

मेडिकल ड्रग्स जो कायाकल्प करने वाली नींद में हस्तक्षेप कर सकती हैं

पर्चे या ओवर-द-काउंटर (OTC) दवाओं की सूची जो नींद में बाधा डालती खाफ़ी लंबी है। ज्यादातर मामलों में, निर्धारित चिकित्सक, इन के दुष्प्रभाव से रोगियों को सूचित नहीं करते हैं। Google खोज द्वारा दवाओं के दुष्प्रभावों की जांच जल्दी से की जा सकती है। स्वस्थ नींद को बाधित करने वाली दवाओं में शामिल हैं:

- प्रोजैक और ज़ोलॉफ़्ट जैसे एंटीडिप्रेसेंट
- पार्किंसंस रोग की दवाएं
- ऐंठन (मिर्गी) को नियंत्रित करने के लिए इस्तेमाल की जाने वाली कुछ दवाएं
- सर्दी खाँसी और बंद नाक खोलने की कुछ दवाएं
- अस्थमा, संधिशोथ और एलर्जी में उपयोगी स्टेरॉयड दवाएं
- अस्थमा के दौरे के इलाज के लिए इन्हेलर
- उच्च रक्तचाप और हृदय रोग में उपयोग की जाने वाली शरीर में पानी कम करने की गोलियाँ
- कुछ रक्तचाप कम करने वाली दवाएं
- मोटापा का इलाज करने के लिए इस्तेमाल की जाने वाली भूख कम करने वाली दवाएं