



ארגון הרוקחות בישראל
The Pharmaceutical Society of Israel



"نُخفِض (الوزن) ونحافظ على ذلك" - كل ما ترغبون في معرفته عن العلاجات الدوائية لخسارة الوزن وعلاج السمنة - إجابات عن الأسئلة التي يسألها المُعالجون

بروفيسور إيال شفارتسبيرغ، رئيس نقابة الصيدلة في إسرائيل ونائب مدير كلية الصيدلة في جامعة بن غوريون
عييدة كبها، صيدلي مسؤول واخصائي ضمان الجودة

أيلول 2024

يتطرق الدليل التالي إلى الأسئلة والأمور المقلقة الشائعة حول هذه الأدوية، كما ويهدف إلى توفير النصائح والتوجيهات التي من شأنها أن تضمن الالتزام بالعلاج من أجل تحقيق أفضل النتائج للعلاج الدوائي.



1. هل السمنة مرض؟

منظمة الصحة العالمية ووزارة الصحة في إسرائيل، قد أعلنتا عام 2018 أنّ السمنة يعتبر مرض. إذا نظرنا من حولنا وجدنا أنّ 27% من الإسرائيليين يعانون من السمنة. إن أدوية خسارة الوزن ليست معدة للزيادة الطفيفة في الوزن وإنما فقط عندما يكون حساب مؤشر كتلة الجسم BMI يساوي أو يزيد عن 30، أو أعلى من 27 ومصحوبًا بأمراض وعوامل خطر أخرى، كأمراض القلب والسكري وغيرها. يمكن للأدوية المعدّة لتخفيض الوزن أن تلعب دورًا مركزيًا في معالجة مرض السمنة، ومن المهم دمج هذه الأدوية مع إحداث تغييرات في نمط الحياة.

2. كيف تعمل الأدوية المعدّة لتخفيض الوزن؟

تعمل الأدوية المعدّة لتخفيض الوزن بواسطة آليات مختلفة:

كبت الشهية: أدوية مثل **فينترمين** (المُسوّق في إسرائيل تحت اسم "رازين")، تؤثر على الناقلات العصبية في الدماغ، مثل النورأدرينالين، من أجل تقليل الشعور بالجوع. وبذلك يؤثر الدواء بشكل مباشر على المنطقة المسؤولة عن الشهية في الدماغ ويؤدي إلى تقليل الشهية والشعور بالجوع.

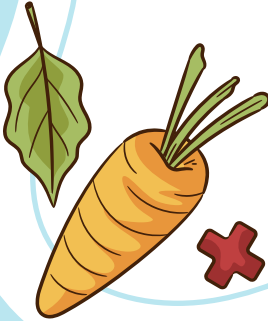
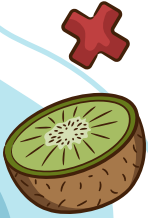
تأخير امتصاص الدهون: أورليستات (المُسوّق في إسرائيل تحت اسم "كسينيكال") يقلل كمية الدهون التي تُمتص من الطعام. يعمل الأورليستات (كسينيكال) في الجهاز الهضمي، ويعيق الإنزيمات (الليبازات) المسؤولة عن تفكيك الدهون وامتصاصها. يؤدي الأورليستات عن طريق ارتباطه بإنزيمات الجهاز الهضمي إلى امتصاص كمية أقل من الدهون، وهكذا فإنه يقلل كمية السعرات الحرارية التي تُنتج من الدهون - وبالتالي يساعد على تخفيض الوزن. يتخلّص الجسم من الدهون التي لا تُمتص من خلال البراز.



• **تنظيم الهرمونات وكبت آليات الجوع في الدماغ:** ناهضات للمستقبل GLP-1، مثل ليراجلوتايد، سيماجلوتايد وتيرزيايوتايد تساعد على التحكم بالشهية وتنظم أيضا استهلاك الطعام. ليراجلوتايد (المُسَوَّق في إسرائيل تحت اسم "ساكسندا") هو دواء من عائلة الناهضات لـ GLP-1. يعمل على المُستقبِلات في الدماغ التي تتحكّم بالشهية، ويؤدّي إلى الشعور بالشبع والإمتلاء ويخفّف الشعور بالجوع. وبالتالي يساعد على تقليل كميات الطعام التي تُستهلك - الأمر الذي يؤدّي إلى خسارة الوزن.

• **سيماجلوتايد (المُسَوَّق في إسرائيل تحت اسم "ويجوفي")** يوصف لمعالجة السمنة. تجنّبا للبلبلة، تجدر الإشارة إلى أنّ المادة النشطة سيماجلوتايد توصف أيضا لمعالجة السكري من النوع 2، وهو مُسَوَّق في إسرائيل تحت اسم "أوزيمبيك". هذا دواء مختلف وجرعة "سيماجلوتايد" التي توصف لمرض السكري أقل من تلك التي تُوصف لمعالجة السمنة. يشبه سيماجلوتايد هورمونًا طبيعيًا في الجسم يُدعى GLP-1، ويعمل على مُستقبِلات في الدماغ والجهاز الهضمي. يؤثّر على مركز الشبع في الدماغ من أجل تقليل الشعور بالجوع، وفي نفس الوقت يعمل في الجهاز العصبي من أجل إبطاء وتيرة تفرغ المعدة، الأمر الذي يؤدّي إلى الشعور بالشبع لفترة أطول. كما أنّه يؤثّر على مدّة إفراز الإنسولين ويقلّل إنتاج السكّر في الكبد.

• **تيرزيايوتايد (المُسَوَّق في إسرائيل تحت اسم "ماونجارو")** يعمل ناهضًا لمستقبليّين: GLP-1 و GIP الموجودين في الدماغ والجهاز الهضمي. وبذلك يؤدّي إلى تقليل الشهية، إبطاء تفرغ المعدة، وتحسين تبادل الموادّ وفي نفس الوقت تؤثّر على مركزيّ الجوع والشبع في الدماغ وعمليات الهضم في الجسم.



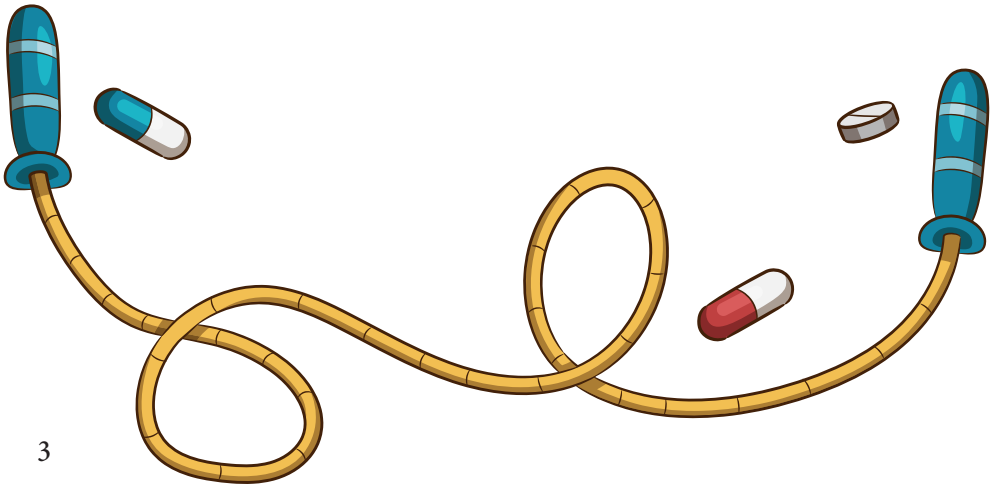
3. ما هي أنواع الأدوية المُصَادَق عليها والمُسَوِّقَة في إسرائيل في الوقت الحالي؟

جميع الأدوية التي تعالج السُّمنة توجب وصفة طبية ومرافقة من الطبيب. الأدوية المُصَادَق عليها في إسرائيل والمُسَوِّقَة حتى الآن وحتى كتابة هذا الدليل، هي كالتالي: ساكسندا، الذي يحتوي على المادة الفعالة ليراجلوتايد، يُعطى من خلال الحقن مرّة واحدة في اليوم، وينتمي لعائلة GLP-1. رازين، الذي يحتوي على الفينترمين، ويتمّ تناوله مرّة واحدة في اليوم، وهو قرص للبلع يؤخذ قبل وجبة الإفطار او بعد وجبة الإفطار بساعة - ساعتين. ويجوز في الذي يحتوي على سيماجلوتايد ويتمّ تناوله من خلال الحقن مرّة واحدة في الأسبوع. كسينيكال الذي يحتوي على أورليستات، هو قرص للبلع يتمّ تناوله حتى ثلاث مرّات في اليوم مع الوجبات. هناك دواء آخر اسمه "ماونجارو" الذي يحتوي على تيرزيباتايد، وهو أيضًا معدّ للحقن مرّة واحدة في الأسبوع. تمّت المصادقة على استخدامه في إسرائيل، لكنّه لا زال غير مُسَوِّق في إسرائيل حتى الان.

خارج إسرائيل، وخاصةً في الولايات المتحدة، تمّت المصادقة على أدوية أخرى من قبيل إدارة الغذاء والدواء الأمريكية (FDA)، ولكن حتى هذه اللحظة، لم تُسجّل هذه الأدوية في سجلّ الأدوية في إسرائيل ويمكن استيرادها إلى إسرائيل لاستخدامها بشكل شخصي فقط، بعد الحصول على موافقة وزارة الصحة لاستخدامها.

4. أين يمكنني الحصول على الأدوية المعدة لمعالجة السُّمنة؟

يمكن الحصول على الأدوية المخصصة لمعالجة السمنة من خلال عرض وصفة طبية سارية المفعول. يجب الحرص على شراء الأدوية فقط من الصيدليات المرخّصة في إسرائيل، وذلك لكي لا يتم شراء أدوية مزيفة التي من الممكن أن تشكّل خطرًا على المتعالج. كما أنه من المهم الامتناع عن شراء الأدوية من مصادر غير معروفة، مثل مواقع الإنترنت خارج البلاد. هذه الأدوية معدة للاستخدام الشخصي فقط، ويجب عدم إعطائها لأي شخص آخر.



5. لماذا من المهم معالجة السمنة وما هي الحَسَنَات الكامنة في خسارة الوزن؟

السمنة ليست فقط مسألة جمالية، وإنما يمكنها أيضاً أن تؤدي إلى أمراض متنوعة وتزيد من احتمال الوفاة. خسارة الوزن هامة وضرورية لأنها تقلل خطر الإصابة بأمراض مزمنة مثل السكري، ارتفاع ضغط الدم وأمراض القلب والأوعية الدموية، السرطان، الاكتئاب والقلق، أمراض المفاصل وغيرها الكثير. بالإضافة إلى ذلك، تحسّن من جودة الحياة، من خلال تقليل الإصابة بأمراض ميكانيكية كانقطاع النّفس خلال النوم، مشاكل في الظهر، مشاكل في الركبتين، وذمة في الرّجلين ومشاكل في الحركة. بعض الأدوية لمعالجة السمنة لها حَسَنَات وفوائد أخرى عدا عن التأثير المباشر على خسارة الوزن. اظهرت الأبحاث أنّ السيماجلوتايد يقلّل بشكل ملحوظ خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية الحادة لدى الأشخاص الذين يعانون من الوزن الزائد أو السمنة.

6. ما هو أنجع دواء لمعالجة السمنة؟

يُعدّ السيماجلوتايد والتيريزيباتايد اليوم أنجع دوائين لمعالجة السمنة. اظهرو هذين الدوائين في التجارب السريرية خسارة ملحوظة في الوزن أكثر من كلّ الأدوية الأخرى. اختيار الدواء المناسب يتعلّق بالوضع الصحيّ للمعالج، الهدف المرجوّ تحقيقه من معالجة السمنة، الأعراض الجانبية المحتملة، هل هناك أمراض أخرى، إمكانية وجود علاقات متبادلة مع أدوية أخرى وما يفضّله المعالج (هناك مَنْ يفضّل العلاج الأسبوعيّ، وهناك مَنْ يرغب في تجنّب الحقن). من الضروري استشارة الطبيب/ة/المعالج/ة لتحديد أفضل إمكانية لك.

7. هل الأدوية المُعدّة لمعالجة السمنة ملائمة للجميع؟

هذه الأدوية توصف عادةً للبالغين الذين لديهم مؤشر كتلة الجسم BMI يساوي او يزيد عن 30، أو 27 ولكنّه مصحوب بمشاكل صحية ناجمة عن الوزن الزائد. هذه الأدوية غير مناسبة للجميع، خاصّةً للنساء الحوامل، المرضعات والنساء اللواتي تخططن الدخول في حمل في الفترة القريبة. لتلقّي شرح مُفصّل ووافٍ عن الفئات السكانية الملائمة للعلاج، من المهم التمعّن في النشرة للمستهلك المرفقة بالدواء الذي وُصف لك. على أيّة حال، القرار بالعلاج يُتخذ على يد الطبيب/ة/المعالج/ة، وبالتشاور معك. من الجدير بالذكر أيضاً أنّه تمّت ملاءمة الدواء خصيصاً لك وبشكل شخصيّ، وذلك بعد أن قامت الجهة المُعالِجة بدراسة جميع المعطيات التي تملكها، لذلك امتنعوا عن نصح أشخاص آخرين باستعمال دوائكم أو مشاركته مع الآخرين.



8. هل يستطيع الأطفال أو المراهقون تناول الأدوية المُعدّة لخسارة الوزن؟

بعض الأدوية، كالأورليستات والبراجلوتايد والسيماجلوتايد تمّت المصادقة عليها لاستخدامها مع الأطفال من عمر 12 عامًا وما فوق. ومع ذلك، يجب الحذر عند اتّخاذ قرار استخدام هذه الأدوية على يد الفئات السكانية الشابة، كما ويجب أن يكون ذلك تحت إشراف ومراقبة طبية.

9. هل الأدوية المُعدّة لتخفيض الوزن يمكنها أن تساعد وتفيد بدون ممارسة النشاط البدنيّ وتغيير النظام الغذائيّ (حمية غذائية)؟

صحيح أنّ الأدوية المُعدّة لتخفيض الوزن يمكنها أن تساعد على خسارة الوزن، ولكنها تكون ناجعة أكثر عندما تُدمج مع تغييرات في نمط الحياة، بما في ذلك التغذية الصحية والنشاط البدنيّ المنتظم. لذلك، لتحقيق أفضل النتائج لخسارة الوزن والحفاظ عليه، يوصى بالدمج بين العلاج الدوائيّ وتغيير نمط الحياة.

10. ما هي الأعراض الجانبية المُحتملة؟

من بين الأعراض الجانبية الشائعة: الغثيان، التقيؤ، الإمساك والتعب، خاصّةً مع ناهضات المُستقبلِ GLP-1. الأعراض الجانبية هذه تقلّ غالبًا مع الوقت، ولكن يمكن أن تحدث ردود فعل أشدّ. الأدوية التي تحتوي على الفينترمين يمكن أن تؤدي إلى العصبية، ارتفاع ضغط الدم، وحتى إلى الادمان، الأدوية التي تحتوي على الأورليستات تؤدي في الأساس إلى الغازات، الإسهال وأعراض جانبية في الجهاز العصبيّ. هذه بالطبع ليست القائمة الكاملة، كما ويجب التمعّن في قراءة النشرة للمستهلك قبل استخدام الدواء وأثناء استخدامه. إذا ظهرت أيّة أعراض جانبية لا ترد في النشرة أو أنّها عُرّفت على أنّها حادة أو إذا تفاقمت يجب التوجّه إلى الطبيب/ة المُعالج/ة لتلقّي المساعدة الطبية دون أيّ تأخير. كما ويمكنكم استشارة طبيبك/ طبيبتكم، أو الصيدليّ/الصيدلانية. يمكنكم الإبلاغ عن الأعراض الجانبية لوزارة الصحة من خلال الدخول إلى الرابط التالي: <https://sideeffects.health.gov.il>.

11. كم من الوقت عليّ تناول الأدوية المُعدّة لتخفيض الوزن حتى تبدأ النتائج بالظهور؟

الوقت الذي يمرّ حتى ظهور النتيجة هو أمر شخصي يختلف من شخص إلى آخر، لكن يمكن أن يتوقّع المُعالجون ملاحظة النتائج خلال أسابيع معدودة وفي بعض الحالات خلال أشهر، حسب آلية عمل الدواء، يمكن توقّع انخفاض في الوزن بنسبة 5-20% من الوزن الابتدائيّ وذلك في أعقاب الدمج بين الدواء وتغييرات في نمط الحياة. مدة استخدام الدواء تختلف من شخص إلى آخر ويجب الاستمرار في استخدامه طالما ناجعًا وآمنًا. بما أنّ السمنة هي مرض مزمن، يجب الاستمرار في معالجتها حتّى عندما تحقّقون النتائج المرجوة، فهي لن تختفي كما هو الحال مع أمراض مزمنة أخرى كارتفاع ضغط الدم، فائض الدهون في الدم وأمراض أخرى.

12. ماذا يحدث إذا توقفت عن تناول الدواء؟

إذا توقفت عن تناول الدواء، فمن الممكن أن يزيد وزنك. لتجنّب ذلك يجب تغيير نمط الحياة في نفس الوقت الذي تتناول به الدواء. يجدر بك مناقشة الموضوع مع الطبيب/ة الذي/التي وصف/ت لك المستحضر لتلقّي توجيه بهذا الشأن.

13. أتناول الدواء لخسارة الوزن، في بداية العلاج خسرتُ من وزني، أما الآن فوزني لا يقلّ، ما الذي يتوجّب عليّ فعله؟

أولاً، كلّ الاحترام لك على تخفيف وزنك! فهذه ليست سيرورة سهلة وتتطلب الالتزام والمواظبة. التوقّف عن خسارة الوزن لا يدلّ على عدم نجاعة الدواء، وإمّا يدلّ على احتمال وصولك إلى الوزن المُبتغى، أو بدلاً من ذلك، هناك حاجة إلى جرعة مختلفة. على أيّة حال لا توقّفوا عن تناول الدواء ولا تغيّروا جرعة الدواء على عاتقكم، وتوجّهوا إلى الطبيب/ة للاستشارة.

14. هل يمكن الدمج بين عدّة علاجات للسمنة من عائلات مختلفة؟

بشكل عامّ يجدر دائماً البدء بتناول دواء واحد. من حيث المبدأ يمكن الدمج بين الأدوية، ولكنّ القرار بإضافة دواء آخر لمعالجة السمنة أو الدمج بين عدّة أدوية يعود إلى الطبيب/ة الذي/التي يعالجك/تعالجك فقط ووفقاً لحالتك الطبية.



15. ما الذي يمكنه أن يساعدني مع الأدوية المعدّة لعلاج السمنة/ لتقليل الوزن؟

هناك عدّة عوامل يمكنها أن تساعدك في مسيرتك لخسارة الوزن والقيام بالتغييرات اللازمة لنمط الحياة. يمكن للأطباء والصيادلة أن يُساعدونك ويرشدونك أثناء استخدامك للأدوية، يمكن لأخصائيّي التغذية أن يقدّموا لك المشورة بشأن التغذية المناسبة، أمّا المدربون الرياضيون فيمكنهم أن يساعدونك بكلّ ما يخصّ النشاط البدنيّ ودمجه مع الحياة اليومية.

16. ما الذي يمكن القيام به لتحسين الاستجابة والالتزام بالدواء الذي وُصف لك؟

أ. ضمان التزامك بالأدوية لتخفيف الوزن هو أمر حاسم لتحقيق النتائج الصحية المرجوة. فيما يلي بعض الإستراتيجيات: حدّدوا تذكّرة واستخدموا التكنولوجيا: استخدموا تطبيقات في الهاتف المحمول أو خدمات ال SMS لوضع تذكّرة يومية أو أسبوعية تذكّرك بتناول دوائك.

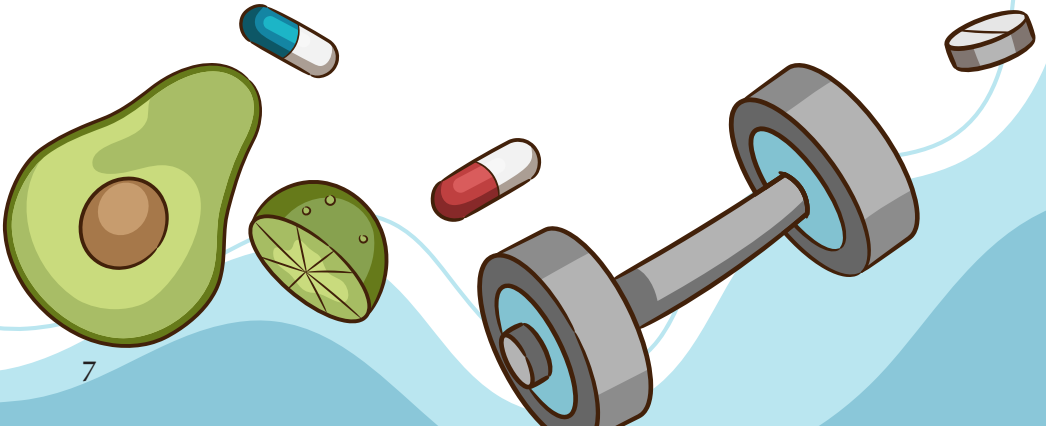
ب. اخلفوا لأنفسكم روتيناً: تناولوا دواءكم في نفس الموعد وفي نفس الساعة لخلق عادة ثابتة.

ت. اعرّفوا عن الدواء الذي تتناولونه: افهموا كيف يعمل الدواء، وما هي حسناته وأعراضه الجانبية المُحتملة. اسألوا الطبيب/ة أو الصيدليّ/الصيدلانية. اقرؤوا نشره المستهلك المتوقّرة في الملفّ الإلكتروني في موقع مخزون الأدوية لوزارة الصحة والمرفّقة أيضاً بعبوة الدواء، كي تطلّعوا على آخر المعلومات، استخدموا المعلومات المحتملة والخاضعة للرقابة والمُتأكّد من صحتها. استخدموا مواقع الإنترنت لمزوّدِي الصحة الكبار كوزارة الصحة، سلطات الصحة الأخرى، المستشفيات وصناديق المرضى، أو المعلومات التي تمّت المصادقة على توفيرها للمُعالجين وتكون مُرفقة بعبوة الدواء أو تُوفّر على يد الجهة المُعالِجة. تجدر الإشارة إلى أنّ هناك الكثير من المعلومات غير الدقيقة - أو يمكن القول عنها أنها خطيرة - المنتشرة في مواقع الإنترنت، ولذلك توخّوا الحذر عند اختيار واستخدام المعلومات.

ث. ابحثوا عن دعم: شاركوا العائلة والأصدقاء أو انضمّوا لمجموعات دعم لتشارِك التجارب والإستراتيجيات.

ج. تطرّقوا إلى العراقل التي تحدث أثناء المسيرة: شخّصوا العراقل الشخصية للالتزام واعملوا مع أفراد طاقمكم الطبيّ لتطوير حلول.

ح. تتبّعوا تقدّمكم: فليكن لديكم دفتر يوميات تتبّعون فيه تقدّمكم في خسارة الوزن، واحرصوا على إجراء فحوصات منتظمة، كما حدّد/ت لكم طبييكم/ طبييتكم المُعالِج/ة.



17. هل تتعارض هذه الأدوية مع أخرى أتناولها؟

من الممكن أن تتعارض هذه الأدوية مع أدوية أخرى تتناولونها، قائمة العلاقات المتبادلة الكاملة مُفصَّلة في النشرة للمُستهلك وفقاً للدواء الذي يتم تناوله. من المهم تجنب هذا النوع من التعارض، كي لا تحدث أعراض جانبية أو مضاعفات للعلاج بسبب هذا الدمج. على أية حال، من المهم استشارة الطبيب/ة أو الصيدلي/الصيدلانية عندما يُضاف دواء جديد أو عندما يُؤخذ دواء بدون وصفة طبية، أو مُكَمَّل غذائي.

18. ما هو سعر الأدوية؟

يُحدّد سعر الدواء في إسرائيل على يد وزارة الصحة، وهو يتغيّر بين الحين والآخر. حتّى الآن، الأدوية ليست في السلسلة الصحية، ولذلك يمكن شراؤها أو بشكل خصوصي أو في قسم من الحالات من خلال التأمينات المُكَمَّلة لصناديق المرضى.

تلخيص

يوجد اليوم أكثر من أي وقت مضى حلول دوائية لخسارة الوزن. يمكن أن تكون الأدوية المعدّة لتخفيض الوزن أداة قيّمة لمعالجة السمنة المفرطة، ولكنها تكون ناجعة للغاية عندما تُدمج مع تغييرات في نمط الحياة، بما في ذلك التغذية الملائمة والنشاط البدني وتلقّي دعم متواصل من المهنيين في مجال الصحة. من خلال فهم آليات عمل وحسّات هذه الأدوية وأعراضها الجانبية المحتملة، ومن خلال تطوير إستراتيجيات لضمان الالتزام، يمكنكم العمل حتى الوصول إلى وزن صحي والحفاظ عليه. من المهم أن تتذكروا أنّ الوصول إلى وزن صحي ناجح ليس بالسحر، وإمّا هو مسيرة تتطلّب الالتزام والدعم والإتاحة الشاملة.





ארגון הרוקחות בישראל

The Pharmaceutical Society of Israel