

مقدمه

مرکز اطلاع رسانی داروها و سموم معاونت غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی گناباد، ضمن تبریک به مناسبت فرا رسیدن سال نو و ایام نوروز، برای کلیه هموطنان گرمای آرزوی سلامت می نماید و توجه شما را به نکات ذیل جهت پیشگیری از بروز برخی مشکلات معمول دارویی جلب می نماید.

توصیه های دارویی و پیشگیری از مسمومیت در استقبال از عید نوروز

* سامان دهی قفسه دارویی خانه:

ضمن انجام خانه تکانی و گردگیری عید، حتماً در منازل با کیسه های دارو محتوی قرص، کپسول و یا شربت نیمه مصرف شده مواجهه خواهید شد. توصیه می شود به شکل زیر جعبه یا قفسه دارویی خود را سر و سامان دهید:

۱) داروهایی که تاریخ انقضاء آنها فرا رسیده است، از بسته بندی اصلی خارج نمائید و داخل کیسه زباله ریخته، معدوم نمائید. برای جلوگیری از مصرف نابجای داروهای دورریخته شده، بهتر است قرص ها و کپسولها را با زباله های تر مانند تفاله چای مخلوط نمایید تا ظاهر ناخوشایند آن مانع مصرف داروها توسط کودکان و ... شود.

۲) تاریخ انقضاء معمولاً به تاریخ شمسی یا میلادی روی جعبه مقوایی داروها، همچنین در انتهای ورقه های آلومینیومی بسته بندی قرصها و کپسول ها، بر روی شیشه آمپول و وباله های تزریقی و در خصوص پمادها و کرمهای موضعی بر روی انتهای تیوب پماد و کرم و یا روی جعبه مقوایی آنها حک شده است.

۳) شربت های تاریخ گذشته (به جز آنتی بیوتیک ها) را در فاضلاب خالی کرده و شیشه های آن را دور بریزید. سوسپانسیون آنتی بیوتیک ها را بعد از گذشت ده روز از مصرفشان داخل سطل زباله بیندازید.

۴) قطره های چشمی که از باز شدن درب آن یک ماه گذشته است دیگر استریل نمی باشند و باید دور ریخته شوند.

۵) آمپولها و سرنگ های تاریخ گذشته را در کیسه زباله بریزید و معدوم نمائید.

۶) بهتر است داروهایی که داخل زباله ریخته می شود با مواد دیگر مانند تفاله چای آلوده شوند تا از مصرف اتفاقی آن توسط انسان و حیوان پیشگیری شود.

۷) کرمها و فرآورده های آرایشی و بهداشتی هم دارای تاریخ انقضایی (بسته به نوع فرآورده) از ۶ ماه تا ۲۴ ماه پس از باز کردن درب ظرف

می باشند که به صورت یک عدد در کنار تصویر یک قوطی با درب باز شده روی بسته بندی فرآورده ترسیم می شود.

۸) داروهایی که تاریخ انقضاء آنها فرا نرسیده است ولی استفاده ای در منزل ندارد می تواند به مراکز منتخب جمعیت هلال احمر جهت استفاده اهداء شود. لازم به ذکر است داروخانه های سطح شهر از پس گرفتن داروهایی که قبلاً به صورت آزاد یا بیمه فروخته شده معذور می باشند.

۹) ممکن است در ایام تعطیلات عید دسترسی شما به داروخانه های روزانه به دلیل تعطیلی آنها مقدور نباشد ولی همیشه داروخانه های شبانه روزی و برخی داروخانه هایی که ملزم به باز بودن داروخانه به صورت شیفت از پیش تعیین شده می باشند، قابل دسترسی هستند. لذا باید توجه کرد:

چنانچه شما و یا بستگانتان، به دلیل ابتلا به بیماری مزمن، دارویی را به صورت مرتب مصرف می کنید، مطمئن شوید دارو را به حد نیاز و تا پایان تعطیلات و ضمن سفر در اختیار دارید. چرا که بسیاری از داروها مانند داروهای ضد تشنج، داروهای بیماریهای قلبی و فشارخون، داروهای ضد افسردگی و اختلالات عصبی، داروهای ضد دیابت و چربی خون و برخی داروهای مسکن و همچنین آنتی بیوتیک ها، باید مرتب مصرف شوند و قطع ناگهانی این داروها، بیمار را دچار مشکل خواهد کرد.

* نظافت منزل:

پیش از شروع تعطیلات نوروز، بر اساس سنتی قدیمی، نظافت و شستشوی خانه ها آغاز می شود. علاوه بر آنکه باید مراقب باشیم دچار حوادثی مانند سقوط از ارتفاع نشویم، باید توجه داشت که استفاده نایجا و بدون آگاهی از مواد شوینده و پاک کننده شیمیایی می تواند خطرات جبران ناپذیری را ایجاد نماید. بنابراین با رعایت نکات زیر سلامت خود را تضمین نمایید:

۱) همیشه در هنگام استفاده از فرآورده های شیمیایی و شوینده در نور کافی برچسب روی بسته بندی را مطالعه نموده سپس مصرف نمائید. استفاده از داروها و مواد شیمیایی در تاریکی می تواند خطرناک باشد.

۲) هنگام استفاده از مواد شیمیایی و فرآورده های شوینده و پاک کننده، پنجره ها را باز کنید تا هوا به خوبی در محیط جریان داشته باشد. بسیاری از این ترکیبات بخارات سمی ایجاد می کنند که به مخاط دهان، بینی و ریه صدمه می زند.

۳) در زمان نظافت سطوح و استفاده از ترکیبات شوینده و پاک کننده

از دستکش لاستیکی، کفش جلو بسته و در صورت امکان، ماسک استفاده نمایید.

۴) از اختلاط مواد شیمیایی مانند جوهر نمک و مواد سفید کننده و لک بر جداً خودداری کنید. بخارات و گازهای ناشی از این اختلاط بسیار سمی و خفه کننده می باشند.

۵) بسیاری از داروها و محصولات خانگی مانند جوهر نمک، مواد شوینده و لک بر، لاک پاک کن، سموم حشره کش و جوینده کش (مانند مرگ موش)، تینر، ضدیخ، بنزین و نفت می توانند در صورت بلعیده شدن و تماس با پوست و چشم و یا در صورت تنفس، بسیار سمی باشند.

۶) همیشه پس از استفاده از مواد شیمیایی سریعاً درب آن را ببندید و دقت نمایید که هیچ ظرف در بسته ای از دسترسی کودکان در امان نیست.

۷) کیف دستی، ساک خرید و کیسه های نایلونی را دور از دسترس کودکان قرار دهید. ممکن است داخل آنها وسایلی باشد که توسط کودک بلعیده شود و یا کودک ضمن بازی آنها را روی سر خود کشیده و سبب خفگی وی شود.

۸) در صورتیکه کودک شما ماده ای غیر خوراکی را بلعید، با مرکز اورژانس ۱۱۵ و یا مرکز اطلاع رسانی داروها و سموم ۱۴۹۰ تماس بگیرید.

۹) محصولات شیمیایی و شوینده، نفت و بنزین و داروها خصوصاً شربت ترک اعتیاد متادون را همیشه در ظرف اصلی آن نگهداری کنید. هیچگاه این فرآورده ها را در ظرف مواد خوراکی (مانند بطری نوشابه) نگهداری نکنید. این عمل سبب خورده شدن اشتباهی این مواد توسط کودکان و مسمومیت شدید ایشان خواهد شد.

در صورت بروز مسمومیت، پیش از رسیدن به مرکز درمانی

چه باید بکنیم:

الف: مسمومیت از راه تنفس: مانند مسمومیت با متوکسیدکربن، گاز چاه فاضلاب، گاز ناشی از اختلاط مواد سفیدکننده و جرم بر

ابتدا این کار را انجام دهید:

- هرچه سریعتر فرد مسموم باید به هوای آزاد برده شود.
- از تنفس دود و گازهای تولید شده پرهیز کنید، سریعاً درها و پنجره ها را باز کنید
- اگر فرد مسموم نفس نمی کشد، تنفس مصنوعی را شروع کنید.



سازمان غذا و دارو



معاونت غذا و دارو

پیشگیری از مسمومیت ها قبل از عید



ستاد تسهیلات نوروزی دانشگاه علوم پزشکی گناباد

اسفند ماه ۹۳

- پزشک اورژانس تنها فردی است که می تواند تعیین کند درمان اضافه تر نیاز است یا خیر.

د: مسمومیت از راه دهان: مانند مصرف اشتباه داروها، مواد قلیایی و اسیدی، ترکیبات نفتی، مواد روانگردان و مخدر، مواد شوینده خانگی، باتری دیسکی یا مینیاتوری، سموم دفع آفات، شربت ترک اعتیاد متادون.

ابتدا این کار را انجام دهید:

- اگر فرد مسموم نفس نمی کشد، تنفس مصنوعی را شروع کنید.
- اگر فرد مسموم هوشیار است، کنترل کنید آیا می تواند چیزی را بلعد یا خیر.
- قبل از هماهنگ نمودن با مرکز کنترل مسمومیت ها (شماره تلفن ۱۴۹۰) مسموم را وادار به استفراغ نکنید.
- در برخی موارد، استفراغ سبب بروز صدمات بیشتر خواهد شد.
- نمونه ای از ترکیبی که فرد با آن مسموم شده است را همراه بیمار به بیمارستان ببرید.

چرا باید تماس بگیریم؟

- بعضی از مواد شدیداً کشنده اند و یا اینکه علائمی دارند که باید حتماً در یک مرکز اورژانس درمان شود.
- بعضی از مواد در صورت خورده شدن، شدیداً کشنده اند. مقادیر بالای داروها، خصوصاً در کودکان می توانند تهدیدکننده سلامت باشند.
- پزشک اورژانس تنها فردی است که می تواند تعیین کند درمان اضافه تر نیاز است یا خیر.



"بهار در گناباد"

منبع:

2010 An-Najah National University, Poison control & Drug Information Center

- سپس با اورژانس تماس بگیرید.

چرا باید تماس بگیریم؟

- بعضی از مواد شدیداً کشنده اند و یا اینکه علائمی دارند که باید حتماً در یک مرکز اورژانس درمان شود.
- پزشک اورژانس تنها فردی است که می تواند تعیین کند درمان اضافه تر نیاز است یا خیر.

ب: مسمومیت از راه پوست: مانند مسمومیت با سموم آفت کش، مواد شیمیایی، اسید و قلیا، مواد شوینده لک بر، جرم بر

ابتدا این کار را انجام دهید:

- لباسهای و پوشش آلوده را درآورید.
- پوست را با آب جاری به مدت ۱۰ دقیقه شستشو دهید.
- پوست را با آب و صابون بشوید.
- پوست را خوب آبکشی کنید.
- سپس با اورژانس تماس بگیرید.

چرا باید تماس بگیریم؟

- بعضی از مواد بسیار قوی هستند و می توانند سبب سوختگی پوست شوند.
- پزشک اورژانس تنها فردی است که می تواند تعیین کند درمان اضافه تر نیاز است یا خیر.

ج: مسمومیت از راه چشم: مانند تماس با انواع گاز، اسید و قلیا، مواد شوینده، سموم دفع آفات، مواد شیمیایی، مواد شوینده خانگی و گاز متصاعد شده از آنها، تماس چشمی اشتباه با برخی داروها و سموم

ابتدا این کار را انجام دهید:

- چشم مصدوم را با آب جاری ولرم شستشو دهید، روش انجام این کار آن است که فرد زیر دوش آب حمام بایستد و اجازه دهد جریان آب روی پیشانی ریخته و سپس به سمت هر دو چشم رفته، هر دو را شستشو دهد. این عمل ۱۵ دقیقه باید ادامه داشته باشد.
- فرد مسموم باید در حین شستشوی چشم با آب جاری، تا جای ممکن مرتباً چشمها را (مانند چشمک زدن) باز و بسته کند.
- اصراری به باز نگهداشتن چشمها نداشته باشید.

چرا باید تماس بگیریم؟

- بعضی از مواد بسیار قوی هستند و می توانند سبب بروز صدمات دائمی در چشم شود. بقیه اقدامات باید در بخش اورژانس بیمارستان صورت گیرد.