

مبانی مصرف منطقی داروها

آنچه همگان باید در مورد مصرف منطقی داروها بدانند.



MEDICATIONS

ویژه هفته سلامت

و

هجدهمین نمایشگاه بین المللی نفت، گاز، پالایش و پتروشیمی

سال ۱۳۹۲



تجویز و مصرف منطقی داروها از مهم ترین عوامل مؤثر در درمان است. زیرا مصرف غیر منطقی و غیر علمی داروها می تواند خطرات زیادی را برای بیماران به وجود آورد. به همین دلیل هنگامی که فردی بیمار می شود بهترین و اصولی ترین کار این است که به **پزشک خانواده** خود، مراجعه کند؛ چون پزشک خانواده از مشکلات و سوابق بیماری او آگاه است و پس از تشخیص بیماری، داروی مناسب را تجویز می کند. بی تردید پزشک معالج با در نظر گرفتن عوامل و معیارهای گوناگون، مناسب ترین دارو را برای بیمار خویش انتخاب کرده، مقدار آن را به گونه ای محاسبه می کند که کمترین ضرر و بیشترین فایده را برای او داشته باشد.

♦ پزشکان بر چه اساس مناسب‌ترین دارو را تجویز می‌کنند؟

پزشکان زمان تحصیل در دانشکده پزشکی درسی به نام **داروشناسی (فارماکولوژی)** می‌خوانند که پایه دانش دارو شناسی و تجویز منطقی داروهاست. آن‌ها بر اساس آنچه در این درس و سایر دروس فرا می‌گیرند مسائل بسیاری را مد نظر قرار می‌دهند تا بیمار بیشترین فایده را از مصرف داروها ببرد. آن‌ها نکات زیادی را در زمان نسخه نویسی در نظر می‌گیرند:

۱) هر بیماری ممکن است درمان‌های متعدد و داروهای متفاوتی داشته باشد. پزشکان بر اساس یافته‌های گوناگون، مناسب‌ترین دارو را برای درمان بیماری بر می‌گزینند. در اصطلاح به این داروها **انتخاب اول (First Choice)** می‌گویند.

در بسیاری از بیماری‌ها نیازی به درمان دارویی نیست. بنابراین به پزشک خود اصرار نکنید که بی‌مورد برای شما دارو تجویز نماید.



۲ معمولاً در درمان علت یا علائم یک بیماری بیش از یک قلم دارو تجویز می شود. بسیاری از این داروها ممکن است با اثر بر یکدیگر سبب تشدید یا کاهش اثرات هم شوند. این موضوع **تداخل دارویی (Drug Interaction)** نامیده می شود. توجه به تداخل اثر داروها در زمان نسخه نویسی بسیار مهم است، زیرا عدم دقت به این مسئله گاهی می تواند خطرات جدی به دنبال داشته باشد. مثلاً مصرف همزمان دارویی مثل قرص آ. ث. آ (آکسار) که بسیاری از افراد آن را خودسرانه مصرف می کنند، می تواند با داروهایی مثل **ایبوپروفن** و **دیکلوفناک** (آنها هم به صورت گسترده ای مصرف می شوند) تداخل ایجاد کند؛ و خصوصاً در سالمندان و کسانی که ناراحتی کلیه دارند، سبب تشدید عوارض کلیوی





شود. مثال دیگر مصرف همزمان قرص ایندرال [پروپرانولول (دارویی که در درمان میگرن، اضطراب و یا ناراحتی های قلبی استفاده می شود)] با داروهای پایین آورنده قند خون مثل قرص **گلی بن کلامید** است که می تواند با مخفی کردن علائم هیپوگلیسمی (افت قند خون) برای بیمار خطرناک باشد.

همواره فهرست کامل داروهای مصرفی خود را به پزشک معالجتان نشان دهید.

۳ در زمان مصرف بعضی داروها باید از برخی غذاها پرهیز کرد. غذاها هم ممکن است با برخی داروها تداخل داشته باشند و خطراتی را به بار آورند. مثلاً مصرف همزمان آب گریپ فروت با داروهای **استاتینی** پایین آورنده چربی خون مثل **لووستاتین** و **آتورواستاتین** می تواند بسیار خطرناک باشد.

همچنین بهتر است قطره یا قرص آهن (فروس سولفات) همراه با غذا خورده نشود.

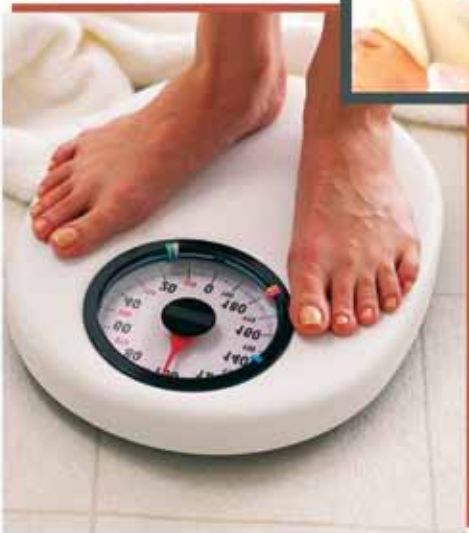
۴ تقریباً همه داروها غیر از اثرات مثبتی که در درمان بیماری‌ها دارند اثرات دیگری بر بدن می‌گذارند که به **عوارض جانبی (Side Effects)** موسومند. این عوارض ناخواسته در اغلب اوقات قابل توجه نیستند، اما گاهی به حدی شدید هستند که می‌توانند منجر به علائم شدید و حتی مرگ بیمار شوند. مثلاً عوارض جانبی ناشی از مصرف دارویی مانند **کوتریموکسازول** گاهی می‌تواند مشکلات جدی ایجاد کند و حتی کشنده باشد، و یا تزریق **آمپول جنتامایسین** که متأسفانه گاهی خودسرانه صورت می‌گیرد، می‌تواند به مشکلات جدی کلیوی و یا اختلالات شنوایی منتهی شود.



۵ مصرف بعضی داروها در برخی بیماران ممنوع است؛ تجویز اشتباه در چنین مواردی می‌تواند جان بیمار را به خطر بیندازد. مثلاً قرص‌های **ارگوتامین C** و یا داروی **سوماتریتان** را که برای تسکین سردردهای میگرنی مصرف می‌شوند، نباید در بیمارانی که بیماری قلبی یا فشار خون کنترل نشده دارند مصرف کرد. تجویز **آسپیرین** در کودکان مبتلا به عفونت‌های ویروسی خصوصاً آنفلوانزا و آبله مرغان بسیار خطرناک است و ممکن است سبب آسیب‌های مغزی و کبدی شود. یا به عنوان نمونه دیگر مصرف بی‌مورد و بی‌رویه دیکلوفناک و بروفن در بیماران مبتلا به فشار خون موجب بالا رفتن فشارخون و تشدید علایم و عوارض می‌شود.



۶ پزشکان در زمان تجویز داروها به نکات مهمی از جمله **سن، جنس و وزن بیمار، شرایط فیزیولوژیک خاص مثل بارداری و شیردهی** و نیز **بیماری‌های زمینه‌ای** خصوصاً نارسایی‌های قلبی، کبدی و کلیوی توجه می‌کنند و بر اساس شرایط موجود مبادرت به تجویز داروها و تنظیم **مقدار (دوز)** آن‌ها می‌نمایند. به عنوان مثال میزان جنتامایسین مورد نیاز در بیمار مبتلا به نارسایی کلیه از طریق فرمول خاصی محاسبه می‌شود.





۷ نحوه تجویز داروها نیز متفاوت است. مثلاً هر داروی تزریقی را نمی‌توان به دلخواه به شکل داخل سیاهرگی (وریدی) و یا عضلانی تجویز کرد بلکه هر یک از آمپول‌ها روش مصرف خاصی دارند که باید به آن دقت کرد. برخی از داروها باید در موقع تزریق با سرم‌های خاص یا آب مقطر رقیق شوند تا بتوان آن‌ها را به صورت داخل رگی تزریق کرد. همچنین تزریق بعضی داروها به صورت داخل عضلانی ممنوع است، چون موجب تخریب (نکروز) بافت عضله می‌شوند. مثلاً دارویی مانند **آمپول ب کمپلکس** گرچه به هر دو صورت داخل وریدی و عضلانی قابل استفاده است، ولی ترجیحاً باید به صورت داخل عضلانی تزریق شود؛ در حالیکه در تجویز **آمپول کلسیم** قضیه بر عکس است. تزریق عضلانی کلسیم موجب تحریک و سیاه شدن بافت عضله می‌شود که در پی آن درد شدیدی رخ می‌دهد؛ بنابراین ترجیحاً باید به صورت داخل وریدی آن‌هم با سرعت بسیار کم تزریق شود. هم چنین تزریق سریع و ناگهانی آمپول کلسیم می‌تواند با برهم زدن نظم ضربان قلب موجب ایست قلبی و مرگ شود. خروج این ماده از رگ باعث سیاه شدن بافت زیرجلدی می‌شود. لذا باید تزریق وریدی کلسیم با دقت انجام شود.

همواره از تزریق داروها در منزل خودداری کنید.



۸ مصرف همه داروها در **کودکان** مجاز نیست. مصرف داروها در کودکان باید با دقت نظر و وسواس خاصی صورت پذیرد، زیرا مصرف برخی از داروها در سنین پایین می تواند منجر به مسمومیت و حتی مرگ کودک شود. مثلاً مصرف قرص **دیفنوکسیلات** که در بعضی از انواع اسهال ها مصرف می شود در کودکان کمتر از ۱۱ سال خطر آفرین و خصوصاً در کودکان زیر ۲ سال کشنده و ممنوع است.

مصرف آنتی بیوتیک
سیپروفلوکساسین توسط
کودکان با سن کمتر از
۱۴ سال می تواند سبب
صدمه دیدن غضروف های
مفصلی آنان شود.



۹ مصرف داروها در **دوران بارداری** قوانین خاص خود را دارد. پزشکان با رعایت دقیق این قوانین مبادرت به تجویز دارو در زنان باردار می نمایند. در واقع **اداره دارو و غذا (FDA)**، داروها را از نظر میزان ایجاد نقایص و یا مرگ جنینی به پنج گروه **A، B، C، D، X** تقسیم کرده است. مصرف داروهای **گروه A** در حاملگی خطری نداشته ولی مصرف داروهای **گروه X** در حاملگی ممنوع است.

به عنوان مثال از گروه X می توان به **آمپول پروژسترون** که یک هورمون زنانه است و یا **آتورواستاتین** که یک داروی پائین آورنده چربی خون است، اشاره کرد.





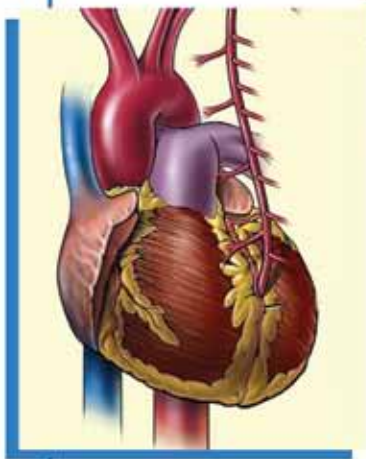
۱۰ مصرف داروها در **دوران شیردهی** نیز تابع قوانینی خاص است. توجه داشته باشید که هر دارویی را نمی‌توان در زنان شیرده مصرف کرد، همچنین ممکن است میزان داروهای مصرفی در این دوران به تغییراتی نیاز داشته باشد. مثلاً مصرف **قرص متی‌مازول** که در درمان پرکاری تیروئید (هیپر تیروئیدی) مصرف می‌شود، در شیردهی ممنوع بوده و در این دوران باید به جای آن از داروی دیگری با نظر پزشک متخصص غدد داخلی استفاده شود.

یادآوری:

برخی منابع مصرف متی‌مازول را در شیردهی تأیید می‌کنند؛ البته تصمیم به تجویز آن تنها در صلاحیت پزشک معالج است.

۱۱ وقتی داروها در **زمان مناسب** مصرف شوند کارایی بیشتری خواهند داشت. به عنوان مثال شربت **آلومینیوم ام جی اس** و قرص **سایمتیدین** هر دو در درمان ورم و زخم معده استفاده می‌شوند، اما آلومینیوم ام جی اس زمانی بهترین اثر را خواهد داشت که ۱-۳ ساعت بعد از غذا و یا هنگام خواب مصرف شود؛ در حالیکه **سایمتیدین** بهتر است همراه وعده‌های غذایی مصرف شود تا بیشترین کارایی را داشته باشد.

۱۲) میزان (دوز) درمانی و مقدار سمی برخی از داروها بسیار به هم نزدیک است. در چنین مواردی کمترین اشتباه در تعیین میزان داروی مورد نیاز می‌تواند به مسمومیت بیمار منجر شود. این اتفاق در بیمارانی که دچار نارسایی قلبی، کلیوی و یا کبدی هستند بیشتر رخ می‌دهد. داروهای قلبی و در رأس آن‌ها قرص **دیگوکسین** مثال شایع این نوع داروها هستند.



۱۳) پزشکان در زمان تجویز دارو به **سوابق پزشکی بیمار** توجه خاص دارند. وجود سابقه **فاویسم** (حساسیت به باقلا، نفتالین و برخی داروها که به کم خونی شدید و گاهی کشنده منجر می‌شود)، **حساسیت‌های دارویی** و برخی موارد دیگر از جمله نکاتی هستند که باید به آن‌ها توجه خاص داشت. کوتریموکسازول که در درمان

عفونت‌های گوناگون به کار می‌رود، از جمله داروهایی است که معمولاً مصرف آن در مبتلایان به فاویسم ممنوعیت دارد.

۱۴) اگر از داروهای **بدون نسخه** استفاده می‌کنید حتماً در زمان مراجعه به مطب، اسامی آن‌ها را به پزشک خود بگویید. این مسئله به پزشک شما کمک می‌کند که دیدگاه بهتری نسبت به سابقه پزشکی شما پیدا کند. زیرا بسیاری از داروهای OTC ممکن است با داروهای تجویز شده توسط پزشک معالج تداخل داشته باشد.

۱۵ داروهایتان را با کسی تقسیم نکنید. توجه داشته باشید که نحوه تأثیر داروها در بدن هر فرد متفاوت از فرد دیگر است، مثلاً مصرف کاملاً مساوی یک دارو در دو بیمار ممکن است در یکی فقط کمی خواب آلودگی ایجاد کند، ولی دیگری را به اغما و حتی مرگ بکشانند.

۱۶ صبر و تحمل داشته باشید. داروهای گوناگون و نیز اشکال مختلف دارویی از راه‌های متفاوتی اثر می‌گذارند. برخی از آن‌ها بلافاصله پس از مصرف جذب شده و سریعاً اثر خود را نشان می‌دهند، اما تعداد دیگری از داروها دیرتر اثر می‌کنند. بنابراین برای رسیدن به نتایج مناسب درمانی کمی صبور باشید و از اقدامات دیگری چون مصرف میزان بیشتری از دارو یا استفاده از داروی دیگر حتماً خودداری کنید.

۱۷ از تجدید نسخه یا قطع خودسرانه دارو بدون مشورت با پزشک معالج اجتناب کنید.

در بسیاری از موارد اطلاع پزشک از سابقه دارویی شما با مشاهده بلیستر یا جعبه دارو خصوصاً قرص‌ها امکان‌پذیر می‌شود زیرا فقط دیدن شکل و رنگ قرص که از بسته خود خارج شده است راه مناسبی برای شناخت دقیق یک دارو نیست. بنابراین داروها را در بسته‌بندی خاص خود نگاه دارید. این کار همچنین باعث می‌شود که در مصرف دارو اشتباه نکنید. به علاوه در بسیاری موارد خود بسته‌بندی نیز در پایداری مواد متشکله آن مؤثر است.



۱۸ در صورتی که مصرف یک نوبت دارو را فراموش کردید، هرگز دوز دارو را در نوبت بعدی ۲ برابر نکنید.

۱۹ هرگز بدون مشورت با پزشک میزان دارو(دوز) و طول درمان با داروها را تغییر ندهید.

۲۰ از مصرف داروهای هورمونی بدون نسخه پزشک در مواردی چون درمان لاغری، چاقی و یا به منظور بدن سازی و عضلانی شدن به طور جدی اجتناب کنید.

۲۱ ضایعات پوستی ناشناخته را خودسرانه با استفاده از پمادها و کرم‌ها خصوصاً انواع کورتون‌های موضعی درمان نکنید؛ زیرا این کار سبب تغییر ظاهری شکل ضایعات شده و پزشک را به اشتباه می‌اندازد. این ضایعات باید پس از تشخیص با داروهای مخصوص خود درمان شوند.

پمادهای هیدروکورتیزون، بتامتازون، تریامسینولون، کلوبتازول و فلوئوسینولون از گروه کورتون‌های موضعی محسوب می‌شوند.

۲۲ همانگونه که نباید خودسرانه اقدام به مصرف داروها کرد، هیچگاه نباید داروهای تجویز شده توسط پزشک را خود سرانه قطع کرد، زیرا برخی از داروها پس از قطع ناگهانی باعث واکنش‌های خطرناکی در بدن می‌شوند.



از جمله این داروها می‌توان به داروهای ضد دیابت و یا ضد فشار خون اشاره کرد.

۳۳ توجه داشته باشید که این داروها برای بیماری فعلی شما تجویز شده است، بنابراین از مصرف آن در موارد مشابه و یا توصیه مصرف آن به دیگران خودداری کنید.
بهترین اقدام این است:
هیچگاه بدون نسخه پزشک داروها را مصرف نکنید.



آیا می دانید؟

دارو اگر سم نباشد، غذا هم نیست!!!



بیمارستان بزرگ صنعت نفت اهواز



بیمارستان بزرگ صنعت نفت اهواز

روابط عمومی سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت به صورت شبانه روزی آماده دریافت هرگونه انتقاد و پیشنهاد می باشد.

تلفن پیام گیر ۸۸۹۴۳۹۹۲
سامانه پیام کوتاه ۳۰۰۰۳۹۹۲
سایت سازمان www.piho.ir
پست الکترونیک info@piho.org