



## مشاوره ی دارویی در ارائه ی داروهای بدون نسخه OTC

روز به روز شمار فزاینده ای از داروهائی که در جایی غیر از داروخانه به فروش می رسد و یا در کارگاه های غیر مجاز ترکیب شده و با عنوان های فریبنده به بیماران ارائه می شود (داروهای لاغری ، چاقی ، ترک اعتیاد و ... ) در حال افزایش است . داروها را در سوپر مارکت ها و یا در بازار می توان خرید همچنین می توان آن ها را از طریق سفارش پستی یا اینترنت به دست آورد . آن چه که واضح و مشخص است نقش مهم داروسازان در مشاوره ی دارویی همه داروها و مهم تر از همه، داروهای بدون نسخه می باشد و در واقع آنجاست که داروسازان بعنوان تجویز کننده ی دارو ضمن مشاوره ی کامل و ارائه ی توصیه های لازم به بیماران در خصوص نحوه ی استفاده، دوز مصرفی، دوره ی درمان، فواصل مصرف، تداخل دارو - دارو و دارو - غذا، عوارض دارویی، مسمومیت دارویی، شرایط نگهداری و ... مسوولیت درمان بیماران را بعهده می گیرند.

در تحقیقی که در خصوص نوع مشاوره ی دارویی در داروخانه های انگلستان انجام شده است نتایج نشان دادند که ۶۵/۴۱٪ از داروسازان در مورد ۶ تا ۱۰ داروی OTC هر روز مشاوره های لازم را با بیماران انجام می دهند و در طبقه بندی که انجام شد نتایجی ذیل بدست آمد:

- داروهای سرماخوردگی و ضد سرفه
- داروهای معدی /روده ای و آنتی اسیدها
- آنتی بیوتیک ها و ضد قارچ ها
- کمک های اولیه
- داروهای چشمی شامل محلول های لنز
- داروهای ترک سیگار
- داروهای مسکن و ضد التهاب
- ویتامین ها و مکمل ها
- داروهای پوستی
- لوازم و تجهیزات پزشکی
- مسهل ها

داروسازان بهترین موقعیت مشاوره با بیماران را در خصوص همه ی داروها دارا هستند و بدلیل دسترسی آسان به آن ها، بیماران اغلب سوالات مربوط به داروهای OTC ، عوارض جانبی آنها، تفاوت بین داروهای OTC مشابه در یک گروه دارویی را از داروسازان می پرسند . همچنین آنها نقش موثری را در مشاوره با بیماران در خصوص تداخلات دارو - دارو نیز دارند.

### در تجویز داروی OTC به بیمار توجه به نکات زیر الزامی است:

- دلیل انتخاب داروی OTC برای بیمار شرح داده شود.
- نحوه ی استفاده ی صحیح از داروی OTC توضیح داده شود.
- عوارض جانبی احتمالی، هشدار و احتیاط های لازم در خصوص داروی مصرفی توضیح داده شود و به بیمار یادآوری شود هر گونه علائم ناشی از بروز عوارض دارویی و یا مسمومیت های احتمالی به داروساز گزارش شود.
- چگونگی خود مراقبتی در پاسخ به یک سری علائم و نشانه ها برای بیماران توضیح داده شود.
- طرز استفاده و نگهداری داروها بر روی برچسب دارویی درج شود.
- زمان لازم جهت پاسخ گویی به سوالات بیماران اختصاص داده شود.
- به بیمار یادآوری شود جهت پیگیری علائم و روند بهبود مجدداً به داروخانه مراجعه نماید تا از صحت نوع داروی تجویزی و مصرف صحیح آن اطمینان حاصل شود.



## برخی از تداخلات داروهای بدون نسخه (OTC) با غذا

- مصرف آسپرین باعث کمبود ویتامین C می شود. بنابراین بهتر است این دارو همراه با آب میوه مصرف گردد.
- مصرف بعضی داروهای مدر سبب دفع آب از بدن شده که همراه با دفع آب، پتاسیم نیز دفع می شود. برای جلوگیری از کاهش پتاسیم بهتر است از مواد غذایی مثل گوجه، پرتقال، آلو خشک، سیب زمینی و کشمش استفاده نمود ( بجز اسپرینولاکتون و تریامترن -چ که داروهای مدر با حفظ پتاسیم خون می باشند).
- آنتی اسیدها باعث کاهش جذب فسفر موجود در غذا شده و باعث کاهش غلظت فسفر یا هیپوفسفاتی می شوند که شامل علائمی مثل ضعف و خستگی، بی اشتها و کمردرد می باشد. بنابراین بیمارانی که آنتی اسید مصرف می نمایند باید مقادیر زیادی از ترکیبات حاوی فسفر مصرف نمایند (گوشت قرمز حاوی فسفر زیادی است).

## شیردهی و تجویز داروهای OTC

### مصرف ضد دردها در دوران شیردهی:

انتخاب های OTC زیادی بعنوان ضد درد در دوران شیردهی وجود دارند. استامینوفن به صورت معمول برای تب و درد در نوزادان مصرف می شود و انتظار می رود که سطوح ترشح شده در شیر کمتر از میزانی باشد که مستقیماً به نوزادان داده می شود.

از میان داروهای NSAIDs، ایبوپروفن به عنوان داروی انتخابی برای مادران در دوران شیردهی در نظر گرفته می شود و بعنوان ضد درد در نوزادان نیز بکار می رود. با وجود آن که ایبوپروفن در شیر مادر ترشح می شود اما غلظت دارو و متعاقب آن انتقال آن به نوزاد بسیار کم است.

ناپروکسن بواسطه ی داشتن نیمه عمری طولانی باید در مادران شیرده با احتیاط مصرف شود. یک مورد مستند خونریزی طولانی مدت، آنمی و ترومبوسیتوپنی در یک نوزاد ۷ روزه که مادرش در حین شیردهی ناپروکسن مصرف می کرده است گزارش شده است.

آسپرین با غلظت های پایین در شیر ترشح می شود. این دارو ترشح کندتری بداخل شیر نسبت به پلازما دارد. خطر سندرم ری بواسطه ی وجود آسپرین در شیر مشخص نیست. اگر مادری تحت درمان با آسپرین است توصیه می شود ۱ ساعت پس از مصرف دارو از شیردهی اجتناب شود.

• از آنجایی که مصرف آسپرین در سنین زیر ۱۱ سال ممکن است باعث بروز سندرم ری (Reye's syndrome) که نوعی آسیب مغزی است شود در این سنین آسپرین نباید تجویز شود. همچنین مصرف آسپرین در بعضی از کودکان ایجاد حساسیت می نماید. بعنوان مثال این دارو سبب تشدید آسم در کودکان می شود. بنابراین در صورت وجود بیماری با این مشخصات باید در نظر داشت که ممکن است مصرف سایر داروهای مشابه مانند ایبوپروفن نیز همان علائم را در کودک ایجاد نماید و از تجویز آنها باید خودداری نمود.

• از تجویز داروهای کدئین دار در کودکان خودداری کنید.

✓ سایر نکات مهم در مورد داروهای OTC در شماره های بعدی خبر نامه دارویی ...