

خبرنامه دارویی



اطلاعیه شماره: ۱۳

داروهای بدون نسخه (OTC)

OTC به چه معنی است؟

کلمه OTC مخفف **over-the-counter** است یعنی فروش دارو بدون نسخه 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. فعالیت کلیدی داروسازان در توصیه ها و تجویزهای دارویی به بیماران، در بیماریهای ساده و کوچک با ارائه داروهای بدون نسخه همراه با مشاوره با آنان است. این موضوع نیازمند مهارت داروساز در شناخت علائم و فراهم کردن اطلاعات موردنیاز جهت انتخاب داروهای مناسب بدون نیاز به نسخه و توانایی ارجاع بیماران خاص به متخصص مناسب است.

چگونگی استفاده کردن از مطالب برشور داروهای بدون نسخه OTC

هرچند برای تهیه و خرید داروهای بدون نسخه نیازی به تجویز پزشک نیست اما این داروها نیز همانند داروهای تجویزی توسط پزشکان می تواند سبب بروز عوارض جانبی ناخواسته و گاهی بسیار جدی در استفاده کنندگان گردد. در طی سطور آینده شما را با چگونگی استفاده از بروشورهای داروهای OTC ویا مطالبی که شما از داروسازان محترم یا پزشک خانوادگی خود باید پیرامون این داروها سوال کنید آشنا خواهیم کرد:

- ۱ - ترکیبات دارویی: شامل ماده موثر موجود در دارو است که سبب کاهش علائم در شما می گردد - معمولا ممکن است یک دارو از چند جزء موثر تشکیل شده باشد که در ابتدای بروشورهای دارویی این مطالب درج شده است. و بوضوح این ترکیبات توضیح داده شده است.
- ۲ - اندیکاسیونها یا موارد مصرف دارو که مصرف آن سبب بهبودی آنها در بیمار می گردد
- ۳ - هشدارها که شما هنگامی که این دارو را استفاده می کنید باید بدانید شرایط استفاده از غذاهای همراه - دارو ها و یا رانندگی همراه با استفاده از آنها چیست؟
- ۴ - چگونگی مصرف که در چه زمانی مصرف آنها بهتر است.
- ۵ - سایر اطلاعات مهمی که ممکن است لازم باشد بدانید (همانند روش نگهداری و ...)
- ۶ - مواد نگهدارنده و رنگهای خوراکی و سایر مواد شیمیایی که همراه دارو وجود دارد - دانستن این نکات بخصوص برای افرادی مهم است که به ماده یا رنگ خاصی حساسیت دارند.
- ۷ - آدرس یا تلفن سازندگان آن که اگر نیاز به اطلاعات بیشتری داشتید با آنها تماس بگیرید.

چگونه از درمان با این داروها بهترین نتیجه را بگیریم؟

- در صورتیکه در مورد داروی خود مطلبی را متوجه نشدید از پزشک یا داروساز سوال نمایید.
- رعایت نکات زیر به شما در مصرف بهینه دارو کمک می نماید:
- فقط مقدار توصیه شده دارو را مصرف کنید. گاهی اوقات تصور مردم بر این است که هرچه مقدار بیشتری از دارو مصرف کنند، بهتر است. مصرف زیاد دارو می تواند مضر باشد.
 - داروهای بدون نسخه را فقط در طول یک دوره کوتاه مصرف کنید. مگر اینکه پزشک شما مصرف طولانی مدت آنها را تأیید کند.
 - داروها را خرد نکرده و نجوید (مگر به توصیه پزشک) گاهی برخی داروها جهت تأثیر مطلوب باید به طور کامل بلعیده شوند.
 - قبل از مصرف همزمان دو دارو یا بیشتر با هم، با پزشک خود مشورت نمایید. زیرا گاهی مصرف برخی داروها همراه یکدیگر موجب بروز مشکل می شود.
 - مطمئن شوید که پزشک معالج شما از تمام داروهایی که مصرف می نمایید اعم از داروهای نسخه ای و بدون نسخه، ویتامینها، داروهای گیاهی و سایر مکملها مطلع است.
 - هر دارویی جهت تأثیر بر بدن شما نیازمند زمان است. بهر حال اگر شما یک داروی بدون نسخه مصرف می نمایید و علائم بهبود در شما مشاهده نمی گردد با پزشک خود تماس بگیرید. اگر شما مدت زمان طولانی به پزشک مراجعه نکنید ممکن است بیماری شما شدیدتر شود.

از همکاران محترم تقاضا می شود در صورت مشاهده هرگونه اتفاق و عارضه های دارویی مراتب را از طریق پست الکترونیک fdo_kashan@kaums.ac.ir

نمبر (۰۳۶۱-۵۵۵۶۰۸۰) یا تماس تلفنی (۰۳۶۱-۵۵۷۹۰۰۰) به مرکز اطلاع رسانی دارو و سموم DPIC معاونت غذا و دارو کاشان ارائه نمائید.

خبرنامه دارویی



گروه های پرخطر:

- ◀ **کودکان** از آنجاییکه متابولیسم داروها در کودکان با بزرگسالان متفاوت است لذا باید دارو در کودکان بدرستی مصرف شود تا کمترین عارضه را برای آنان داشته باشد. به همین دلیل باید قبل از مصرف دارو بدرستی بدانید چه دارویی را مجاز هستید بدون توصیه پزشک و در چه زمانی و در چه مدتی مصرف کنید. لذا به این نکات توجه داشته باشید:
- استامینوفن عموماً دارویی است که بعنوان مسکن و ضد تب در کودکان مصرف می گردد
- کودکانی که با مصرف آسپیرین دچار حساسیت می شوند و بعنوان مثال باعث تشدید آسم در آنها می شود ممکن است با مصرف سایر داروها ی مشابه مانند ایبوپروفن نیز ممکن است دچار همان علائم گردند
- از آنجاییکه مصرف آسپیرین در سنین زیر ۱۸ سال ممکن است باعث بروز سندرم ری **Reye's syndrome** که نوعی آسیب مغزی است شود در این سنین اسپیرین بدون نسخه پزشک مصرف نشود.
- بدون تجویز پزشک از مصرف داروهای کدئین دار در کودکان خودداری کنید.

چگونه دارو را در کودکان درست و به اندازه مصرف کنیم

- در دادن میزان دارو به کودک دقت کافی مبذول دارید - در مورد اندازه های مصرف مایعات دارویی (شربت ها) از پزشک یا داروسازتان سوال کنید - و یا با سرنگ میزان گنجایش قاشقهای مرباخوری و چایخوری و غذاخوری را یک بار اندازه بگیرید تا در هنگام دادن دارو بدانید به چه میزان به کودک خود دارو می دهید - چون اندازه قاشقهای مختلف متفاوت است اما بطور کلی یک قاشق چایخوری یک سی سی - یک قاشق مرباخوری ۲.۵ سی سی و یک قاشق غذاخوری استیل حدود ۵ سی سی گنجایش دارد.
- اگر دادن میزان حداقل دارو سبب بهبودی کودکان می شود مقدار بیشتری به او ندهید
- اگر با دادن دارو کودکان دچار واکنشهای ناخواسته گردید و برایش مشکلی پیش آمد شما باید بیماری کودک - دارو و دوز داروی مصرفی و عوارض بوجود آمده را یادداشت کنید و با پزشک کودکان تماس بگیرید

◀ سنین بالا و سالخوردگان

- از آنجاییکه اکثر سالخوردگان تحت درمان دارویی با تجویز پزشک می باشند لذا بدلیل احتراز از واکنشهای دارویی لازم است دادن داروهای بدون نسخه نیز با توجه کامل به سایر داروهای آنها و حتی المقدور با نظر پزشک باشد.
- از آنجاییکه ریسک ابتلا به خونریزی های گوارشی و بیماریهای کلیوی در سالخوردگان بیشتر از سایر افراد است مصرف داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی مانند آسپیرین باید حتماً با تجویز پزشک باشد
- داروهای ضداحتقان مانند پزودو آفرین و آنتی هیستامین دکونژستان میتواند سبب افزایش فشار خون و حتی افزایش فشار داخل چشم و بروز گلوکوم (آب سیاه) گردد. در افراد سالخورده این داروها میتواند باعث احتباس ادرار گردد - همچنین بدلیل تداخل با داروهایی مانند پروپرانولول - انسولین و سایر داروهای پایین آورنده قند خون و داروهای ضد افسردگی باید همراه با آنها مصرف نشود.
- بدلیل تداخل دارویی پزودو آفرین با داروهای ضدافسردگی و انواع آرامبخش ها و همچنین داروهای ضد تشنج و صرع نباید همراه با این داروها مصرف شود
- داروی ضد سرفه دکسترومتورفان نیز با داروهای ضد افسردگی تداخل دارد و بخصوص در سالخوردگان نباید با هم مصرف شود

◀ سایر گروههای آسیب پذیر

- در زمان ابتلا به بیماریهایی مانند دیابت - نقرس - بیماریهای عروقی - فشارخون بالا - بیماریهای کلیوی یا کبدی - بیماریهای قلبی و آسم باید داروها با احتیاط مصرف شود چون احتمال بروز عوارض جانبی در این موارد بیشتر است.