

ILAQET KUNDËR ANKTHIT

Ankthi është një përgjigje e natyrshme e trupit ndaj ndjenjës së frikës apo kërcënimeve të mundshme. Mund të bëhet problematik nëse fillojmë të shqetësohemi me shume sec duhet për situata relativisht të padëmshme. Kur ankthi ndihet intensiv apo mbytës, ai fillon të ndërhyjë në jetën tonë të përditshme. Për më shumë informacion mbi ankthin, simptomat e tij dhe trajtimin jo mjekësor, shihni burimin tonë 'Çfarë është Ankthi?'



ILAÇE ANTIDEPRESIVE

Inhibitorët selektivë të rimarrjes së serotoninës (ISRS) janë grupi i antidepressantëve që zakonisht përdoren si ilaçe kundër ankthit.

SSRI-të që përdoren shpesh për ankth janë:

- Escitalopram
- Sertralini

Këto përdoren zakonisht për të trajtuar depresionin, por edhe ndihmojnë për të zvogëluar simptomat e ankthit edhe nëse nuk jeni në depresion. Ata punojnë duke ndërhyrë në kimikatet e trurit (të quajtura edhe neurotransmetues) si serotonina e cila mund të përfshihet në shkaktimin e simptomave të ankthit. Antidepressantët nuk janë qetësues dhe zakonisht nuk japin varesi.

Medikamente të tjera të ngjashme që mund të përdoren nga mjeku juaj për të ndihmuar në menaxhimin e ankthit janë:

- Mirtazapine
- Venlafaxine.
- Paroxetine – kjo tani përshkruhet me rralle.



BENZODIAZEPINAT

Benzodiazepinat si diazepami dikur ishën trajtimi më i zakonshëm i përshkruar i ankthit. Ato kanë disa efekte anësore serioze të njohura. Lehtësojnë simptomat për një kohë të shkurtër.

Problemi është se ato japin varesi dhe mund të humbasin efektin e tyre nëse i merrni për më shumë se disa javë. Gjithashtu ato mund t'ju bëjnë të përgjumur. Për këto arsye tashme ato nuk përdoren shumë shpesh.

BUSPIRONE

Buspirone përshkruhet për të trajtuar çrregullimet e gjeneralizuara të ankthit. Është një ilaç kundër ankthit por i ndryshëm nga benzodiazepinet sepse mendohet që nuk jep varesi. Nuk është e qartë se si funksionon. Mendohet se ndikon në serotoninën, një lëndë kimike e trurit e cila mund të përfshihet në shkaktimin e simptomave të ankthit.

MEDIKAMENET BETA-BLOKUESE

Një beta-blokues – për shembull, propranololi – mund të lehtësojë disa nga simptomat fizike të tilla si dridhja dhe një ‘zemër palpuese’. Ilaçet beta-blokues nuk ndikojnë drejtpërdrejt në simptomat mendore si psh shqetësimi.

Megjithatë, disa njerëz relaksohen më lehtë nëse simptomat e tyre fizike pakesohen. Këto priren të funksionojnë më mirë në ankthin jetëshkurtër (akut). Për shembull, nëse ankoseni me shumë para një testi (p.sh. një test drejtimi ose një provim) atëherë një beta-blokues mund të ndihmojë për të lehtësuar ‘dridhjet’.

Në disa raste, një kombinim i trajtimeve të ankthit si terapia kognitive dhe një antidepressant mund të funksionojë më mirë se të dyja trajtimet vetëm.

UKAMS nuk zëvendëson këshillat mjekësore të personalizuar nga një profesionist i licencuar të kujdesit shëndetësor.

Për shqetësime specifike mjekësore ose urgjenca, ju lutem kontaktoni direkt një ofrues të kujdesit shëndetësor ose kërkoni ndihmë të menjëhershme përmes shërbimeve të urgjencës. UKAMS është këtu për të ofruar mbështetje dhe informacion të përgjithshëm, jo këshilla mjekësore urgjente ose të individualizuara.

Kjo përmbajtje është përkthyer dhe përshtatur nga informacion që është i disponueshëm në faqen e internetit të NHS.

Ky burim u krijua në Dhjetor 2024

