

Obat Bebas untuk Pereda Rasa Sakit dan Demam. Meskipun tiga kategori utama obat yang tercantum di bawah ini juga digunakan untuk mengobati rasa sakit akibat trauma ringan, istirahat (*rest*), kompres dengan es (*ice*), kompresi (penekanan pada area yang terkena trauma), dan elevasi (meluruskan bagian yang sakit) (dikenal dengan singkatan RICE: *rest, ice, compression, elevation*) adalah langkah mudah pertama dalam perawatan untuk luka ringan, terutama rasa sakit yang terkait dengan keseleo dan ketegangan otot.

## Obat Bebas untuk Pereda Rasa Sakit dan Demam

### Paracetamol

Paracetamol adalah obat bebas yang paling umum direkomendasikan untuk demam. Paracetamol bekerja dengan baik untuk rasa sakit dan nyeri ringan, terutama untuk orang-orang yang tidak dapat mentolerir obat antiinflamasi seperti ibuprofen atau aspirin. Penting untuk membaca label mengenai dosis setiap obat yang disarankan untuk mencegah overdosis yang tidak disengaja. Hal ini terutama terjadi pada bayi dan anak-anak di mana dosis yang tepat bergantung pada berat badan bayi atau anak.

### Baca Juga : [MIXAGRIP Obat Flu](#)

Untuk orang dewasa, dosis maksimum paracetamol per hari adalah 4 gram untuk mencegah komplikasi kerusakan hati. Banyak obat flu mengandung paracetamol sebagai salah satu dari beberapa bahan lainnya dan penting untuk membaca label dengan hati-hati untuk mencegah overdosis. Karena kemungkinan toksisitas hati, paracetamol harus dihindari pada penderita penyakit hati seperti sirosis dan hepatitis.

Ada beberapa merek (nama dagang) dan nama generik untuk paracetamol. Nama dagang yang umum termasuk Tylenol, Panadol, dan Tempra.

## Obat Antiinflamasi Nonsteroid (NSAID)



Banyak obat antiinflamasi nonsteroid (NSAID) yang digunakan untuk mengobati peradangan, demam, dan rasa sakit yang tersedia sebagai “obat bebas”. Ibuprofen (misalnya, Motrin, Advil) sering direkomendasikan oleh praktisi perawatan kesehatan untuk mengurangi rasa sakit dan pembengkakan akibat trauma ringan seperti keseleo atau nyeri sendi. Ibuprofen juga dapat digunakan secara efektif sebagai bagian dari pengobatan batu ginjal dan batu empedu, dimana peradangan merupakan bagian dari proses yang menyebabkan rasa sakit. Ibuprofen juga sering dianjurkan untuk pengobatan demam di semua kelompok umur.

Naproxen (misalnya, Naprosyn, Anaprox, dan Aleve) adalah NSAID lain yang tersedia bebas tanpa resep dokter. Manfaat naproxen lebih tahan lama daripada ibuprofen di dalam tubuh dan hanya perlu diminum dua kali sehari, bukan setiap 4 jam.

### **Baca Juga : [Allopurinol, obat penurun asam urat](#)**

NSAID tidak boleh dikonsumsi oleh orang-orang dengan penyakit ginjal, atau mereka yang memiliki riwayat pendarahan dari lambung dan usus karena NSAID dikeluarkan dari tubuh oleh ginjal dan dapat meningkatkan perdarahan di lambung atau usus. Obat-obat ini relatif kontraindikasi pada individu yang memakai obat pengencer darah seperti warfarin (Coumadin), clopidogrel (Plavix), dan prasugrel (Effient) karena NSAIDS dapat meningkatkan kemungkinan perdarahan

## **Asam salisilat atau Aspirin**

Asam salisilat atau aspirin adalah obat terkenal yang telah direkomendasikan selama beberapa generasi sebagai pengobatan nyeri, radang, dan demam. Ini juga merupakan pengobatan lini pertama dalam pencegahan serangan jantung dan stroke karena sifat anti-pembekuan darah nyadengan membuat trombosit di aliran darah menjadi kurang lengket.

Karena banyak efek samping yang terkait dengan aspirin, obat lain seperti paracetamol (Tylenol dan lain-lain) atau ibuprofen mungkin direkomendasikan sebagai pengganti aspirin.