



## پیشگیری از مسمومیت ناشی از داروها



شایع ترین علت بروز مسمومیت در جهان، مصرف داروها بیش از مقادیر درمانی است .

- دهان، شایع ترین راه ورود سموم به بدن است.
- هفتاد درصد از مسمومیت‌های ارجاع شده به مراکز اطلاع‌رسانی داروها و سموم کشور، مسمومیت‌های دارویی است.
- با مصرف چند برابر مقادیر درمانی داروها به‌طور خودسرانه، دچار عوارض سوء و یا مسمومیت با داروها خواهید شد.
- مقادیر بالای برخی از داروهای به‌ظاهر کم‌خطر، می‌توانند برای فرد، خصوصاً کودکان و افراد مسن کشنده باشد.





- داروهای مصرفی افراد خانواده را دور از دسترس کودکان نگهدارید.

- از قرار دادن دارو در کیف دستی پرهیز کنید تا مانع خورده شدن دارو توسط کودکان شود.

- داروهای خود را در مقابل چشم کودکان مصرف نکنید، چراکه کودکان از رفتار بزرگسالان تقلید می‌کنند و ممکن است دور از چشم والدین داروها را به دهان ببرند.

- اگر به کودک خود دارو می‌دهید به او تفهیم کنید که این دارو است و از کلماتی مثل آب‌نبات، شکلات و یا خوراکی استفاده نکنید.

- داروها خصوصاً داروهای خوش‌طعم مخصوص کودکان را از دسترس ایشان دورنگه دارید. ممکن است با استفاده از غفلت شما، کودک اقدام به مصرف دارو نماید.

- چنانچه در خانه کودک زیر ۵ سال دارید، حتماً داروها را در کمد های بالاتر و مجهز به قفل قرار دهید.

- کودکان کنجکاو و ممکن است زمانی که افراد سالمند فامیل در حال مصرف داروهای خود می‌باشند، کودکان اقدام به چشیدن و یا بلعیدن دارو بنمایند.

- در هنگام بیماری کودکان مراقب باشید تا دوز تکراری دارو به وی ندهید.

- برای کاهش تب ، داروی استامینوفن را بر اساس وزن و سن کودک و با مشورت پزشک و داروساز به کودک بدهید. مقادیر بیش‌ازحد درمانی استامینوفن می‌تواند ایجاد مسمومیت نماید و منجر به صدمات کبدی شود.





- در مسمومیت‌های تعمدی با دارو، بهتر است در صورت هوشیاری فرد مسموم، نام دارو یا داروهای مصرفی و تعداد هر یک از آن‌ها را از وی پرسید و به کادر درمانی اطلاع دهید.

- در اغلب مسمومیت‌های اتفاقی و یا تعمدی با داروها، برای اطلاع از نحوه انجام اقدامات اولیه، هرچه سریع‌تر با شماره تلفن مرکز اطلاع‌رسانی داروها و سموم ۱۹۰ داخلی داخلی ۳ - کد ۲ و یا اورژانس ۱۱۵ تماس بگیرید.

- در برخورد با فرد مسموم غیر هوشیاری که در کنارش بسته‌های داروی خورده شده وجود دارد، ضمن حفظ خونسردی خود و عدم القاء استفراغ در این فرد، بسته‌های دارویی را همراه بیمار به بیمارستان ببرید.





- بر مصرف داروی افراد مسن خانواده نظارت داشته باشید چراکه ایشان به دلایل زیر ممکن است داروی خود را به اشتباه یا به طور تکراری مصرف نمایند: تشابه ظاهری شکل داروها، ابتلا به فراموشی، عدم اطلاع از نام داروها، بی سوادگی یا کم سوادگی و یا خوانا نبودن مقادیر مصرفی دارو مندرج روی جعبه دارویی.

- بهترین کار برای پیشگیری از خوردن دوز تکراری دارو، یادداشت کردن دفعات مصرف دارو و یا قرار دادن قرصها در داخل جعبه های مخصوص تقسیم بندی شده (بر حسب صبح، ظهر و شب) است.



- اغلب مسمومیت های دارویی مراجعه شده به بیمارستانها در اثر داروهای بیماریهای اعصاب و روان مانند داروهای آرامبخش و ضد افسردگی بروز می کند.
- بهتر است داروهای بیمار افسرده و یا بیمارانی که تعادل رفتاری ندارند و یا افرادی که سابقه اقدام به خودکشی دارند را دور از دسترس ایشان قرار دهید و مراقبت دقیقی در خصوص میزان داروی مصرفی ایشان به عمل آورید.

