

Paratsetamooli ei tohi tarvitada kaua aega järjest

Kaire Kenk

20.12.2005



TUTVU KOOSTISEGA: «Ka paljud nn kuumad gripijooigid sisaldavad ühe komponendina paratsetamooli.» ütleb perearst Madis Veskimägi.
Urmas Luik (Pärnu Postimees)

Levinud palavikurohtu paratsetamooli ei tohi tarvitada pikka aega, sest see kahjustab maksa.

Paratsetamool on palavikku alandava ja valuvaigistava toimega ravimitest üks populaarsemaid ja väiksemate kõrvaltoimetega ning sobib hästi valuvaigistiks ka lastele. Nimelt ei soovitata arenenud riikides aspiriini anda alla 18aastastele ja ibuprofeeni alla 12aastastele. Ka need täiskasvanud, kel on mao- või seedetraktivaevusi, kellel kergesti tekivad ninaverejooksud või kes on aspiriini suhtes ülitundlikud, peaksid aspiriini asemel tarvitama paratsetamooli.

Väikelapsele sobib siirup, beebile ravimküünal

Eri tootjafirmad on paratsetamoolile välja mõtelnud erinevaid nimesid – Calpol, Coldrex, Dafalgan, Eferalgan; Grippostad, Pamol, Panadol, Rivargyl, Tylenol, kuid toimeaine on neil kõigil üks. «Ka paljud nn. kuumad gripijooigid (Coldrex jt.) sisaldavad ühe komponendina paratsetamooli. Kui kasutada neist mitmeid erinimelisi ja samas mõne eeltoodud nime all võtta paratsetamooli juurde, võib organismi jõudev ravim põhjustada mürgitusnähte ja raskeid organikahjustusi. Seetõttu tuleb enne tarvitamist alati tutvuda ravimi koostisega,» soovitab perearst Madis Veskimägi.

«Soovitavad annused on täiskasvanutele ja üle 12aastastele lastele 0,5–1 grammi (1–2 suurt tabletti) iga 4–6 tunni järel. Alla 12aastastele tuleks anda 10–15 mg kehakaalu iga kilogrammi kohta ja kuni viis korda ööpäevas. Näiteks, kui on vaja 10 kg kaaluval väikelapsel palavikku alandada, siis eeltoodu alusel korrutatakse 10 (kilo) 15ga (paratsetamooli milligrammiga) ja saadakse ühekordseks annuseks 150 mg. See on umbes veerand suurest tablettist,» ütleb Veskimägi. Selliseid annuseid tohib anda kuni viis korda ööpäevas.

Väikelastele on tablettist märksa sobivam paratsetamooli anda siirupina. Mõnekuustele lastele on kõige parem ravimküünal. «Vaja on teada, et paratsetamooli pärasoolekaudne annus on sama toime saamiseks suukaudsest 1,5–2 korda suurem,» seletab Veskimägi.

Maksakahjustus avaldub 12–48 tunni jooksul

«Olen jätkuvalt seisukohal, et paratsetamool on vähe toksiline vaid lühiajalisel kasutamisel. Pikaajalise ja kontrollimatu kasutamise korral võivad avalduda ohtlikud kõrvaltoimed,» hoiatab kauaaegne Tartu Tervishoiu Kõrgkooli õpetaja Hilma Puis. Võivad tekkida iiveldus, oksendamine, mao limaskesta kahjustus, kõhuvalu; unisus; ülitundlikkusreaktsioonid – hingeldamine, higistamine, vererõhu langus, maksakahjustus.

«Mis tahes ülitundlikkusreaktsiooni ilmnemisel tuleb ravimi manustamine katkestada,» soovitab Puis ja ütleb, et vanurid peaksid paratsetamooli tarvitama vaid siis, kui arst on nii määranud.

Kindlasti ei tohi paratsetamooli võtta koos alkoholi ega uinutitega. Siis võivad maksa kahjustada ka selle ravimi tavalised annused.

Paratsetamooli üleannustamise tunnused esimese 24 tunni jooksul on kahvatus, iiveldus, oksendamine, isutus ja kõhuvalu. Maksakahjustus avaldub, kui ravimi allaneelamisest on möödas 12–48 tundi. See võib tekkida, kui täiskasvanu on võtnud päevas rohkem kui 10 g paratsetamooli või laps rohkem kui 150 mg kehakaalu kilogrammi kohta.

Vaatomata varajaste sümptomite puudumisele peab inimene siis kiiresti saama haiglasse arstliku järelevalve alla. Igaühele, kes on eelmise nelja tunni jooksul võtnud üleannuse paratsetamooli, tuleb teha maoloputus.

«Meeles tasub pidada, et palavik on organismi kaitsereaktsioon ja seda ei tasu kohe alandama hakata. Seda võiks teha, kui kraadiklaas näitab üle 38,5 pügala ja kui palavikuga kaasnevaid nähte, nagu pea- ja liigesvalu, üldist halba enesetunnet talutakse halvasti,» soovitab Veskimägi.

Paljud varem populaarsed ravimid on tänapäeval sattunud ebasoosingusse nende nüüd avastatud kahjulike toimete tõttu.

Päevas maksimaalselt 4 grammi paratsetamooli

Paratsetamooli annusest sõltuvat kahjustavat toimet maksale teatakse aastakümneid. Raviks lubatud maksimaalne päevaannus on 4 grammi. Arstiga konsulteerimata ei tohi paratsetamooli tarvitada kauem kui viis päeva järjest, hoiatab ravimiamet. Üksikuid maksakahjustuse juhte on esinenud 6–8 g manustamise järel, enamasti tekib see, kui ööpäevas on võetud üle 12 grammi. Probleemiks on juhuslikud üleannused. Seepärast on paratsetamool neis riikides, kus seda palju kasutatakse, saadaval väikestes pakendites – et laste kätte ei satuks suurt ravimikogust. Teine võimalus üleannust saada on erinevate kaubanimedega arstimite, s.h. kombinatsioonravimite, kooskasutamine. Mõistlik on mitte koguda koju suurt ravimivaru, kasutada rohtu vastavalt kasutamisujuhisele ja jälgida, mis on selle koostisosad. Üldjuhul on kombinatsioonravimites 0,3–0,75 g, üksikutes ka 1g paratsetamooli. Eestis levinuimates pakendites on 10–20 500 mg tabletti ehk 5–10 g paratsetamooli. Tolle ravimi kogukasutus Eestis on 1000 elaniku kohta 4–6 korda väiksem kui Norras ja Rootsis.

Et ravimitel on kõrvaltoimeid, on paratsetamool endiselt valikravim palaviku ja valu vastu lastel, kuna neil on aspiriini kasutamine vastunäidustatud. Rohtu tuleb annustada täpselt kaasasoleva juhise kohaselt vastavalt lapse kaalule. Ka on paratsetamool oluline igasuguse valu ravis, kuna ei põhjusta erinevalt põletikuvastastest valuvaigistitest mao- ja kaksteistsõrmikuhaavandeid.