

PARAZETAMOLA: GEHIAGO EZ DA BETI ONENA



Azken urteotan, ohikoa da 1.000 miligramoko (= gramo 1) parasetamol **dosiak** erabiltzea, baina normalean **500 edo 650eko dosiak nahikoak dira** mina kentzeko edo sukarra jaisteko.

Ondo erabiliz gero, parasetamola medikamentu segurua da, baina **arriskuak** ere izan ditzake. Dosi altuak hartzeko ohiturari eutsiz gero, areagotu egiten da, besteak beste, gibela larriki kaltetzeko arriskua, eta arrisku hori are handiagoa izan daiteke:



- alkohola kronikoki kontsumituz gero
- paziente **polimedikaturia** (hainbat medikamentu aldi berean hartzen dituen) denean
- paziente edadetuetan
- pisu gutxiko pertsonen kasuan

Kontuan hartu, halaber, parasetamola medikamentu askotan dagoela, bera bakarrik edo beste printzipio aktibo batzuekin batera, baita errezetarik gabe erosten dituzun batzuetan ere (gripearen kontra, hilekoaren minarentzako, buruko mina kentzeko, etab.). Beraz, begiratu ondo hartzen dituzun medikamentuen **osagaiak**: parasetamola duten produktuak bi edo gehiago baldin badira edo zalantzarik baduzu, **kontsultatu zure osasun-profesionalarekin**.



PARACETAMOL: NO SIEMPRE MÁS ES MEJOR



En los últimos años, es frecuente usar **dosis** de paracetamol de 1.000 miligramos (= 1 gramo), cuando habitualmente las **dosis de 500 o 650 miligramos son suficientes** para aliviar el dolor o para bajar la fiebre.

Bien usado, el paracetamol es un fármaco seguro, aunque no exento de **riesgos**. Si se mantiene esta rutina de tomar dosis altas, aumenta, entre otros, el riesgo de dañar gravemente el hígado, que puede ser aún mayor:



- si se consume alcohol de forma crónica
- en pacientes **polimedicados** (que toman varios medicamentos a la vez)
- en personas ancianas
- en personas con poco peso

Ten presente además que el paracetamol está en muchos medicamentos, solo o combinado con otros principios activos, e incluso en algunos de los que compras sin receta (para la gripe, el dolor menstrual, el dolor de cabeza, etc.). Así que fíjate bien en la **composición** de los medicamentos que tomas y, si hay dos o más productos con paracetamol o tienes dudas, **consulta con tu profesional sanitario**.

