус во рту, головная боль, повышенное слюноотделение и сухость во рту. Очень редко также отмечались низкое артериальное давление, мании и галлюцинации.

Побочные действия чаще всего проявляются в начале лечения и после увеличения дозы.

- Иногда при приеме успокоительных может проявиться парадоксальное действие – могут повыситься возбудимость, ярость, озлобленность и враждебность. Такое действие обычно проявляется в течение первых недель лечения. В таком случае необходимо, проконсультировавшись с врачом, прекратить лечение.
- От управления автотранспортом и от других видов деятельности, требующих повышенного внимания, следует воздерживаться до тех пор, пока не станет ясно точное воздействие лекарства на конкретного человека.
- При приеме больших доз успокоительных или при совместном приеме их с другими веществами, тормозящими центральную нервную систему (например, алкоголь) может появиться нарушение функции дыхательного центра, в результате чего могут возникнуть тяжелые дыхательные расстройства. В связи с этим следует избегать совместного приема успокоительных с алкоголем, а также с другими веществами, тормозящими центральную нервную систему.
- С особой осторожностью следует принимать успокоительные тем людям, у которых ранее были проблемы зависимости или у которых имеются суицидальные мысли.
- Во время беременности и грудного вскармливания успокоительные и снотворные

принимаются только в исключительных случаях и обязательно под контролем врача.

- При резком прекращении длительного приема успокоительных могут появиться признаки отмены: головная боль, боль в мышцах, повышенная тревога, ощущение напряжения, беспокойство, спутанность, раздражительность, нарушение чувствительности конечностей, иллюзии и эпилептические судороги. Поэтому прекращать прием лекарства следует, медленно снижая дозу и посоветовавшись с врачом.
- При прекращении длительного приема снотворных может возникнуть обострение симптомов бессонницы.
- При приеме успокоительных и снотворных может появиться толерантность к принимаемым лекарствам, и для достижения действия той же силы будет необходимо увеличить дозу лекарства.
- При длительном и бесконтрольном приеме успокоительных и снотворных также может развиваться лекарственная зависимость. При лекарственной зависимости возникает необходимость последовательно повышать дозу лекарства для того, чтобы достичь такого же действия (толерантность), резкое ухудшение самочувствия при отмене лекарства (признаки отмены) и стремление принимать лекарство и тогда, когда по связанным с состоянием здоровья причинам оно не требуется или даже опасно. Риск развития зависимости нарастает при длительном приеме больших доз, а также в случае неправильного назначения лекарства.

ПОМНИТЕ!

- Успокоительные и снотворные, в основном, являются рецептурными лекарствами, и при необходимости Вам их назначит врач.
- Сообщите лечащему врачу обо всех других принимаемых Вами лекарствах, как рецептурных, так и препаратах, имеющих в ручной продаже.
- В случае возникновения побочных действий при приеме лекарства посоветуйтесь с врачом, который Вам это лекарство назначил.
- Не меняйте схему лечения самостоятельно – не повышайте и не снижайте дозу лекарства и не прекращайте резко прием лекарства.
- Обо всех изменениях самочувствия во время курса лечения сообщайте врачу.
- Не давайте своих лекарств другим лицам и не принимайте лекарств, назначенных другим, даже если Ваши жалобы и симптомы похожи.

Использованная литература:

1. «Тревожные расстройства», Яков Шлик, 2008
2. "The Prescriber's Guide", Stephen M. Stahl, Cambridge University Press 2009
3. "Psühhiaatria", Medicina 2000

Составлено:

Психиатрическая клиника

Северо-Эстонская региональная больница

Палдиское шоссе 52, 10614 Таллинн

Регистратура 617 2644

617 2623

Дежурный кабинет 617 2650

www.regionaalhaigla.ee

info@regionaalhaigla.ee