



# بنزودیازپین ها (بنزوها)

ایمنی و خطرات دارویی

ارائه شده توسط گروه ویژه بهداشت و درمان PDATF

## بنزودیازپین ها چه هستند؟

بنزودیازپین ها که به آنها "بنزو" نیز گفته می شود، نوعی آرامبخش هستند که برای درمان انواع اختلالات و اقدامات پزشکی استفاده می شود. این داروها بسیار اعتیاد آور هستند و طبق دستور پزشک فقط برای استفاده کوتاه مدت تجویز می شوند.

اثرات بنزودیازپین ها ممکن است در عرض یک ساعت احساس شود و بسته به نوع بنزودیازپین (با اثر کوتاه مدت، متوسط یا طولانی مدت) میتواند از چند ساعت تا چند روز ادامه داشته باشد.

### ایمنی

هنگام مصرف بنزودیازپین به مراقبت بیشتری نیاز است زیرا می تواند باعث خواب آلودگی و اختلال در تمرکز شود و تا روز بعد ادامه یابد.

• در طول مصرف بنزودیازپین از مصرف الکل پرهیز کنید.

• بنزودیازپین ها ممکن است بر تمرکز و توانایی رانندگی شما اثر بگذارد و شما و دیگران را در معرض خطر قرار دهند.

• سایر داروهایی که مصرف می کنید ممکن است بی خوابی و علائم اختلال در تمرکز را تشدید کنند.

• بنزودیازپین ها همچنین می توانند باعث ضعف عضلانی شوند و شما را در معرض خطر بیشتر زمین خوردن قرار دهند.

### بنزودیازپین های رایج

والیوم (دیازپام)  
زاناکس (آلپرازولام)  
کلونوپین (کلونازپام)  
آتیوان (لورازپام)

### سوالاتی برای ارائه دهنده خدمات شما

• آیا غذا و یا نوشیدنی هست که باید پرهیز کنم؟

• این دارو با سایر نسخه های من تداخل پیدا می کند؟

• آیا می توانم این دارو را با ویتامین ها و مکمل های گیاهی مصرف کنم؟

• چه مدت باید دارو مصرف کنم؟

• آیا پس از قطع دارو عوارض جانبی وجود دارد؟

• آیا با قطع مصرف دارو، علائم من عود می کنند؟

• دارو چگونه علائم من را از بین می برد؟

## بنزوها اعتیاد آور هستند

طبق تحقیقات مؤسسه ملی درباره سوء مصرف مواد، استفاده درازمدت بنزودیازپین ها می تواند از نظر جسمی و روانی مشابه مواد افیونی (مثل اکسی کانتین، ویکودین و غیره) و کانابینوئیدها (مثل ماریجوانا)، اعتیادآور باشد.

بنزوها معمولاً برای استفاده طولانی مدت توصیه نمی شوند. با پزشک خود مشورت کنید.



# خطرات و عوارض جانبی بنزودیازپین ها



## خطرات این دارو چه هستند؟

اگر بنزودیازپین ها طبق تجویز و توصیه استفاده شوند، داروهای موثری هستند .  
با این حال، خطرات و عوارض جانبی وجود دارد، به ویژه اگر از آنها به درستی استفاده نشود یا بیش از چند هفته متوالی استفاده شود. مصرف طولانی مدت می تواند به وابستگی و/ یا اختلال در مصرف مواد منجر شود.

### این خطرات عبارتند از

وابستگی	قضاوت نادرست
تاری دید	از دست دادن حافظه
افسردگی	گیجی
بی انگیزگی	خواب آلودگی
تحریک پذیری	بدخوابی، یا خوابهای آشفته
پرخاشگری	مشکلات تنفسی
هذیان	ناتوانی جنسی
توهمات ادراکی	قطع مصرف (که اگر به درستی مدیریت نشود می تواند منجر به تشنج و مرگ شود)
تکانشگری [انجام کار بدون دوراندیشی]	

### وابستگی و قطع مصرف

در صورت تجویز پزشک، این داروها برای استفاده کوتاه مدت مفید هستند. وابستگی جسمی تواند در نتیجه استفاده طولانی مدت و روزانه ایجاد شود.

علائم وابستگی جسمی عبارتند از: نیاز به دوز بالاتر یا زودتر برای کسب نتایج یکسان، و علائم ناخوشایند ترک در هنگام فراموشی مصرف یا عدم مصرف یک دوز.

ترک بنزودیازپین می تواند شدیداً خطرناک و حتی تهدیدی برای زندگی باشد. هنگام قطع مصرف دارو، با ارائه دهنده خود صحبت کنید.

در صورت مصرف بنزودیازپین ها با سایر داروهای افسردگی مانند الکل، یا مواد مخدر مانند ویکودین، پرکست یا هروئین، احتمال ورود افزایش می یابد.

### امحاء و نگهداری مناسب

داروهای تجویزی خود را با کسی به اشتراک نگذارید. این کار غیرقانونی و خطرناک است .

دارو ها را در مکانی قفل شده و یا دور از دسترس دیگران، به خصوص کودکان و حیوانات خانگی که ممکن است به طور تصادفی و یا عمدی مصرف کنند، قرار دهید

یافتن نزدیکترین سطل زباله پزشکی :

<https://bit.ly/34IwGF6>

### منابع

برای کسب اطلاعات بیشتر و پشتیبانی ،  
با شماره 1-2-1 تماس بگیرید

**خط پشتیبانی و اضطراری: (888) 724-7240**  
یا از سایت **UP2SD.org** دیدن کنید

کسب اطلاعات بیشتر درباره کار گروه ویژه سوء مصرف داروی تجویزی در **SDPDATF.org**