

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

پیشگیری از بروز مسمومیت ناشی از داروها



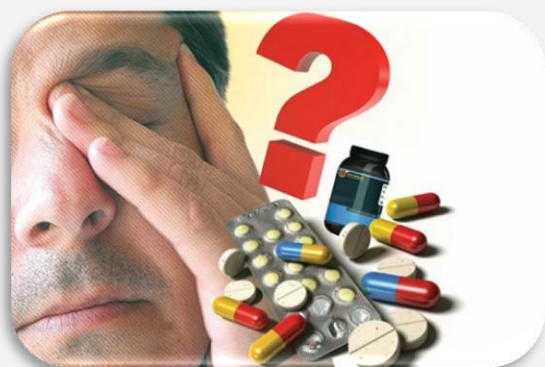
معاونت غذا و دارو
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی
شیراز

تهیه و تنظیم : دکتر نازلی نادر
اداره تعالی سازمانی

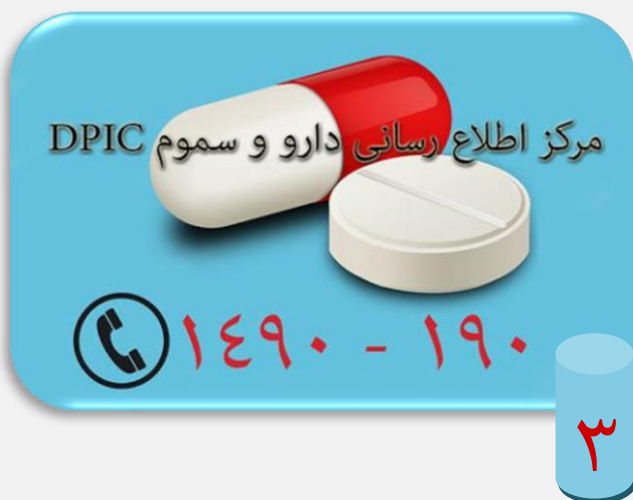
مقدمه



داروها جهت درمان بیماری، کاهش علائم بیماری و یا کنترل کردن برخی از پیامدها بکار می‌روند. داروها چنانچه به دستور پزشک یا مطابق برچسب دارو و بدرستی مصرف شوند، معمولاً ایمن هستند. اما در بعضی مواقع استفاده نادرست و یا بدون دستور پزشک ممکن است خطرناک شود. مسمومیت دارویی شایع ترین علت بروز مسمومیت در جهان است؛ در ایران نیز درصد بالایی از مسمومیت های ارجاع شده به مراکز اطلاع رسانی داروها و سموم کشور را مسمومیت های دارویی تشکیل می دهند. عدم آگاهی مصرف کننده از روش صحیح مصرف دارو، مصرف اشتباهی دارو بصورت اتفاقی و یا تعمدی و به قد خودکشی و ... می تواند مسبب این امر باشد. از این روی آگاهی دادن به مردم در این زمینه ها میتواند بسیار مفید باشد.



پرسیدن سوال های لازم از پزشک و دکتر داروساز بسیار سودمند و از باید هایی است که متأسفانه خیلی جدی گرفته نشده است. بیمار حق دارد اطلاعات لازم در خصوص بیماری و داروهایی که برایش تجویز شده است را بطور کامل بپرسد و پزشک و دکتر داروساز موظف هستند در این زمینه پاسخگو باشند.



راه دیگری که میتوان اطلاعات کسب کرد تماس با مرکز ملی پاسخگویی به شکایات ۱۹۰ وزارت بهداشت با شماره ۱۹۰ و یا شماره ۱۴۹۰ و سپس شماره گیری عدد ۳ جهت اتصال به واحد دریافت مشاوره دارویی و یا اعلام مشکلات تأمین دارو می باشد. کارشناسان این واحد نیز پاسخگوی سوالات شما در مورد داروها خواهند بود.



افزایش آگاهی عموم مردم در مورد رعایت نکاتی که منجر به جلوگیری از مصرف اشتباه و اتفاقی دارو میشود نیز از اهمیت بالایی برخوردار است.

در این مطلب آموزشی قصد داریم شما را با موضوعات و مواردی آشنا کنیم که در هنگام مصرف دارو ضروری است که از آنها آگاه باشید و به آنها عمل کنید.



و بدنبال دستیابی به این هدف هستیم که با آموزش این موارد گامی مؤثر در جهت جلوگیری از بروز عوارض و مسمومیت های دارویی برداریم و نیز به اثربخشی مناسب دارو و درمان بیمار کمک کنیم.



عوامل احتمالی بروز عوارض و مسمومیت های دارویی

مهمترین عواملی که در بروز عوارض دارویی و یا ایجاد مسمومیت با دارو مؤثر است عبارتند از:



- عدم آگاهی در مورد نحوه درست مصرف (روش مصرف، مقدار مصرف، مدت زمان مصرف)
- مصرف بیش از اندازه دارو
- مصرف داروی اشتباه
- تداخل دارو و غذا
- عدم نگهداری صحیح دارو

در ادامه به توضیح مواردی خواهیم پرداخت که با آگاهی و بکار بستن آنها بطور چشمگیری از عواملی که در بالا ذکر شد میتوان جلوگیری کرد و بنابراین احتمال بروز مسمومیت دارویی یا بروز عوارض دارویی را به حداقل رساند.

کسب آگاهی در مورد داروها



افراد در صورت بیمار شدن شایسته است که به پزشک مراجعه کنند و توسط پزشک تحت درمان قرار گیرند و از خود درمانی و دیگر درمانی پرهیز نمایند.

اکنون با در نظر گرفتن مراحل که یک بیمار می گذراند از ابتدا که پزشک را می بیند تا مصرف داروی تجویز شده، به ذکر نکاتی میپردازیم که انجام آن ضروری به نظر می رسد.

مطب پزشک



در صورت بروز بیماری، پزشکی با تخصص مرتبط با بیماری خود را انتخاب نمایید. در مراجعه به پزشک ضروری است یکسری اطلاعات را شما به پزشک بدهید و نیز ضروری است یکسری اطلاعات از پزشک بگیرید.

نگفتن اطلاعات لازم به پزشک ممکن است موجب شود درمان شما با مشکل مواجه شود.

در بسیاری از موارد زمانی که شما به پزشک مراجعه می کنید، با بسیاری اصطلاحات پزشکی مواجه می شوید و بعد از خروج از مطب معمولاً درباره بیماری خود سردرگم هستید، اما نباید این نکته را فراموش کنید که هر چقدر درباره بیماری آگاهی داشته باشید، درمان آن سریع تر صورت می گیرد. به این دلیل سعی کنید از پزشک خود بخواهید تا شما را از آنچه در بدن شما اتفاق افتاده، آگاه سازد.

در ادامه به مواردی اشاره شده است که به شما کمک میکند ارتباط موثر و مفیدی با پزشک خود برقرار سازید.

مواردی که باید به پزشک اطلاع داد

❖ شرح حالی از بیماری (لیستی از نشانه های بیماری، زمان شروع، شدت علائم، سابقه خانوادگی ...)



❖ داروهایی که در حال حاضر مصرف می کنید

❖ بیماری های دیگری که دارید

❖ بارداری یا شیردهی

❖ سابقه حساسیت به دارو یا غذای خاص

مواردی که باید از پزشک پرسید

❖ چه دارویی و به چه منظور برای شما تجویز شده است؟

❖ آیا داروهای تجویز شده توسط پزشک با داروهایی که از قبل

مصرف می کنید تداخل ندارد و می توانید با هم استفاده کنید؟

بدین منظور حتما لیستی از داروهای مصرفی خود همراه

داشته باشید و پیش از تجویز دارو توسط پزشک او را از

داروهای مصرفی خود مطلع سازید.



- ❖ در صورت داشتن بیماری دیگر آیا داروی تجویز شده مشکلی ایجاد نمی کند؟
- ❖ دارو را به چه مقدار و در چه زمانی باید استفاده کنید؟
- ❖ دارو را تا چه مدت باید استفاده کنید؟
- ❖ اگر داروی تجویز شده در داروخانه موجود نباشد میتوانید از داروی مشابه به پیشنهاد دکتر داروساز استفاده کنید؟
- ❖ چنانچه علائم بیماری کاهش پیدا کرد و یا از بین رفت، میتوانید دارو را قطع کنید؟
- ❖ اگر فراموش کنید دارو را استفاده کنید و از زمان مصرف دارو بگذرد ، چه باید بکنید؟
- ❖ عوارض داروها چیست؟ و در صورت بروز عارضه باید چه کار کنید؟
- ❖ آیا بعد از اتمام دارو ها نیازی به دیدار مجدد با پزشک است؟



مواردی که باید در داروخانه از دکتر داروساز بپرسید



- ❖ دستور مصرف صحیح دارو (مقدار ، زمان و روش مصرف)
- ❖ شرایط صحیح نگهداری دارو
- ❖ داروی مشابه در صورت موجود نبودن دارو

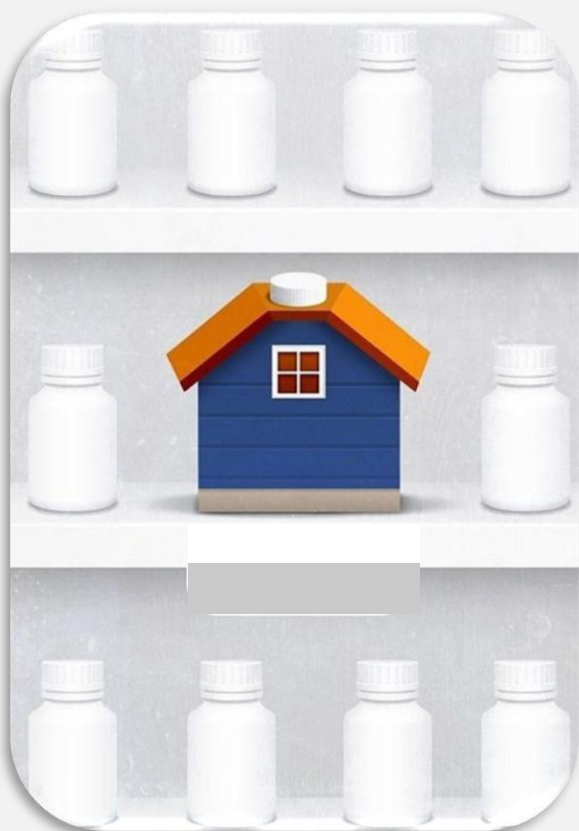
مواردی که باید در داروخانه به آن توجه کرد



- ❖ داروهای تحویل داده شده را چک کنید که حتما متعلق به شما باشد.
- ❖ تعداد و نوع داروها با آنچه پزشک به شما گفته است همخوانی داشته باشد.
- ❖ تاریخ مصرف دارو نگذشته باشد.



مواردی که باید در خانه به آن توجه کرد



- ❖ با توجه به شرایط نگهداری دارو مکانی مناسب برای نگهداری دارو در نظر بگیرید
- ❖ پیش از مصرف دارو دستور مصرف قید شده روی دارو را با دقت بخوانید.
- ❖ بروشور دارو می‌تواند اطلاعات خوبی از قبیل نحوه مصرف، شرایط نگهداری، تداخلات دارویی، عوارض جانبی و ... در اختیار شما قرار دهد بنابراین حتما مطالعه کنید.
- ❖ چنانچه عوارض جانبی دارو بصورت شدید بروز کرد و یا احساس کردید مضرات دارو بیشتر از فواید آن برای شماست با پزشک خود تماس بگیرید تا در صورت نیاز دارو را عوض کند.



باید ها و نبایدها در مورد داروها



- ❖ داروها را در محل خنک، خشک و دور از نور نگهداری کنید.
- ❖ از نگهداری داروها در یخچال بپرهیزید، مگر اینکه پزشک یا داروساز به شما گفته باشند یا روی برچسب دارو ذکر شده باشد.
- ❖ داروها را دور از دسترس اطفال و یا سالمندان با مشکل فراموشی قرار دهید.
- ❖ از مصرف خود سرانه دارو ها و آنتی بیوتیک ها خودداری کنید.
- ❖ از مصرف دارویی که برای دیگران تجویز شده است خودداری کنید.
- ❖ از مصرف دارو که شکل ظاهری یا بوی آن تغییر کرده است بپرهیزید.
- ❖ از مصرف داروی تاریخ گذشته بپرهیزید و آنها را معدوم کنید.
- ❖ از جا به جایی ظروف نگهداری دارو خودداری کنید و دارو را در ظروف اصلی نگهداری کنید.
- ❖ از مصرف دارو در تاریکی بپرهیزید و نیز پیش از مصرف دارو مطمئن شوید دارویی که میخواهید مصرف کنید همان دارویی است که قصد مصرفش را داشتید.
- ❖ از افزایش خودسرانه میزان دارو خودداری کنیم، این کار نه تنها به روند بهبود سرعت نمی بخشد، بلکه ما را در معرض خطر عوارض مسمومیت دارویی قرار می دهد. مصرف داروهای کم خطر نیز می تواند در مقادیر بالا خطرناک باشد، به ویژه زمانی که مصرف کننده کودک یا فرد مسن باشد.

داروهای بدون نیاز به نسخه (OTC: Over The Counter)

همانطور که گفته شد افراد در صورت بیمار شدن شایسته است که به پزشک مراجعه کنند و توسط پزشک تحت درمان قرار گیرند و از خود درمانی و دیگر درمانی پرهیز نمایند. همچنین استفاده از داروی دیگران حتی در مواردی که علائم بیماری یکسانی دارند، درست نیست.

از سوی دیگر، تعدادی از داروها هستند که داروخانه مجاز است بدون نسخه پزشک در اختیار بیمار قرار دهد. این داروها برای کاهش علائم خفیف تا متوسطی که خیلی جدی نیست و نیاز به تجویز پزشک ندارد در نظر گرفته شده اند که بیمار می تواند به توصیه دکتر داروساز از آن استفاده نماید.

شایعترین داروهای بدون نسخه شامل مسکن ها برای درد های خفیف تا متوسط و کاهش تب، قرص های سرماخوردگی و آنتی هیستامین، قرص ها و شربت های آلومینیوم ام جی و آلومینیوم ام جی اس معروف به داروهای آنتی اسید، آسپرین، ویتامین و مکمل و ... می باشد.

امکان تهیه این داروها بدون نسخه پزشک به این معنی نیست که این داروها بدون عارضه هستند و برای تمام افراد مناسب می باشند، بنابراین در مراجعه به داروخانه برای دریافت این داروها باید موارد زیر را به دکتر داروساز در داروخانه اطلاع دهید :

- سابقه هر نوع بیماریه عنوان مثال بیماری های کبدی، کلیوی، فشارخون، قلبی و ...
- مصرف سایر داروها که به طور روزانه استفاده می کنید.
- بارداری و شیردهی
- بیماری و یا علائمی که به خاطر آن دارو میخواهید.



داروهای بدون نسخه نیز همانند سایر دارو ها می باشند و تمام نکاتی که در مورد نحوه صحیح استفاده از داروها، نگهداری از آنها و بایدها و نبایدهای مصرف دارو بایستی در مورد این داروها نیز رعایت شود.