

Trong số nhiều phương pháp chữa mất ngủ, thông thường nhất, người ta dùng thuốc ngủ. Các nghiên cứu mới nhất đã chứng minh rằng các loại thuốc này làm tăng nguy cơ tử vong lên 4,6 lần, đáng thời làm tăng nguy cơ ung thư so với những người không sử dụng.



Theo một số liệu thống kê tiến hành ở Mỹ, từ năm 2006 đến năm 2010, số lạm dụng thuốc ngủ tiêu thụ đã tăng lên 23%. Thuốc ngủ đã trở thành 1 trong 8 loại thuốc được sử dụng nhiều nhất trong hàng ngàn loại thuốc sản xuất ra. Đó là một hiện tượng tiêu cực rất đáng được quan tâm.

Các nghiên cứu chứng tỏ rằng thuốc ngủ làm tăng nguy cơ tử vong và một số các biến chứng, nhất là hai loại Zolpidem và Temazepam. Đó là những loại tuy công hiệu hơn nhưng cũng nguy hiểm hơn các thuốc ngủ thế hệ cũ, vì có thời gian tác dụng lâu dài hơn.

Nghiên cứu được tiến hành trên hai nhóm tình nguyện viên (trong đó một nhóm là đối chứng) có cùng lứa tuổi, giới tính, tình trạng sức khỏe. Kết quả cho thấy thuốc ngủ có tác dụng được hỏi ngay cả khi dùng rất ít.

Dù chỉ dùng 1 đến 18 viên trong 1 năm thì nguy cơ tử vong đã tăng lên 3,6 lần. Việc theo dõi các biến nhân tại tuổi 18 trở lên thấy nguy cơ còn cao hơn những người lớn tuổi. Số những người bị một số các biến chứng tăng lên 35% và các biến nhân dùng 132 liều thuốc ngủ trong 1 năm, báo Sciencedaily cho biết.

Những nhà nghiên cứu khuyến cáo các bác sĩ cần phải quan tâm đến kết quả nghiên cứu mới và áp dụng các phương pháp điều trị tránh dùng thuốc.

Chợ ng h n khi m t ng là do tr m c m c n tìm hi u nguyên nhân r i nhi u tâm lý đ đi u tr h n là dùng thu c vì tác đ ng tiêu c c c a thu c đ i v i các khía c nh khác c a s c kho .

*Theo Vietnamnet*