

## Anxiolytic Drugs

### Obat Ansiolitik

#### Apa itu Obat Anti Kecemasan?

Obat anti-kecemasan, yang juga dikenal sebagai ansiolitik, dipergunakan untuk mengobati gejala-gejala kecemasan. Kecemasan merupakan kondisi kesehatan mental yang ditandai dengan perasaan khawatir, takut, dan gelisah. Obat anti-kecemasan membantu mengatasi gejala-gejala ini dan bisa dikombinasikan dengan perawatan lain seperti psikoterapi.

Ada beberapa jenis obat anti-kecemasan, masing-masing bekerja dalam cara berbeda untuk mengatasi gejala kecemasan:

- **Antidepresan:** Selective Serotonin Reuptake Inhibitors (SSRIs) dan Serotonin and Norepinefrin Reuptake Inhibitor (SNRI) merupakan obat paling umum yang dipergunakan sebagai terapi perawatan untuk mengatasi kecemasan. Obat-obat ini bekerja dengan cara memengaruhi neurotransmitter di otak, yang merupakan pembawa pesan kimiawi untuk memengaruhi suasana hati kita.
- **Benzodiazepin:** Juga dikenal sebagai obat penenang ringan. Obat ini bekerja cepat dalam tubuh untuk mengurangi gejala kecemasan. Obat ini umumnya aman jika dikonsumsi sesuai resep.
- **Buspirone:** Buspirone digunakan untuk pengobatan jangka pendek atau jangka panjang gejala kecemasan. Buspirone bekerja lebih lambat ketimbang benzodiazepin dan mungkin kurang efektif untuk mengobati semua jenis gangguan kecemasan, namun biasanya memiliki efek samping yang lebih sedikit dan risiko ketergantungan yang lebih rendah.
- **Gabapentin dan Pregabalin:** Obat-obatan ini digunakan untuk mengobati epilepsi, nyeri saraf, dan kecemasan. Obat ini bekerja dengan cara menghentikan otak melepaskan zat kimia yang membuatmu merasa cemas.
- **Beta-Blockers:** Beta-blockers biasanya digunakan untuk meredakan gejala akut jangka pendek, seperti jantung berdebar dan tangan gemetar. Obat ini bekerja dengan memblokir efek adrenalin, mengurangi gejala fisik kecemasan seperti jantung berdebar atau gemetar.

**Apa efek samping yang umum terjadi**

Kategori	Efek samping umum	Keterangan
<b>Antidepresan (SSRI &amp; SNRI)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ Mual dan muntah</li> <li>➢ Gangguan pencernaan dan sakit perut</li> <li>➢ Sembelit atau diare</li> <li>➢ Insomnia atau mengantuk</li> <li>➢ Gairah seks yang rendah dan disfungsi seksual</li> </ul>	Meningkatnya risiko melukai diri sendiri dan pikiran untuk bunuh diri pada anak-anak dan remaja.
<b>Benzodiazepin</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ Mengantuk</li> <li>➢ Pusing</li> <li>➢ Kebingungan</li> <li>➢ Goyah</li> <li>➢ Pusing</li> <li>➢ Bicara tidak jelas</li> <li>➢ Kelemahan otot</li> <li>➢ Sembelit</li> </ul>	Benzodiazepin sering disalahgunakan, menyebabkan ketergantungan. Obat ini umumnya aman bila dikonsumsi sesuai resep.
<b>Buspirone</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ Pusing</li> <li>➢ Sakit kepala</li> <li>➢ Lemas</li> <li>➢ Merasa gugup atau bersemangat</li> <li>➢ Gangguan tidur</li> <li>➢ Penglihatan kabur</li> </ul>	Hindari jeruk bali atau jus jeruk bali saat mengonsumsi buspirone karena hal ini bisa menyebabkan penumpukan buspirone di dalam tubuh dan meningkatkan efek samping.
<b>Gabapentin dan Pregabalin</b>	Mengantuk, pusing, sakit kepala, mual, diare, perubahan suasana hati, penglihatan kabur, mulut kering, disfungsi seksual, penambahan berat badan, pembengkakan tangan dan kaki.	/
<b>Beta-Blockers</b>	Sakit kepala, pusing, kelelahan, detak jantung lambat, jari tangan atau kaki dingin, mual, muntah, diare, sakit perut, mimpi buruk	/

***Bisakah saya berhenti mengonsumsi obat anti-kecemasan?***

Penting dipahami bahwa obat anti-kecemasan diresepkan untuk membantu mengatasi gejala dan meningkatkan kualitas hidupmu. Penghentian obat ini secara mendadak bisa menimbulkan gejala putus obat, seperti kegelisahan, lekas marah, cemas, depresi, gangguan tidur, dan pada kasus yang parah, gejala fisik seperti tremor dan kejang. Oleh karena itu, sangat penting untuk selalu mengikuti petunjuk dokter menyangkut pengobatanmu. Jika ada kekhawatiran mengenai pengobatanmu, jangan ragu untuk mendiskusikannya dengan dokter.

***Berapa lama saya harus mengonsumsi obat anti-kecemasan?***

Masa penggunaan obat anti-kecemasan yang kamu butuhkan bisa sangat bervariasi, tergantung pada kondisi masing-masing. Faktor-faktor seperti tingkat keparahan gejala, kesehatan menyeluruh, dan cara tubuhmu merespons obat, semuanya bisa memengaruhi lamanya pengobatan. Beberapa orang mungkin butuh obat selama beberapa bulan, sementara yang lain mungkin perlu selama beberapa tahun. Penting sekali menjalani pemeriksaan rutin dengan dokter kamu untuk menilai kemajuanmu dan menyesuaikan rencana pengobatanmu seperlunya.

***Apa yang harus dilakukan pengasuh jika pasien menolak untuk minum obat anti-kecemasan mereka?***

Jika seorang pasien menolak minum obatnya, penting bagi pengasuh untuk menghadapi situasi ini dengan kesabaran dan pengertian. Komunikasi terbuka menjadi kuncinya. Diskusikan pentingnya obat tersebut, manfaat apa saja yang diberikan, dan potensi risiko jika tidak meminumnya. Jika pasien terus menolak, sebaiknya libatkan dokter atau ahli kesehatan jiwa dalam percakapan tersebut. Mereka bisa memberi informasi lanjutan dan meyakinkan, atau menyarankan pengobatan alternatif jika perlu. Ingat, sangat penting menghormati otonomi dan perasaan pasien, serta memastikan kesehatan dan keselamatan mereka.

**BOLEH**

1. Ikuti petunjuk dokter secara ketat
2. Perhatikan nama obat, dosis dan frekuensi, dll. sebelum mengonsumsi obatmu
3. Baca label resep dengan cermat
4. Perhatikan dosis, indikasi, kontraindikasi, dan efek samping
5. Pahami cara pengobatannya
6. Simpanlah obatmu dengan baik dan benar
7. Mematuhi resep pengobatan yang diberikan, kecuali jika ada petunjuk lain
8. Jika memiliki pertanyaan, bicarakan dengan keluargamu dan tanyakan kepada tenaga kesehatan profesional.

**TIDAK BOLEH**

1. Mengubah dosis obatmu sendiri
2. Berhenti mengonsumsi obat kecuali atas saran dokter kamu.
3. Minum alkohol bersamaan dengan obat yang dikonsumsi.
4. Menempatkan obatmu di botol lain.
5. Mengonsumsi obat lain kecuali atas petunjuk dokter kamu.
6. Berbohong pada dokter mengenai kepatuhan pengobatanmu

Dokumen ini diterjemahkan dari versi asli dalam bahasa Inggris. Jika terjadi ketidaksesuaian atau ketidakkonsistenan, versi bahasa Inggrislah yang berlaku.