

# نکات مهم در مصرف دارو

## نکات مهم در مصرف دارو

چگونه می توانم مصرف داروهای خودم را کنترل کنم؟  
ممکن است مصرف دارو تجربه جدیدی برای شما بوده و شما در به یاد داشتن آن مشکلات زیادی داشته باشید مصرف صحیح دارو مطابق دستور پزشک بسیار مهم است.

## دانستن پاسخ پرسش های زیر برای شما مهم میباشد:

- ✓ چرا باید دارو مصرف کنید؟
- ✓ دارو خود را چه زمانی باید مصرف کنید؟
- ✓ چه تعداد دارو باید مصرف کنید؟
- ✓ دفعات مصرف دارو به چه صورت باید باشد؟

## اگر شما از دستورات پزشک تبعیت نکنید ممکن است چه

### اتفاقی بیافتد؟

اگر داروهای خود را به صورت صحیح استفاده نکنید علاوه بر اینکه ممکن است اثر لازم را نداشته باشد، می تواند سبب بروز عوارض جانبی خفیف یا حتی بسیار خطرناک شوند، همچنین بدون آگاهی از این مطلب ممکن است شما سبب تداخل و واکنش دو دارو با یکدیگر شوید.

## چگونه می توانم مصرف دارو را به یاد داشته باشم؟

- ✱ دارو را در ساعت ثابتی از روز مصرف کنید.
- ✱ دارو را به همراه کارهای مشخص روزانه مانند مسواک زدن مصرف کنیم تا انجام آن کار شما را به یاد مصرف دارو بیندازد.
- ✱ از جعبه های مخصوص قرص استفاده کنید مانند جعبه های قرص هفتگی یا روزانه که از داروخانه ها قابل تهیه است.
- ✱ از نزدیکان خود بخواهید که مصرف دارو را به شما یادآوری کنند.
- ✱ از یک تقویم دارویی نزدیک جعبه داروهای خود استفاده کنیم و در آن، زمان مصرف دارو را یادداشت نماییم.
- ✱ یک برچسب یا نوشته آگاه ساز را بر روی کابینت داروهای خود یا درب یخچال نصب نماییم.
- ✱ نکاتی در خصوص استفاده صحیح از دارو
- ✱ داروهای خود را طبق دستور پزشک یا داروساز نگهداری کنید داروها را در جعبه خودش نگهداری کنید هرگز دارویی را در جعبه داروی دیگر نگذارید.
- ✱ داروهایی را که می توانید همراه با یکدیگر مصرف کنید یا نکنید را حتماً به خاطر بسپارید.

✱ داروهای خود را بیش از مقدار مجاز تجویز شده مصرف نکنید.

✱ قبل از خرید دارویی بدون نسخه مانند با پزشک خود یا داروساز مشورت کنید تا مطمئن شوید که با داروهای تجویزی شما تداخل نداشته باشند.

✱ از قطع خود سرانه دارو پرهیز کنید قبل از قطع دارو حتماً با پزشک خود مشورت کنید.

✱ اگر دچار هر یک از عوارض جانبی شدید، با پزشک خود مشورت کنید.

✱ اگر به بیش از یک پزشک مراجعه نمودید در هر ویزیت آخرین لیست داروهای مصرف خود را به پزشک ارائه دهید.

✱ تمامی داروها را از دسترس اطفال دور نگه دارید.

✱ مصرف داروها به طور همزمان می توانند سبب بروز تداخل در اثرات و عوارض دارویی آنها شود.

## نکاتی در مصرف اشکال دارویی خوراکی باید در نظر

### داشت:

- ❖ بهتر است قرص و کپسول ها همراه یک یا چند لیوان آب (نه خیلی گرم و نه خیلی سرد) مصرف شود و خوردن آب به همراه قرص یا کپسول سرعت باز شدن و هضم آنها را افزایش میدهد.



## نکات مهم در مصرف دارو

گرد آورنده: هاجر قربانی سوپر وایزر آموزش ارتقا

سلامت بیمارستان نفت آبادان

منبع تهیه: کتاب ایران فارما

تایید کننده: خانم دکتر بهناز نوروزی

تاریخ تهیه: بهار ۱۴۰۲

تاریخ بازنگری: بهار ۱۴۰۴



من را اسکن کن

توانند سبب ایجاد دوز سمی و همچنین سبب بروز واکنش های حساسیتی و مسمومیت گردند بنابراین از مصرف دارو پس از رسیدن تاریخ انقضا خودداری کنید.

♦ داروها بایستی در ظرف اصلی خود نگهداری شوند خارج کردن آنها از ظروف و قرارگیری آن ها در پاکت های کاغذی یا پلاستیکی فساد آنها را تسریع می کند.

♦ قطره ها و پمادهای چشمی رانهایتاً تا یک ماه پس از باز شدن در صورتی که استفاده نشده باشد باید دور ریخته.

♦ شربت ها و سوسپانسیونها را نهایتاً تا دو هفته پس از باز شدن در صورتیکه مصرف نشود باید دور ریخته شوند.

### برای پیشگیری از به وجود آمدن هر گونه مشکل در مصرف داروها:

جدول تعیین نموده و با کمک کادر پزشکی خود برای هر یک از داروهای مصرفی تان موارد زیر را کامل کنید.

نام دارو:	مقدار مصرف:
زمان مصرف:	علت تجویز:
مصرف این دارو تا چه زمانی باید ادامه داشته باشد:	
پزشک تجویز کننده:	

❖ به هیچ وجه نباید قرصهای بلعیدنی و کپسول را با آب دهان قورت داد چون ممکن است به جدار مری چسبیده و عوارض خطرناک به وجود آورد.

❖ هنگام مصرف قرص یا کپسول بیمار حداقل امکان وضعیت ایستاده داشته باشد

❖ قرصهایی که روکشدارند قابل تقسیم نبوده و نباید شکسته و نصفه شوند.

❖ به طریقه مصرف صحیح قرصهای زیر زبانی (زیر زبان گذاشته و نگهداری شود)، قرص های جوشان (دریک استکان آب حل شود)، پودرهای خوراکی (که در یک لیوان آب و آبمیوه حل شود) توجه شود.

### نکات اساسی در مصرف و نگهداری داروها در منزل:

♦ حداقل هر سه ماه یکبار همه داروهای موجود در منزل را از نظر تاریخ مصرف بررسی کنید و داروهای تاریخ گذشته را دور بریزید.

♦ بر روی بسته تمام داروها شامل داروهای نسخه و بدون نسخه تاریخ انقضا (که با حروف EXP مشخص می شود) به شکل ماه و سال ذکر می شود. پس از این زمان سازنده دارو تعهدی در خصوص تضمین پایداری و خلوص ماده دارویی ندارد با انقضای تاریخ مصرف، برخی از داروها بخشی از اثربخشی خود را از دست می دهند و برخی می