



ארגון הרוקחות בישראל
The Pharmaceutical Society of Israel



”מורידים (במשקל) ומתמידים”
כל מה שרציתם לדעת על הטיפולים התרופתיים
על ירידה במשקל וטיפול בהשמנה
תשובות לשאלות ששואלים מטופלים

כרופ' איל שורצברג, יו"ר ארגון הרוקחות בישראל,
ס. מנהל בית הספר לרוקחות, אוניברסיטת בן גוריון

ספטמבר 2024

מדריך זה מתייחס לשאלות ודאגות נפוצות לגבי תרופות אלה
ולספק עצות והכוונה להבטחת היצמדות לטיפול
לשם השגת תוצאות מיטביות עם הטיפול התרופתי.



1. האם השמנה היא מחלה?

השמנה הוכרזה כמחלה על ידי רשויות הבריאות העולמיות וע"י רשויות הבריאות בישראל כבר ב-2018. אם נביט סביבנו, נראה כי כ-27% מהישראלים סובלים מהשמנה.

תרופות לירידה במשקל אינן מיועדות לעודף משקל קל אלא רק כאשר מוגדר יחס גוף משקל (BMI) הגבוה מ/או שווה ל30, או מעל 27, כאשר מתלוות אליו מחלות וגורמי סיכון נוספים כגון מחלות לב, סוכרת ועוד. תרופות להפחתת משקל יכולות למלא תפקיד משמעותי בניהול מחלת השמנה, וחשוב לשלבן עם שינויים באורח החיים.

2. כיצד פועלות תרופות להפחתת משקל?

תרופות להפחתת משקל פועלות באמצעות מנגנונים שונים:

דיכוי תיאבון: תרופות כמו **פנטרמין** (המשווק בישראל בשם "**רזין**") משפיעות על מוליכים עצביים במוח, כגון נוראדרנלין, כדי להפחית רעב. פנטרמין מגרה את מערכת העצבים המרכזית, וכך מביא לירידה בתיאבון.

עיכוב ספיגת שומן: **אורליסטט** (המשווק בישראל בשם "**קסניקל**") מפחית את כמות השומן הנספגת מהתזונה. אורליסטט (קסניקל), פועלת במערכת העיכול ומעכבת אנזימים (ליפאזות) שאחראים לפירוק שומנים ולספיגתם. אורליסטט גורמת לכך שפחות שומן נספג למערכת העיכול ובכך היא מפחיתה את כמות הקלוריות שמופקות מהשומן - מה שמסייע לירידה במשקל. השומן שאינו נספג מסולק מהגוף בצואה.



ויסות הורמונלי וזיכוי מנגנוני רעב במוח:

אגוניסטים של קולטן GLP-1, כגון לירגלוטייד, סמגלוטייד וטירזפטיד אשר עוזרים לשלוט בתיאבון ומווסתים גם את צריכת מזון.

• **לירגלוטייד** (המשווק בישראל בשם **"סאקסנדה"**) היא תרופה ממשפחת האגוניסטים ל-GLP-1. היא פועלת על קולטנים במוח ששולטים בתיאבון וגורמת לתחושת שובע ומלאות ומחלישה את תחושת הרעב. בכך היא מסייעת להפחית בכמויות האוכל שאורכים - מה שמביא לירידה במשקל.

• **סמגלוטייד** (המשווק בישראל בשם **"וויגובי"**) וניתן לטיפול בהשמנה. על מנת למנוע בלבול, יצויין כי החומר הפעיל סמגולטייד ניתן גם לטיפול בסוכרת מסוג 2, ומשווק בישראל בשם "אוזמפיק". זוהי תרופה שונה והמינון של סמגולטייד הניתן למחלת הסוכרת נמוך מזה הניתן להשמנה.

סמגלוטייד מחקה הורמון טבעי בגוף הנקרא GLP-1 ופועל על קולטנים במוח ובמערכת העיכול. הוא משפיע על מרכז השובע במוח כדי להפחית תחושת רעב, ובמקביל פועל במערכת העיכול להאט קצב ריקון הקיבה, מה שמוביל לתחושת שובע ממושכת יותר. הוא גם משפיע על משך הפרשת אינסולין ומפחית ייצור סוכר בכבד.

• **טירזפטיד** (המשווק בישראל בשם **"מונג'רו"**) פועל כאגוניסט (מעורר) של שני קולטנים: GLP-1 ו-GIP המצויים במוח ובמערכת העיכול. פעולה זו מובילה להפחתת תיאבון, האטת ריקון הקיבה, ושיפור בחילוף החומרים, תוך השפעה על מרכזי הרעב והשובע במוח ועל תהליכי העיכול בגוף.



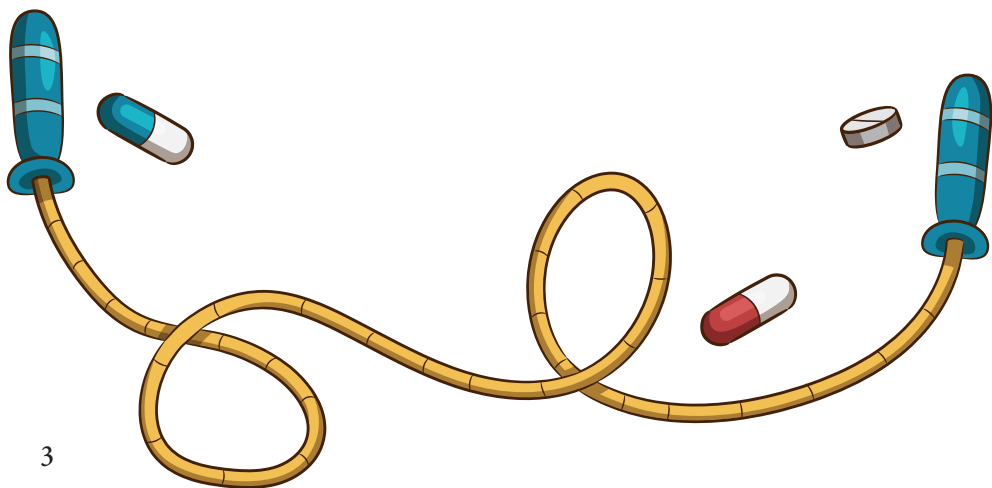
3. מהן סוגי התרופות שאושרו ומשווקות לעת הזאת בישראל?

כלל התרופות להשמנה חייבות במרשם וליווי רופא. תרופות שאושרו לשימוש בישראל ומשווקות בה נכון לכתובת כתיבת שורות אלו: סאקסנדה, המכילה את החומר הפעיל לירגלוטייד, ניתנת בהזרקה פעם ביום, שייכת למשפחת ה-GLP-1. רזין המכילה פנטרמין, ונלקחת פעם ביום, כמוסה, בבליעה עם הארוחה. וויגובי, המכילה סמגלוטייד, ניתנת בהזרקה אחת לשבוע. קסניקל המכילה אורליסטט, הינה כמוסה הנלקחת בבליעה עד שלוש פעמים ביום עם הארוחות. ישנה תרופה נוספת שאושרה לשימוש בישראל, אך עדיין לא משווקת בישראל - מונג'רו, המכילה טירזפטייד, גם היא מיועדת להזרקה אחת בשבוע.

בח"ל ובמיוחד בארה"ב אושרו תרופות נוספות על ידי מנהל התרופות והמזון האמריקאי (FDA) אך נכון לעת הזאת הן לא נרשמו בישראל בפנקס התרופות וניתן לייבאן לישראל לשימוש אישי בלבד, תוך קבלת אישור משרד הבריאות לשימוש בהם.

4. היכן ניתן לרכוש את התרופות לטיפול בהשמנה?

את התרופות לטיפול בהשמנה ניתן לרכוש בהצגת מרשם רופא תקף. יש להקפיד ולרכוש אך ורק מבתי מרקחת מורשים בישראל וזאת בשל החשש לתרופות מזויפות שעלולות לסכן את הרוכשים. כמו כן חשוב להימנע מרכישת תרופות ממקורות לא ידועים, כמו אתרי אינטרנט בחו"ל. התרופות הן לשימוש אישי בלבד, ואין להעבירן לאדם אחר.



5. מדוע חשוב לטפל בהשמנה ומהם היתרונות לירידה במשקל?

השמנה אינה רק עניין אסתטי, היא עלולה גם להביא לתחלואה נלווית מגוונת ולעלייה בתמותה. ירידה במשקל חשובה כי היא מפחיתה את הסיכון למחלות כרוניות כמו סוכרת, יתר לחץ דם ומחלות לב וכלי דם, כבד שומני, סרטן, דיכאון וחרדה, מחלות מפרקים ועוד. בנוסף, היא משפרת את איכות החיים על ידי הפחתה בתחלואה מכנית, כמו דום נשימה בשינה, בעיות גב, בעיות ברכיים ובצקות ברגליים ובעיות נייזות.

לחלק מהתרופות לטיפול בהשמנה יש יתרונות גם מעבר להשפעה הישירה של הירידה במשקל. מחקרים הראו כי טיפול בסמגלוטייד מפחית משמעותית את הסיכון לאירועים קרדיווסקולריים חמורים בקרב אנשים עם עודף משקל או השמנה.

6. מהי התרופה לטיפול בהשמנה היעילה ביותר?

סמגלוטייד וטירזפטיד נחשבות כיום לתרופות להשמנה היעילות ביותר. תרופות אלו מציגות את הירידה המשמעותית ביותר במשקל בניסויים קליניים. בחירת התרופה המתאימה תלויה במצב הבריאות של המטופל, יעדי הטיפול בהשמנה, תופעות לוואי פוטנציאליות, האם קיימת תחלואה נוספת, האפשרות ליחסי גומלין עם תרופות נוספות, והעדפת המטופל (יש שיעדיפו טיפול שבועי, ויש שירצו להימנע מהזרקה). חיוני להתייעץ עם הרופא המטפל. כדי לקבוע את האפשרות הטובה ביותר עבורך.

7. האם תרופות להשמנה מתאימות לכולם?

תרופות אלה נרשמות בדרך כלל למבוגרים עם BMI של 30 ומעלה, או 27 עם בעיות בריאות הקשורות למשקל. הן אינן מתאימות לכולם, במיוחד לנשים בהריון, מניקות, או מתכננות להיכנס להריון בתקופה הקרובה. לפירוט המלא של אוכלוסיות מטופלים המתאימים לטיפול, חשוב לעיין בעלון לצרכן של התרופה שנרשמה עבורך. בכל מקרה ההחלטה על הטיפול היא של הרופא. המטפל ותעשה בהתייעצות עימך. חשוב גם להזכיר כי התרופה הותאמה עבורך באופן אישי, לאחר שהגורם המטפל שקל את כלל הנתונים שעומדים בפניו, על כן הימנעו מלהמליץ או לחלוק את התרופה שלכם עם אנשים אחרים.



8. האם ילדים או בני נוער יכולים לקחת תרופות להפחתת משקל?

חלק מהתרופות, כמו אורליסטט, לירגלוטייד וסמגלוטייד, מאושרות לשימוש בילדים מגיל 12 ומעלה. עם זאת, ההחלטה להשתמש בתרופות אלה באוכלוסיות צעירות יותר צריכה להתקבל בזהירות ותחת פיקוח רפואי.

9. האם תרופות להפחתת משקל יעזרו ללא פעילות גופנית ושינוי בתזונה (דיאטה)?

בעוד שתרופות להפחתת משקל יכולות לסייע בהפחתת משקל, הן יעילות ביותר כאשר הן משולבות עם שינויים באורח החיים, כולל תזונה בריאה ופעילות גופנית סדירה. על כן כדי להגיע לתוצאות מיטביות, של ירידה במשקל ושמירה עליו, מומלץ לשלב טיפול תרופתי עם שינוי באורח חיים.

10. מהן תופעות הלוואי הפוטנציאליות?

תופעות לוואי נפוצות כוללות בחילה, הקאות, עצירות ועייפות, במיוחד עם אגוניסטים של קולטן GLP-1. תופעות לוואי אלה לרוב פוחתות עם הזמן, אך תגובות חמורות יותר עלולות להתרחש. תרופות המכילות פנטרמין, יכולות לגרום לעצבנות, עלייה בלחץ הדם, ואף לתלות, תרופות כמו אורליסטט, גורמות בעיקר לגזים, שלשולים ותופעות לוואי במערכת העיכול. כמובן שזאת אינה רשימה מלאה, ויש לעיין בעלון לצרכן טרם ובמהלך לשימוש. ככל שמופיעה תופעת לוואי שאינה מופיעה בעלון או מוגדרת כחמורה, או מתגברת יש לפנות לרופא/ה המטפלת/ת לקבלת עזרה רפואית ללא דיחוי. כמו כן תוכלו להתייעץ עם הרופא/ה, או הרוקח/ת שלכם. ניתן לדווח על תופעות לוואי למשרד הבריאות ע"י כניסה לקישור: <https://sideeffects.health.gov.il>

11. כמה זמן עליי לקחת תרופות להשמנה כדי לראות תוצאות?

זמן התגובה הינו אינדיבידואלי, אך מטופלים יכולים לצפות לראות תוצאות תוך מספר שבועות ובחלק מהמקרים חודשיים, בהתאם למנגנון הפעולה של התרופה, ניתן לצפות לירידה במשקל של 5-20% ממשקלם ההתחלתי כאשר משולב עם שינויים באורח החיים. משך השימוש בתרופות משתנה ויש להמשיך בו כל עוד הוא יעיל ובטוח. בהינתן כי השמנה היא מחלה כרונית, הרי שיש להמשיך ולטפל בה גם כשכבר הגעתם ליעד, שהרי היא לא תעלם, כפי שנעשה עם מחלות כרוניות אחרות כמו יתר לחץ דם, עודף שומנים בדם ומחלות נוספות.

12. מה קורה אם אפסיק לקחת את התרופה?

אם תפסיק/י לקחת את התרופה, ייתכן שתעלה/י במשקל. כדי להימנע מכך חשוב לשנות את אורח החיים במקביל לנטילת התרופה. כדאי לדון על הנושא עם הרופא/ה שרשמה את התכשיר כדי לקבל הכוונה בנושא זה.

13. אני נוטל/ת תרופה לירידה במשקל, בהתחלת הטיפול הורדתי במשקל, אך כעת המשקל אינו יורד יותר, מה עלי לעשות?

ראשית, כל הכבוד על הירידה במשקל! לא מדובר בתהליך פשוט והוא דורש מחויבות והתמדה. הפסקת הירידה במשקל אינה מעידה על חוסר יעילות התרופה, אלא על האפשרות כי הגעת למשקל היעד, או לחילופין יש צורך במינון שונה. בכל מקרה אל תפסיקו ליטול או שנו את מינון התרופה על דעת עצמכם, וכנו לרופא/ה לייעוץ.

14. האם ניתן לשלב מספר טיפולים להשמנה ממשפחות שונות?

ככלל תמיד כדאי להתחיל עם תרופה אחת. עקרונית ניתן לשלב אך ההחלטה על הוספת תרופה נוספת לטיפול בהשמנה, או שילוב של מספר תרופות היא של הרופא/ה שמטפלים בך בהתאם למצבך הרפואי.



15. מי יכול לעזור לי עם תרופות להשמנה/הפחתת משקל?

מספר גורמים יכולים לסייע במסע שלך לירידה במשקל וביצוע השינויים הנדרשים באורח החיים. רופאים ורוקחים יוכלו לסייע ולהדריך אותך בתהליך השימוש בתרופות, תזונאים יוכלו לייעץ בנוגע לתזונה מתאימה ואילו מאמני כושר יוכלו לסייע בנוגע לפעילות גופנית ושילובה בחיי היום יום.

16. מה ניתן לעשות כדי לשפר את ההיענות וההצמדות למשטר התרופתי שנרשם עבורך?

הבטחת היצמדות למשטר התרופות לירידה במשקל שלך היא קריטית להשגת תוצאות הבריאות הרצויות. הנה כמה אסטרטגיות:

א. הגדירו תזכורות והשתמשו בטכנולוגיה: השתמשו באפליקציות לנייד או בשירותי SMS להגדרת תזכורות יומיות או שבועיות לנטילת התרופה שלכם.

ב. קבעו שגרת נטילה: קחו את התרופה שלכם במועד ובשעה קבועים כדי ליצור הרגל.

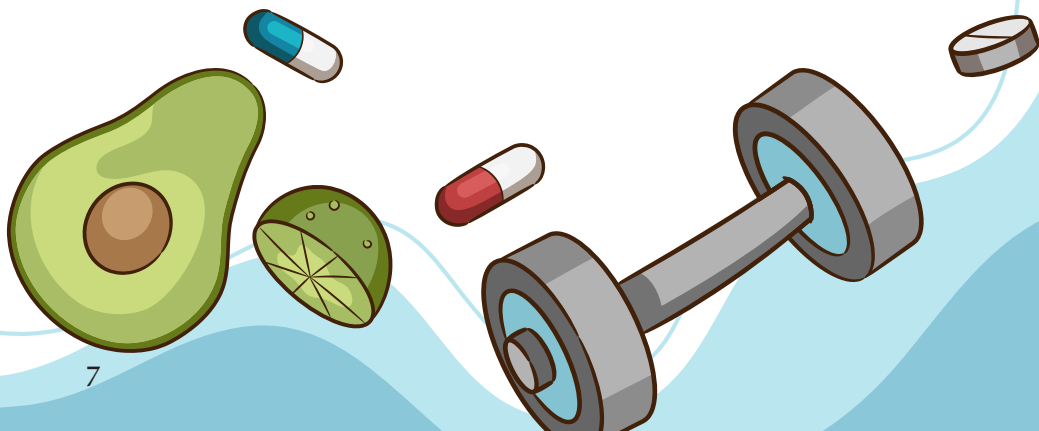
ג. למדו על התרופה שאתם לוקחים: הבינו כיצד התרופה פועלת, יתרונותיה ותופעות הלוואי הפוטנציאליות. שאלו את הרופא. או הרוקח.ת. עיינו בעלון לצרכן המצוי כקובץ אלקטרוני באתר מאגר התרופות של משרד הבריאות, ואשר מצורף גם לאריזת התרופה, כדי להיות מעודכנים עשו שימוש במידע עדכני, מבוקר ומתוקף. עשו שימוש באתרי אינטרנט של ספקי בריאות גדולים כמו משרד הבריאות, רשויות בריאות אחרות, בתי חולים, קופות חולים או במידע שאושר למתן במטופלים ומגיע יחד עם אריזת התרופה או מידי הגורם המטפל.

יש לזכור כי קיים מידע רב שאינו מדויק, שלא לומר מסוכן, המופץ ברחבי האינטרנט ועל כן היו זהירים בבחירה ובשימוש במידע שבו אתם עושים שימוש.

ד. חפשו תמיכה: שתפו משפחה וחברים או הצטרפו לקבוצות תמיכה לשיתוף חוויות ואסטרטגיות.

ה. התייחסו למחסומים המתרחשים בתהליך: זהו מחסומים אישיים להיצמדות ועבדו עם אנשי הצוות הרפואי שלך לפיתוח פתרונות.

ו. עקבו אחר ההתקדמות שלכם: נהלו יומן של התקדמות הפחתת המשקל שלכם והקפידו לערוך בדיקות סדירות כפי שנקבע לכם על ידי הרופא.ה המטפל.ת.



17. האם התרופות מתנגשות עם תרופות אחרות שאני נוטל?

תיתכן התנגשות עם תרופות שהנכם נוטלים: רשימת יחסי הגומלין המלאה מפורטת בעלון לצרכן בהתאם לתרופה שנלקחת. חשוב להימנע מהתנגשויות מסוג זה, על מנת שלא ייגרמו תופעות לוואי או סיבוכים לטיפול בשל השילובים הנ"ל. בכל מקרה חשוב להתייעץ עם הרופא.ה או הרוקח.ת כאשר מתווספת תרופה חדשה או נלקחת תרופה ללא מרשם, או תוסף תזונה.

18. מה מחירן של התרופות?

מחיר התרופות בישראל נקבע על ידי משרד הבריאות, ומשתנה מעת לעת. נכון לעת הזאת התרופות אינן בסל התרופות, ועל כן ניתן לרכושן או באופן פרטי, או בחלק מהמקרים בביטוחים המשלימים של הקופות.

סיכום

היום יותר מתמיד יש פתרונות תרופתיים לירידה במשקל. תרופות להפחתת משקל יכולות להיות כלי בעל ערך בניהול השמנת יתר אך הן יעילות ביותר כאשר משולבות עם שינויים באורח החיים, תזונה מתאימה ופעילות גופנית כמו גם ותמיכה מתמשכת מאנשי מקצוע בתחום הבריאות. על ידי הבנת המנגנונים, היתרונות ותופעות הלוואי הפוטנציאליות של תרופות אלה, ועל ידי יישום אסטרטגיות להבטחת היצמדות, אתם יכולים לעבוד לקראת השגת ושמירה על משקל בריא. חשוב לזכור, כי ניהול משקל מוצלח, אינו קסם, והוא מסע הדורש מחויבות, תמיכה וגישה מקיפה.





ארגון הרוקחות בישראל

The Pharmaceutical Society of Israel