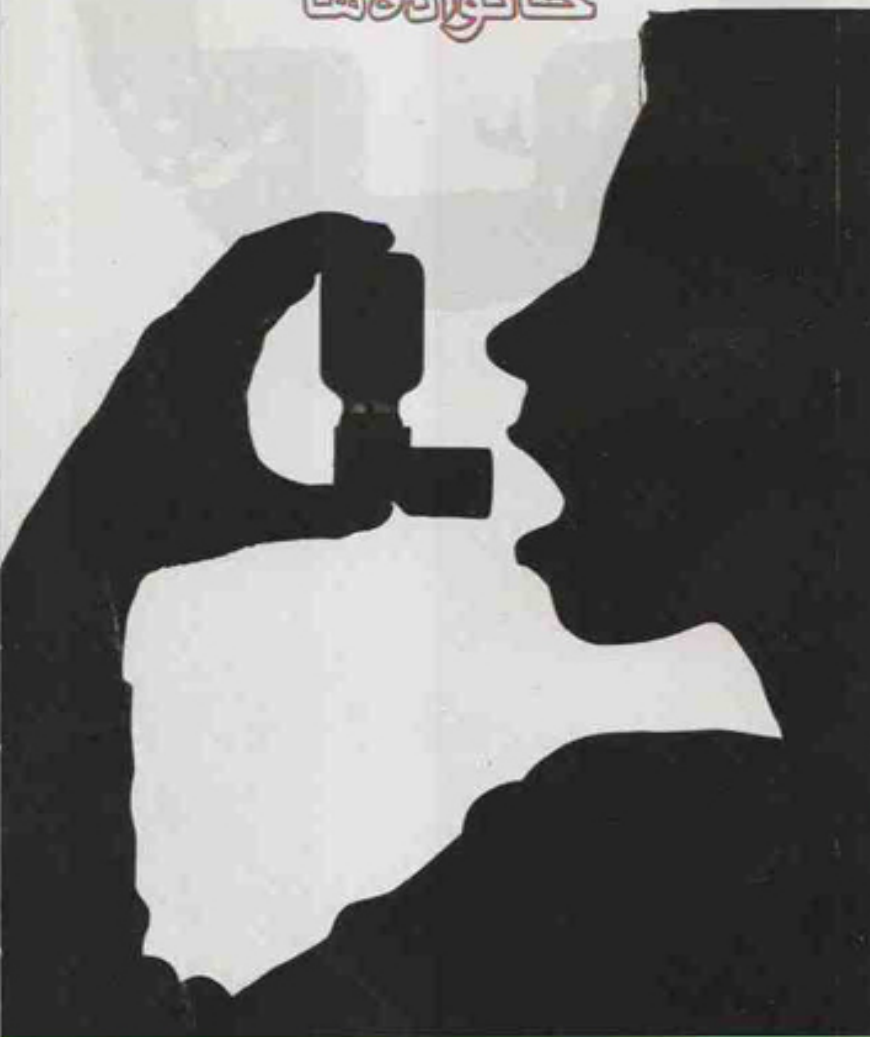


دانشتنی‌های

دارویی

برای

خانواده‌ها



# دانستنی‌های دارویی برای خانواده‌ها

اداره کل روابط عمومی

# بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

دانستنی‌های دارویی برای خانواده‌ها»

ناشر: اداره کل روابط عمومی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

تلفن: ۶۷۰۱۵۴۶، نمابر: ۶۷۰۱۷۱۴

زمان انتشار: خرداد ۱۳۸۲

تایپ مجدد و PDF: ۱۳۸۸، روابط عمومی الکترونیک (e-PR)

## فهرست

۳	مقدمه
۵	نکاتی دربارهٔ چگونگی تهیه دارو
۶	اشکال مختلف دارو
۹	روش مصرف قطره و پماد چشمی
۱۰	روش مصرف قطره گوش
۱۱	روش مصرف قطره بینی
۱۲	روش استعمال شیاف از راه مقعد
۱۳	روش استعمال داروهای مهملی (واژینال)
۱۴	روش مصرف فرآورده‌های پوستی
۱۵	روش استفاده از برچسب‌های پوستی
۱۵	مصرف صحیح داروهای ملین بدون نسخه
۱۶	نکاتی دربارهٔ عوارض ناخواسته دارویی
۲۱	نکاتی دربارهٔ مصرف دارو
۲۷	نکاتی دربارهٔ داروهای تزریقی
۲۷	نکاتی دربارهٔ نگهداری دارو
۲۹	مصرف دارو در سالمندان و زنان باردار
۳۱	تأثیر تفاوت‌های فردی در تجویز دارو
۳۵	چند توصیه مفید دارویی
۳۷	مشور حقوق بیمار در داروخانه
۳۹	روش کاهش عوارض دارویی
۴۰	عوارض ناخواسته دارویی
۴۳	آزمایشگاه‌های کنترل غذا و دارو
۴۵	آشنایی با مراکز اطلاع‌رسانی دارویی
۴۶	روش اطلاع از نحوه تهیه داروی مورد نیاز در کشور
۴۸	شماره تلفن مراکز اطلاع‌رسانی دارویی کشور
۵۰	داروخانه‌های شبانه‌روزی تهران
۵۲	فهرست نشانی و تلفن مراکز اطلاعات دارویی و سموم
۵۴	مراکز تک نسخه‌ای دارویی

## مقدمه

جای بسی خوشبختی است که پس از سال‌ها و برای اولین بار «دانستنی‌های دارویی برای خانواده‌ها» تهیه و در دسترس علاقه‌مندان قرار می‌گیرد.

لزوم و اهمیت وجودی این کار، بر هیچ یک از مخاطبین پوشیده نیست. بنابراین توجه به این نیاز و در دسترس قرار دادن اطلاعات علمی و عمومی برای همگان که متأسفانه امروز دچار مصیبتی به نام «مصرف بی‌رویه دارو» شده‌اند، می‌تواند اثرات مفیدی در جامعه داشته باشد. از آنجا که یکی از بارزترین وجوه عصر حاضر سرعت چشم‌گیر و لحظه‌ای و تغییر و تحولات در بعد اطلاع‌رسانی و فناوری نوین در عرصه ارتباطات انسانی است و از سوی دیگر پیشرفت روزافزون علم و دانش به طوری که ادعا می‌شود در هر ۱۵ سال میزان دانش بشر به دو برابر افزایش می‌یابد، بر آن شدیم تا نگاهی دیگر به وضعیت موجود و امکانات ممکن در برقراری ارتباط بین دنیای علم پزشکی و دارویی با افکار عمومی، در زمینه گسترش وسیع تغییرات دارویی بیافکنیم تا بتوانیم با آگاه ساختن افکار از آخرین و مستندترین اطلاعات علمی در مورد نحوه مصرف منطقی داروها و کاربرد صحیح آن‌ها نقش مهم و مؤثری در ایجاد یک نظام درمانی- دارویی و با استناد به تکنیک‌های نوین ارتباطی داشته باشیم.

بنابراین تلاش شد تا با انتشار این مجموعه، ضمن اطلاع یافتن همکاران گروه پزشکی از آخرین تغییرات، دستورالعمل‌ها و توصیه‌های دارویی، هم‌چنین آشنایی آن‌ها با مراکز اطلاع‌رسانی دارویی، اطلاع‌رسانی علمی در خصوص دارو و سموم و مرکز ثبت عوارض ناخواسته دارویی، بیماران و مصرف‌کنندگان دارو نیز با روش‌های صحیح دستیابی مصرف و نگهداری دارو هم‌چنین پیشگیری از بروز عوارض ناخواسته دارویی و سایر نکات لازم آشنایی

پیدا کنند. باشد که بدین ترتیب از مصرف بی‌رویه و غیرمنطقی دارو در نظام فعلی دارو- درمان کشور که علاوه بر تحمیل فشار بسیار زیاد اقتصادی ممکن است سلامت بیماران را با خطر مواجه سازد، نیز جلوگیری کنیم.

با توجه به این واقعیت که بین تجویز و مصرف دارو در کشور با الگوهای استاندارد فاصله غیرقابل انکاری وجود دارد، امید است این اقدام سرآغاز فصل نوینی در فراهم کردن بانک اطلاعات دارویی و ساماندهی اطلاعات دارویی در کشور شود و بستر مناسبی را برای انعکاس فعالیت‌های علمی- ارتباطی نزد دست‌اندرکاران سیاست‌های دارویی در دولت، پزشکان، داروسازان، شرکت‌های تولیدکننده و پخش دارو و همچنین مصرف‌کنندگان واقعی دارو فراهم نماید تا از این رهگذر، ضمن تأمین نیازهای علمی و دارویی جامعه، پاسخگوی خواسته‌های پژوهشگران و متخصصین دارویی کشور نیز باشد. در پایان خاطر نشان می‌شود، مخاطبان هدف مجموعه «دانستنی‌های دارویی برای خانواده‌ها» عموم مردم و مصرف‌کنندگان دارو هستند که در آن اطلاعات ضروری و هشدارهای لازم دربارهٔ چگونگی تهیه، مصرف، نگهداری و سایر موارد و نکات لازم و مرتبط ارائه می‌شود. در اینجا لازم می‌داند از زحمات ارزندهٔ آقای دکتر مجید اکبری و همچنین همکاری معاونت محترم غذا و دارو که در تهیه بخشی از اطلاعات این کتاب و تایید مطالب آن نقش داشتند، قدردانی شود.

اداره کل روابط عمومی

خرداد ماه ۱۳۸۲

## نکاتی دربارهٔ چگونگی تهیه دارو

«تنها مکان مجاز، قانونی و سالم برای تهیه دارو، داروخانه است.»

یکی از مسایل اساسی که بهداشت و سلامت جامعه را تهدید می‌کند، تهیه و توزیع برخی اقلام دارویی و درمانی توسط مراکز غیرذیصلاح است که می‌تواند تا حد زیادی سلامت جامعه را به مخاطره بیندازد و سایر اماکن نظیر سوپرمارکتها، دستفروش‌ها و مراکز غیرقانونی صلاحیت این کار را ندارند. چرا که داروهای رسمی کشور با گزینش کارشناسان خبره، همچنین رعایت نکات ایمنی و سلامت انتخاب می‌شوند و به همین جهت ایمنی و سلامت داروها، مواد اولیه دارویی و ترکیبات خارجی ویتامینی، آرایشی، رژیمی و پروتئینی موجود در مغازه‌ها و سوپرمارکت‌ها که به صورت غیرمجاز در بازار عرضه می‌شوند، نامطلوب و برای سلامتی خطرناک است. در صورتی که مواد اولیه و اثربخش داروهای ساخت داخل به طور مرتب مورد کنترل و بررسی کارشناسان قرار می‌گیرد و به همین جهت توصیه می‌شود بیماران برای تهیه داروهای مورد نیاز خود به نکات ذیل توجه نمایند:

- ۱- هنگام خرید هر نوع ترکیب خوراکی یا دارویی حتماً به تاریخ اعتبار آن دقت کنید.
- ۲- گرانی دارو و یا ترکیبات ویتامینی که در مراکز غیرمجاز ارابه می‌شوند، نشان از کیفیت مطلوب آنها نیست.
- ۳- ترکیبات گیاهی، رژیمی لاغری یا چاقی هم می‌توانند همانند سایر داروها برای سلامتی مضر و خطرناک باشند.
- ۴- رنگ و طعم ترکیبات دارویی، آرایشی و غذایی غیرمجاز می‌توانند ایجاد مسمومیت و سرطان نمایند.
- ۵- پزشکان و کارشناسان دارویی اندازه مصرف داروی شما را متناسب با سن، وزن، جنس و شرایط شما تعیین می‌کنند.

## اشکال مختلف دارو

برای تجویز آسان و صحیح دارو، اغلب داروها به اشکال ویژه و معینی تولید و عرضه می‌شوند. در بسیاری از فرآورده‌های گوناگون دارویی برخی مواد غیر مؤثر و افزودنی به ماده اصلی و مؤثر دارویی اضافه می‌شود تا سبب ثبات، پایداری و طولانی شدن عمر دارو یا ایجاد طعم و رنگ مطبوع گردد. متداول‌ترین اشکال فرآورده‌های دارویی برای آشنایی بیشتر به طور اختصار در ادامه آورده شده‌اند:

### ۱- اشکال خوراکی دارو

**قرص (Tablet):** متداول‌ترین شکل مصرف داروها که محتوی مواد مؤثر دارویی به صورت جامد، فشرده شده و غالباً گرد یا بیضی است. انواع گوناگونی از قرص مانند روکش دار، خط دار و آهسته رهش وجود دارند.

**کپسول (Capsule):** در این شکل دارویی، ماده مؤثر به صورت پودر یا مایع در داخل یک پوشش ژلاتینی استوانه‌ای شکل قرار گرفته است. این پوشش پس از مصرف خوراکی، در داخل دستگاه گوارش باز و ماده دارویی رها می‌شود.

**پودر (Powder):** در این شکل دارویی، ماده مؤثر به صورت پودر و معمولاً به مقادیر معین داخل بسته‌هایی بسته‌بندی شده است که غالباً به هنگام مصرف باید در داخل آب یا مایعات دیگر حل شود.

**شربت (Syrup):** شربت‌های دارویی محلول‌های غلیظ قندی محتوی ماده دارویی بوده که ترکیبات نگهدارنده و طعم دهنده نیز به آنها افزوده شده است.

**الگزیر (Elixir):** این شکل مایع دارو، محلولی از یک ماده دارویی در مخلوط شربت قند حاوی الکل است.



**محلول خوراکی (Oral liquid):** این شکل دارویی از حل کردن ماده مؤثر دارو در یک حلال و افزودن برخی مواد، نظیر طعم‌دهنده‌ها تولید می‌شود.

**سوسپانسیون (Suspension):** در این فرآورده‌ها، ذرات ریز جامد دارو در یک مایع (معمولاً آب) به صورت تعلیق درآمده اما حل نشده‌اند، بنابراین ته نشین می‌شوند.

**قطره خوراکی (Oral Drop):** شکل مایع دارو به صورت محلول یا سوسپانسیون که در حجم کم تولید و عرضه می‌شود. در اغلب موارد قطره‌های خوراکی به هنگام مصرف، در آب یا مایعات رقیق می‌شوند.

## ۲- اشکال موضعی دارو

این اشکال دارویی برای استفاده از ماده مؤثر بر روی پوست بدن یا برخی سطوح دیگر نظیر چشم، گوش، بینی، مخاط دهان و یا مقعد تولید می‌شوند. در اغلب موارد این فرآورده‌ها برای ایجاد تأثیرات موضعی و محدود به آن ناحیه مبتلا مانند پوست، گوش و مقعد استفاده می‌گردند، زیرا ورود آن داروی خاص به جریان خون ضرورتی نداشته یا نامطلوب است. در بعضی موارد فرآورده‌های موضعی طوری طراحی و تولید شده‌اند که با استفاده از آنها ماده مؤثر دارویی از راه پوست یا مخاط بدن جذب و وارد جریان خون شده، در نهایت ایجاد تأثیرات عمومی در بدن می‌نمایند؛ مانند شیافهای مسکن و برگه (پچ) های پوستی نیتروگلیسیرین.

**پماد (Ointment):** یک فرآورده موضعی چرب است، برای استفاده موضعی دارو بر روی منطقه‌ای از بدن یا به عنوان محافظ و یا نرم کننده مصرف می‌شود.

**کرم (Cream):** این فرآورده شبیه پماد و فاقد پایه چرب است، در نتیجه راحت‌تر روی پوست پخش و جذب می‌شود. اغلب

فرآورده‌های آرایشی، بهداشتی و مرطوب کننده به این شکل عرضه می‌شوند.

**ژل (Gel):** فرآورده نیمه جامد امولسیون و یا سوسپانسیونی است که در مصرف آن بر روی پوست احساس خنکی حاصل می‌شود.

**لوسیون (Lotion):** شکل مایع دارو به صورت محلول یا سوسپانسیون که در حجم کم و غالباً در بسته بندی دارای قطره چکان و یا افشانه (اسپری) تولید و عرضه می‌شود. انواع مختلفی از قطره‌ها نظیر قطره‌های چشمی، قطره‌های گوشی، قطره‌های بینی، قطره‌های موضعی و قطره‌های خوراکی وجود دارد. بسیاری از قطره‌ها به ویژه قطره‌های چشمی به صورت استریل تولید و بسته‌بندی می‌شوند.

**برچسب پوستی (Transdermal patch):** این فرآورده به شکل یک برگه چسبناک پوستی آغشته به دارو بر روی پوست ناحیه‌ای از بدن چسبانده می‌شود. ماده دارویی به تدریج با عبور از پوست جذب عروق زیر پوست شده و در سراسر بدن توزیع می‌شود. مانند برچسب‌های نیتروگلیسرین یا هورمون‌های استروژنی.

**شیاف (Suppository):** شکل جامد، مخروطی و فشنگ مانند فرآورده دارویی است که به سهولت از راه مقعد (شیاف مقعدی یا رکتال) یا مهبل (شیاف مهبل‌ی یا واژینال) استعمال می‌شود. ماده مؤثر دارویی به تدریج در مخاط مقعد یا مهبل رها و جذب شده در نتیجه تأثیرات موضعی و در برخی موارد عمومی دارو حاصل می‌شود.

### ۳- اشکال استنشاقی دارو

متداول‌ترین اشکال استنشاقی داروها به صورت اسپری (اینهالر یا پافر) و کپسول‌های استنشاقی است. اسپری یا افشانه، فرآورده‌های محلول یا سوسپانسیون تحت فشار دارو در یک محفظه می‌باشند که

باهر بار فشار (یک پاف) مقدار مشخصی از دارو از داخل محفظه به درون بینی یا دهان و در نتیجه مجاری هوایی رها می‌شود. این فرآورده‌ها عمدتاً به صورت موضعی بر روی مخاط تنفسی تأثیر می‌گذارند.

#### ۴- اشکال تزریقی دارو

شکل تزریقی داروها به صورت مایع، پودر مایع یا پودر آماده حل شدن در ظروف کوچک غالباً شیشه‌ای استریل و فاقد آلودگی می‌باشند. این داروها نهایتاً به صورت محلول یا سوسپانسیون در یک مایع تزریق می‌شوند. اکثر داروهای تزریقی امروزه به صورت آمپول (Ampule) تک دوزی تولید و توسط سرنگهای استریل یک بار مصرف تزریق می‌گردند.

البته برخی از داروهای تزریقی هنوز به شکل ویال (Vial) چند دوزی در ظروف بزرگتر برای چندین تزریق عرضه می‌شوند که جهت جلوگیری از رشد میکروب‌ها مواد مخصوصی نیز به آنها افزوده می‌گردد.

فرآورده‌های حجیم تزریقی نیز مانند انواع سرم‌ها و محلول‌های تزریقی جهت مصارف مختلف تولید و عرضه می‌شوند.

#### روش مصرف قطره و پماد چشمی

در مصرف داروهایی که برای درمان امراض چشمی تجویز می‌شوند باید کاملاً آگاهانه عمل کرد. لذا توجه به موارد زیر در مصرف قطره‌ها و پمادهای چشمی توصیه می‌شود:

۱- ابتدا دستور مصرف دارو را مطالعه و سپس دستهای خود را بشویید. چنانچه ترشح یا دلمه‌ای بر روی پلک‌ها وجود دارد به آرامی آن را پاک سازید. بدین منظور از یک پنبه مرطوب استفاده کرده و همواره از گوشه داخلی چشم (مجاور بینی) به سمت خارج حرکت کنید.

- ۲- جهت ریختن قطره، به داخل چشم یک دست را روی گونه خود قرارداده، پلک تحتانی را به آرامی پایین بکشید. سر را به عقب برده و درست بالای سرخود را نگاه کنید. با دست دیگر (در حالی که روی پیشانی قرار داده شده) تعداد تجویز شده قطره را در داخل پلک تحتانی چشم بچکانید. نوک قطره چکان را با چشم خود تماس ندهید. در صورت بسته شدن چشم یا بیرون ریختن قطره، کار را تکرار نمایید.
- ۳- پس از چکاندن قطره، چشم خود را به آرامی ببندید. در مورد قطره‌هایی که اثرات عمومی بر بدن دارند باید به مدت ۳۰ تا ۶۰ ثانیه فشار ملایمی بر گوشه داخلی چشم وارد آورید. (در مورد این قطره‌ها از پزشک خود توضیح بخواهید).
- ۴- در صورت لزوم پد چشمی تازه‌ای را بر روی کل چشم خود قرار داده و طوری چسب بزنید که به چشم فشار وارد نکند.
- ۵- برای چکاندن قطره در چشم کودکان صورت را کمی در جهت مخالف چشم مورد نظر بچرخانید. قطره را در گوشه داخلی چشم (مجاوربینی) بچکانید تا تجمع یابد. هرگاه کودک چشم باز کند قطره به سطح چشم راه خواهد یافت.
- ۶- استفاده از پمادهای چشمی نیز مشابه روش فوق بوده، پس از پایین کشیدن پلک، نوار باریکی از پماد در امتداد لبه تحتانی پلک از گوشه داخلی به گوشه خارجی بکشید. چشمان خود را ببندید و با یک حرکت چرخشی ملایم دارو را پخش نمایید.

## روش مصرف قطره گوش

در مصرف داروهایی که برای درمان امراض گوش تجویز می‌شوند باید کاملاً آگاهانه عمل کرد. لذا توجه به موارد زیر درخصوص مصرف قطره گوش توصیه می‌شود:

- ۱- ابتدا دستور مصرف دارو را مطالعه و سپس دستهایتان را بشویید در صورتی که قطره در یخچال نگهداری شده است آن را به مدت نیم ساعت در جیب خود گذاشته یا چند دقیقه زیر آب گرم شیر نگاه دارید.
- ۲- در صورت وجود جرم، دلمه یا ترشح در گوش ابتدا آن را به وسیله یک دستمال مرطوب تمیز نمایید. چنانچه جرم یا ترشح، قسمت خارجی مجرای گوش را مسدود نموده است با یک گوش پاک کن و با احتیاط کامل آن را خارج نمایید.
- ۳- بر روی صندلی یا در حالت درازکش به پهلو، گوش مورد نظر را بالاتر قرار دهید. در مورد بزرگسالان باید لاله گوش به سمت بالا و عقب و در کودکان زیر ۳ سال به سمت پایین و عقب کشیده شود تا مجرای گوش وضعیت مستقیم پیدا کند.
- ۴- قطره چکان را به فاصله ۱ سانتی‌متر بالای مجرا نگه داشته و تعداد قطره‌های لازم را به داخل مجرا بچکانید. به مدت ۲-۳ دقیقه در این وضعیت ثابت بمانید. زائده جلویی گوش را به آرامی ماساژ یا فشار دهید.
- ۵- ممکن است پزشک از شما بخواهد که تکه‌ای پنبه در قسمت خارجی گوش خود قرار دهید. این پنبه را وارد مجرای گوش نکنید.
- ۶- در صورت لزوم پس از ۱۵ دقیقه، همین مراحل را در مورد گوش سمت دیگر تکرار نمایید.

## روش مصرف قطره بینی

در مصرف داروهایی که برای درمان امراض بینی تجویز می‌شوند باید کاملاً آگاهانه عمل کرد. لذا توجه به موارد زیر در خصوص مصرف قطره‌های بینی توصیه می‌شود:

- ۱- ابتدا با مطالعه برچسب دارو از مقدار توصیه شده مصرف اطمینان حاصل کنید. سپس دست‌های خود را بشویید و با ملایمت راه‌های هوایی بینی را تخلیه نمایید.
- ۲- سر را در وضعیت مناسب قرار دهید. جهت وارد کردن قطره به پشت حلق، سر را به عقب چرخانده و به لبه تخت متمایل کنید.
- ۳- از طریق دهان نفس کشیده، قطره چکان را در بالای سوراخ بینی قرار دهید. تعداد توصیه شده قطره را در داخل بینی چکانده و به مدت ۵ دقیقه در این وضعیت بمانید. لازم است تا چند دقیقه بازدم از طریق دهان باشد.

## روش استعمال شیاف از راه مقعد

در مصرف داروهایی که از طریق شیاف استعمال می‌شود باید کاملاً آگاهانه عمل کرد. لذا توجه به نکات زیر در خصوص مصرف شیافهای مقعدی (رکتال) توصیه می‌شود:

- ۱- ابتدا دستورالعمل مقدار و زمان مصرف دارو را مطالعه نموده و سپس دستهای خود را بشویید.
- ۲- دستکش پوشیده، شیاف را از لفاف آلومینیومی مربوط بیرون آورید. با استفاده از مواد روان ساز، انتهای مدور شیاف و سطح انگشت سبابه خود را لغزنده سازید. وازلین یا ژل الکتروود برای این منظور مناسب است.
- ۳- بر روی پهلوئی چپ خوابیده، پای راست خود را کمی خم کنید. چند نفس آهسته عمیق بکشید تا عضله مقعد از حالت انقباض خارج گردد. سپس شیاف را به آهستگی از طریق مقعد وارد

ساخته به اندازه یک انگشت کامل به بالا برانید. در غیر این صورت شیاف پیش از حل شدن دارو خارج خواهد شد.

۴- انگشت خود را بیرون کشیده و دستکش را درآورید. به مدت ۱۵ دقیقه بر روی پهلوئی خود باقی بمانید.

### **روش استعمال داروهای مهبلی (واژینال)**

داروهای مهبلی که اغلب به منظور درمان عفونت‌های واژن تجویز می‌شوند به اشکال مختلف نظیر کف، ژل، کرم و یا شیاف قابل دسترسی هستند. این اشکال دارویی معمولاً به وسیله یک دستگاه موسوم به اپلیکاتور استعمال می‌شوند. شیاف‌های مهبلی به منظور جلوگیری از آب شدن باید در یخچال نگهداری شوند. داروهای مهبلی غالباً شبها هنگام خواب مصرف می‌شوند تا مدت زمان تماس دارو با مخاط و در نتیجه اثربخشی دارو افزایش یابد. پس از استعمال دارو بهتر است از پدهای مخصوص جهت جذب ترشحات اضافی استفاده گردد.

### **روش مصرف:**

ابتدا دستورالعمل مصرف دارو را مطالعه نموده و با نحوه کار با اپلیکاتور آشنا شوید. سپس دستها و ناحیه مهبل را شستشو داده و ماده دارویی را به مقدار لازم در داخل اپلیکاتور قرار دهید. در مورد شیاف از مواد روان سازی نظیر ژل پترولیوم استفاده نمایید. در وضعیت خوابیده به پشت زانوها را خم کنید. با انگشتان یک دست لبه‌های طرفی مهبل را از هم جدا نموده با دست دیگر اپلیکاتور را به سمت عقب و پایین وارد مهبل کنید. پیستون اپلیکاتور را فشار داده و پس از قرار گرفتن دارو در مهبل اپلیکاتور را خارج نمایید. حداقل به مدت ۱۰ دقیقه در وضعیت خود باقی بمانید. اپلیکاتور و دست‌هایتان را با آب و صابون بشویید.

## روش مصرف فرآورده‌های پوستی

در مورد داروهایی که از طریق فرآورده‌های پوستی به مصرف می‌رسند باید کاملاً آگاهانه عمل کرد. لذا توجه به نکات زیر توصیه می‌شود:

۱- ابتدا با مطالعه برچسب دارو از مقدار توصیه شده مصرف آگاهی حاصل کنید. سپس دستهای خود را بشویید و در مورد بثورات و زخم‌های پوستی باز، جهت پیشگیری از بروز عفونت از دستکش پاکیزه استفاده نمایید.

۲- در صورتی که مقداری دارو از نوبت استعمال قبلی باقی مانده موضع را با صابون ملایم و آب ولرم شستشو دهید، مگر آن که پزشک دستور دیگر داده باشد.

۳- به وضعیت پوست توجه کنید بر روی بثورات یا زخم‌های پوستی باز نباید دارو استعمال شود مگر مواردی که دارو به همین خاطر تجویز شده باشد.

۴- براساس وسعت ناحیه مورد نظر، مقدار کافی از کرم یا پماد را در کف دست خود قرار داده، آن را نرم کنید. سپس دارو را به صورت یکنواخت و در یک لایه نازک در جهت مسیر رشد موها بر روی پوست پخش نمایید.

۵- سطح پوست را باز گذاشته یا از یک پانسمان شل برای محافظت از آلودگی لباس‌هایتان استفاده کنید. از پانسمان‌های محکم که مانع عبور هوا می‌شوند نباید استفاده کرد، مگر آن که پزشک چنین دستوری داده باشد.



## روش استفاده از برچسب‌های پوستی

در مصرف داروهایی که به صورت برچسب‌های پوستی می‌باشند باید آگاهانه عمل کرد. لذا توجه به نکات زیر توصیه می‌شود:

۱- ابتدا دستورالعمل مصرف دارو را مطالعه نموده، سپس دست‌هایتان را بشویید. برچسب را از پوشش محافظ آن خارج سازید و آن را از لبه بگیرید. به سطح چسبناک آن دست نزنید.

۲- فوراً برچسب را در محل مورد نظر قرار داده، با کف دست به مدت ۱۰ ثانیه فشار دهید تا به طور کامل (مخصوصاً اطراف لبه‌های آن) بچسبد.

۳- پس از ۲۴ ساعت یا مدت مقرر شده توسط پزشک برچسب را برداشته، محل دیگری را برای برچسب بعدی انتخاب کنید. حداقل به مدت یک هفته نباید از محل قبلی استفاده کرد. زیرا موجب تحریک موضعی پوست خواهد شد.

۴- برچسب استفاده شده را از وسط تا کرده روی هم بچسبانید و به دور از دسترس کودکان یا حیوانات دور بیندازید.

## مصرف صحیح داروهای ملین بدون نسخه

یبوست هنگامی رخ می‌دهد که مدفوع سخت و دفع آن دشوار باشد. برخی افراد تصور می‌کنند که اگر هر روز اجابت مزاج نداشته باشند، دچار یبوست هستند. در حالی که چنین تصویری نابخاست. در اکثر افراد دفعات اجابت مزاج از دو تا یک بار در روز متغیر است. تا زمانی که قوام مدفوع نرم بوده و براحتی دفع گردد یبوستی وجود ندارد. تقریباً همه افراد زمانی دچار یبوست می‌شوند. مسافرت، فشارهای روحی، مصرف کم مایعات و فیبرهای غذایی، نداشتن فعالیت بدنی، مصرف برخی داروها، توجه نکردن به بازتاب دفع و مصرف نایجای داروهای ملین ممکن است در بروز یبوست دخالت داشته باشند. توجه به نکات زیر می‌تواند در پیشگیری از یبوست به شما کمک نماید:

- ۱- اولیه اقدام در جهت پیشگیری از یبوست مصرف زیاد غذاهای غنی از فیبر نظیر میوه‌جات و سبزیجات است.
- ۲- حداقل ۱ تا ۲ لیتر آب در روز مصرف نمایید.
- ۳- زمان مناسب و بی‌دغدغه‌ای را به اجابت مزاج اختصاص دهید، مثلاً بعد از صرف صبحانه که احساس طبیعی دفع بیشتر است.
- ۴- چنانچه مستعد بروز یبوست می‌باشید از پودر پسیلیوم به منظور ایجاد توده و حفظ نرمی و قوام مدفوع استفاده نمایید.
- ۵- جهت پیشگیری از نفخ ابتدا از یک قاشق غذاخوری آغاز کرده، سپس به دو قاشق افزایش دهید.
- ۶- در صورت ابتلا به یبوست از یک مسهل ملایم نظیر شیر منیزیم استفاده کنید.
- ۷- با مصرف سایر داروهای مسهل احتمال بروز دردهای شکمی بیشتر است.
- ۸- از مصرف روغن معدنی خودداری کنید زیرا ممکن است از طریق مقعد نشت کرده و لباس‌هایتان را آلوده سازد. هم‌چنین با مصرف طولانی، امکان بروز اختلاف در جذب ویتامین‌های  $E, D, A$  و  $K$  وجود خواهد داشت.
- ۹- سعی کنید که به هیچ داروی ملینی به جز فرآورده‌های توده‌ساز (مانند پسیلیوم) وابستگی پیدا نشود. چرا که ترک اعتیاد به داروهای ملین کار دشواری است.

### نکاتی درباره عوارض ناخواسته دارویی

«فرآورده‌های دارویی - بهداشتی را براساس تجویز پزشک و با توجه به مراقبت‌های دارویی، در سبد مصرفی روزانه خود قرار دهید».

داروها با توجه به تأثیر جانبی آنها و احتمال تداخل عوارض دارویی بر یکدیگر توصیه می‌شود. بیماران چنانچه علاوه بر تجویز دارو توسط پزشک، داروهای دیگری مصرف می‌کنند برای جلوگیری از

اختلالات دارویی، لازم است اطلاعات لازم را در اختیار پزشک معالج خود قرار دهند. مهمترین قوانین مندرج در این بخش عبارتند از:

### **قانون اول: لزوم مراقبت‌های دارویی و مصرف هوشمندانه دارو**

داروهای تجویز شده شبیه چاقو هستند، در عین حال که در صورت مصرف صحیح و منطقی مفید هستند، استفاده نابجا از آنها می‌تواند عارضه آفرین باشد. زیرا داروهای جدید به پزشک شما کمک می‌کند تا عوامل بیماری‌زا را نابود و بیماری شما را درمان کند و در نهایت ایمنی و سلامتی بیش از پیش را به شما بازگرداند. ولی استفاده بدون دقت و بدون توجه مراقبت‌های پزشکی، به جای حل مشکل شما، مسایل و مشکلات متعددی را می‌تواند در پی داشته باشد. داروهای تجویز شده همیشه عوارض ناخواسته‌ای را به دنبال دارند و یا ممکن است با سایر داروها و یا حتی غذا تداخل پیدا کنند. بعضی از آنها می‌توانند سبب خواب‌آلودگی موقت شوند و یا واکنش‌های مشخصی ایجاد کنند:

پس بدین جهت در موارد زیر با احتیاط عمل کنید:

- ۱- در هنگام رانندگی اتومبیل و یا کار با ماشینهای خطرناک نظیر پرس، فرز.
- ۲- زمانی که همزمان بیش از یک دارو مصرف می‌کنید.
- ۳- زمانی که به آلرژی یا بیماری قند مبتلا هستید.
- ۴- در طول دوران حاملگی و یا شیردهی.
- ۵- در صورت سوابق بروز عوارض دارویی.
- ۶- در صورت مشاهده علائم عوارض دارویی.
- ۷- خودداری از نوشاندن مایعات و یا تحریک به استفراغ در افراد غیرهوشیار یا در حالت تشنج.
- ۸- خودداری از ایجاد حالت تهوع در زمان مسمومیت با مواد نفتی، اسیدی یا قلیایی.

- ۹- خودداری از جویدن قرص‌های روکش‌دار یا خرد کردن آنها.
- ۱۰- توجه به آثار جانبی داروهای نیروزا و محرک نظیر تغییرات خلقی و رفتاری همچون عصبانیت، خشونت و تغییرات جنسی نظیر عقیمی.
- ۱۱- توجه به آثار جانبی داروهای نیروزا و محرک در ایجاد آکنه پوست و موی چرب.
- ۱۲- توجه به آثار جانبی داروهای نیروزا پس از قطع مصرف و مشاهده علائمی مانند افسردگی، بیقراری، بی‌اشتهایی، از دست دادن میل جنسی و بیخوابی.
- ۱۳- بلوغ زودرس، توقف رشد استخوان‌ها و کوتاهی قد به دنبال استفاده از داروهای محرک و نیروزا حادث می‌شود.
- ۱۴- تأثیر مصرف داروهای محرک و نیروزا در مردان سبب بروز طاسی، کاهش تولید اسپرم، تحلیل رفتن اعضای تناسلی و بزرگی پستانها می‌شود.
- ۱۵- مصرف داروهای لاغری عوارض جانبی متعددی نظیر تخریب دریچه‌های قلب، تحریک‌پذیری، اختلال رفتاری و بیخوابی را به دنبال دارد.
- نکته آخر این که چنانچه با دقت عمل نمایید داروهای تجویزی برای سلامت شما کار می‌کنند نه برعکس سلامت شما.

### **قانون دوم: احترام به نظر پزشک و داروساز**

داروهای شما براساس دانش و آگاهی افراد متخصص تجویز شده است. این داروها تنها باید از طریق پزشک تجویز و توسط داروساز در اختیار شما قرار گیرند. برای جلوگیری از تداخلات ناخواسته دارویی، پزشک خود را از دیگر داروهایی که مصرف می‌کنید آگاه سازید. اگر به بیش از یک پزشک مراجعه می‌کنید مطمئن باشید که هریک از آنان از تمام داروهای مصرفی شما مطلع هستند.

بی‌مناسبت نیست بدانید بعضی از کسالت‌های خفیف توسط داروهای بدون نسخه تسکین می‌یابند. با داروساز خود در مورد استفاده از داروهای بدون نسخه مشورت نمایید و در صورت عدم بهبود یا عود ناراحتی حتماً به پزشک مراجعه کنید و قبل از تهیه دارو در مورد تداخل احتمالی آن با غذا و یا داروهای دیگر از داروساز راهنمایی بگیرید.

برخی از نکات قابل توجه در این خصوص عبارتند از:

- ۱- شیر و آنتی‌اسیدها با بعضی از آنتی‌بیوتیک‌ها تداخل پیدا می‌کنند و اثر آنها را از بین می‌برند.
- ۲- آسپرین اثر داروهای ضد انعقاد را شدت می‌بخشد و باعث خونریزی می‌گردد.
- ۳- بعضی از داروهای خواب‌آور را نباید با سایر داروهای آرام‌بخش و یا مسکن‌ها استفاده کرد.
- ۴- در صورت واضح نبودن دستورات داروهای تجویزی، مجدداً از پزشک سؤال کنید و اگر دستورات نسخه شما با هم اشتباه می‌شود از داروساز مشورت بخواهید.
- ۵- خود درمانی خطرناک است و درنگ در تشخیص صحیح بیماری، درمان شما را پیچیده‌تر و طولانی‌تر می‌نماید.
- ۶- مصرف طولانی مدت بسیاری از فرآورده‌های آرایشی برای سلامتی زیان‌آور می‌باشد.
- ۷- بقایای آنتی‌بیوتیک‌ها در گوشت مرغ و دام، عامل کم شدن تأثیر آنتی‌بیوتیک‌ها در انسان است.
- ۸- بسیاری از داروها نباید با هم مصرف شوند. برای پرهیز از این مشکل قبلاً با پزشک یا داروساز و یا **مراکز اطلاعات دارویی و سموم** (که فهرست و شماره تلفن آنها در این مجموعه آمده است) تماس بگیرید.

۹- مصرف خودسرانه داروهای هورمونی، عوارض غیرقابل جبرانی به بار می‌آورد.

۱۰- مصرف بی‌رویه قرص‌های جوشان مانند ویتامین ث می‌تواند زیان‌آور باشد.

### قانون سوم: سهم اندک دارو در تامین سلامتی

داروهای تجویز شده، سهم اندکی در زندگی روزمره به خود اختصاص می‌دهند. سبک زندگی روزانه شما شامل غذاهایی که می‌خورید، خوابی که دارید، فعالیتی که انجام می‌دهید استفاده از کمربند ایمنی در هنگام رانندگی، تمرینات ورزشی برای تناسب اندام و موارد مشابه است. داروهای تجویزی می‌توانند بیماری‌های حاصل از زندگی مدرن مانند فشار خون بالا، زخم معده و عصبانیت را تحت کنترل درآورند. اما همیشه پیشگیری بهتر از درمان است. با انتخاب روش‌های صحیح زندگی، سلامتی شما به خطر نمی‌افتد و احتیاج به داروها کمتر می‌شود.

### چنانچه توصیه‌های زیر را امتحان کنید، حتماً احساس بهتری خواهید یافت:

- ۱- تجویز اقلام زیاد در یک نسخه چاره قطعی درمان نیست.
- ۲- به منظور کاهش احتمال بروز عوارض دارویی، پزشکان و داروسازان خود را از تمام داروهای مصرفی (اعم از شیمیایی، گیاهی و یا بدون نسخه) مطلع کنید.
- ۳- مشکل شما بعد از مصرف یک دارو می‌تواند مشکل افراد دیگر هم باشد. برای پیشگیری از بروز آتی داروهای فوق در دیگران، حتماً داروساز و پزشک خود را مطلع فرمایید.

## نکاتی درباره مصرف دارو

«مصرف دارو با سایر خوراکی‌ها و آشامیدنی‌ها متفاوت است»

مصرف بی‌رویه دارو، خود درمانی و عدم رعایت دستورات دارویی پزشکان و داروسازان و قطع ناگهانی دارو در هنگام مشاهده نخستین نشانه‌های سلامت از جمله مشکلاتی است که در فرهنگ مصرف دارو در جامعه ما مشاهده می‌شود و به همین جهت ضرورت دارد مصرف‌کنندگان دارو به اصول زیر در مصرف دارو توجه نمایند.

### قانون نخست: فقط وقتی مورد نیاز است

داروهای تجویز شده مانند چتر می‌باشند. در عین حال که مفید هستند ولی همیشه لازم نمی‌باشند. همانطور که وجود یک ابر کوچک دلیلی برای حمل چتر نمی‌باشد، کسالت‌های مختصر همیشه نیاز به مصرف دارو ندارند.

دردها و ناراحتی‌های مختصر، نشانه‌های طبیعی از عدم مراقبت‌های صحیح از خودمان همچون عدم استراحت کافی و نامنظم بودن تغذیه می‌باشند و به طور معمول بدون به کار بردن داروها برطرف می‌گردند.

بدن و مغز انسان دو وسیله طبیعی برای مقابله با مشکلات و استرس‌های روزانه زندگی می‌باشند. روش‌های ساده گاهی معجزه‌آسا هستند. مثلاً چند دقیقه آرامش و استراحت در رفع سردرد بسیار مؤثر است یا یک لیوان شیر و نوشیدنی گرم و یا تنفس عمیق می‌تواند خوابی عمیق را برای افرادی که دچار بی‌خوابی شده‌اند به ارمغان آورد.

مصرف منطقی داروهای تجویز شده بستگی به مسؤولیت‌پذیری بیمار دارد. بدین معنا که فقط وقتی به دارو احتیاج داریم و پزشک لازم می‌داند ما آن را کاملاً مطابق دستور مصرف پزشک استفاده کنیم.

در اکثر مواقع، روش‌های درمانی دیگر گزینه مناسب‌تری برای درمان هستند و می‌توان به جای اتکای بیش از حد به داروهای تجویزی، با تنظیم روش زندگی سالم و برنامه شخصی منظم میزان مصرف دارو را کاهش داد. در نهایت باید دانست یک دارو وقتی مفید است که منافع مصرف آن برای بیمار بیش از خطرات و زیان‌های احتمالی آن باشد:

- ۱- در درمان سرماخوردگی در صورتی که با بیماری‌های ثانویه عفونی همراه نشده باشد نیازی به مصرف آنتی‌بیوتیک نیست.
- ۲- برای درمان هر بیماری عفونی، آنتی‌بیوتیک خاصی مصرف می‌شود. هرگز خودسرانه اقدام به مصرف آنتی‌بیوتیک نکنید.
- ۳- مصرف اشکال تزریقی داروها باید فقط به موارد بسیار خاص بیماری‌ها محدود شود.
- ۴- به کودکان تبار خود قبل از مشاوره با پزشک هرگز آسپرین ندهید.
- ۵- برای مصرف مکمل‌های ویتامینی، انجام آزمایش و تأیید کمبود آن ویتامین در بدن لازم است.
- ۶- درمان همه‌گلودردها یکسان نیست. از مصرف داروهای باقی‌مانده از گلودردهای قبلی پرهیز کنید.
- ۷- برای تسکین هرگونه دردی نباید بی‌رویه دارو مصرف کرد. در مورد انتخاب و مصرف مسکن‌ها حتماً با داروساز شاغل در داروخانه مشورت کنید.
- ۸- مصرف بی‌رویه آنتی‌بیوتیک‌ها بدون تجویز پزشک منجر به درمان ناقص و بروز مقاومت نسبت به این دسته دارویی شده و هنگام بروز مجدد بیماری‌های عفونی شما را از دسترسی به داروهای مؤثر جهت درمان محروم می‌سازد.



## قانون دوم: میانه‌روی در مصرف دارو

داروهای تجویز شده مانند غذا هستند، زیاده روی در مصرف آن برای بیمار مضر است. مقادیر تجویز شده توسط پزشک مؤثرترین و بی‌خطرترین مقادیر دارو است. دوبرابر کردن مقادیر مصرف، تأثیر دارو را افزایش نمی‌دهد. مصرف اکثر داروها بیش از مقادیر مجاز توصیه شده خطرناک است. همچنین هیچ‌گاه مقادیر زیادی دارو را مدت زمان طولانی مصرف نکنید مگر به توصیه پزشک، چرا که خیلی از داروها ایجاد عادت و وابستگی می‌کنند. استفاده نابجا و اشتباه از داروها به جای درمان می‌تواند بیماری‌زا باشد.

هرچند داروها اغلب مؤثرترین و مناسب‌ترین روش درمانی می‌باشند. ولی شما نباید هر بار که به پزشک مراجعه می‌کنید انتظار نوشتن نسخه برای خود را داشته باشید و یا به اصرار از پزشک نسخه دریافت کنید. ممکن است فیزیوتراپی و ورزشهای ساده، رژیم مخصوص غذایی و یا تغییرات ساده و عادات زندگی تنها چیزی باشد که برای رفع مشکل‌تان مورد نیاز است.

به معلومات، تجربه و تخصص پزشک خود اعتماد کنید. اگر پزشک شما دارویی را مجدداً تجویز نکرد و یا تعداد دفعات تکرار نسخه‌ها را محدود کرد از داروساز انتظار پیچیدن مجدد آن نسخه را نداشته باشید. چرا که بعضی از داروها پس از گذشت زمان، نیاز به تغییر در مقدار مصرف دارند و بعضی دیگر را نباید برای مدت زمانی طولانی به کار برد.

فقط پزشک می‌تواند داروهای تجویز شده را تغییر دهد و داروسازان در موارد خاص مجاز به ارایه داروهای مشابه هستند. به همین جهت توصیه می‌شود در مصرف متعادل دارو به نکات زیر دقت نمایید:

۱- داروهای قدیمی خود را بدون مشورت پزشک، جهت رفع علائم مشابه با بیماری‌های پیشین مورد استفاده قرار ندهید.

۲- هنگام تحویل گرفتن داروهای خود با گوش دادن به اطلاعات دارویی ارایه شده توسط داروساز می‌توانید از بروز عوارض دارویی مصون بمانید.

۳- مصرف بیش از حد مجاز ویتامین‌ها بخصوص انواع محلول در چربی آنها (K, E, D, A) می‌توانند عوارض خطرناکی ایجاد نمایند

۴- مصرف داروهای قلبی باید به طور منظم و تحت نظر پزشک صورت پذیرد. هرگز خودسرانه مصرف این داروها را کم و زیاد یا قطع نکنید.

۵- ارایه توضیح کافی درباره بیماری، نحوه مصرف داروها و مدت زمانی که طول می‌کشد تا اثر داروها دیده شود، از ویژگیهای یک پزشک مجرب است.

۶- برای رسیدن به وزن مطلوب و طبیعی نیازی به مصرف دارو و تحمیل عوارض جانبی آن به بدن نیست. با رژیم غذایی مناسب و کامل، همچنین فعالیت بدنی، می‌توان به وزن مطلوب همراه با سلامت بدن دست یافت.

۷- اگر تصور می‌کنید فردی دارویی را بیش از اندازه مصرف کرده و در حالت غیرهوشیاری یا تشنج است و یادر تنفس مشکل دارد، ضمن مهیا کردن سریع بیمار جهت انتقال به مراکز درمانی، می‌توانید برای دریافت اطلاعات ابتدایی با **مراکز اطلاعات دارویی و سموم** که فهرست و شماره تلفن آنها در این مجموعه آمده است، تماس بگیرید.

### قانون سوم: مصرف دارو شخصی است

داروهای تجویز شده شبیه کفش می‌باشند، هرکدام از ما کفش خودمان را استفاده می‌کنیم. پزشک شما دارویی با قدرت و مصرف مناسب به طور انحصاری برای شخص شما تجویز کرده است. این تجویز بر اساس سن، وزن و احتیاجات مخصوص صورت گرفته است.

داروی تجویز شده خودتان رابه دیگران ندهید، حتی اگر آنها نشانه‌های بیماری مشابه شما را داشته باشند زیرا منشاء این ناراحتی‌ها ممکن است مختلف باشد. به همین دلایل شما هم از داروهای مختص دیگران استفاده نکنید. تشخیص بیماری و تجویز داروها رابه اهل آن واگذار کنید.

اگر علایم بیماری بعد از مصرف داروهای تجویز شده ادامه پیدا کرد و یا علایم و عوارض جدیدی پدیدار گشت با پزشک خود تماس بگیرید. احتمالاً با تغییر مقدار مصرف دارو اثر آن برای شما مفیدتر خواهد بود. معمولاً برای یک بیماری خاص داروهای مختلفی قابل تجویز است و پزشک است که مناسب‌ترین آنها را انتخاب می‌کند. هرگونه حساسیت یا واکنش‌های قبلی به داروها را با پزشک، دندانپزشک و داروساز خود در میان بگذارید. آنها می‌توانند احتمال بروز عوارض ناخواسته را کاهش دهند. مهم‌ترین توصیه‌های دارویی که در این بخش می‌شود، به شرح زیر است:

۱- نیاز دارویی و ویتامینی کودکان و افراد مسن بسیار متفاوت با سنین دیگر است.

۲- برای مصرف مکمل‌های ویتامینی حین تمرینات ورزشی حتماً با کارشناس دارویی مشورت کنید.

۳- داروی شما فقط برای شما تجویز شده است، آن را تحت هیچ شرایط به افراد دیگر توصیه نکنید.

۴- مصرف داروهایی که به دیگران تجویز شده، ممکن است در شما به عوارض خطرناک و شدیدی منجر شود. زیرا شما ممکن است واکنش‌های متفاوتی را به داروهای دیگران نشان دهید.

### **قانون چهارم: توجه به اصول در مصرف دارو**

در مصرف داروهای تجویزی همچون مسابقات ورزشی و سایر رقابت‌ها، باید قوانینی را رعایت کنید تا داروها برای شما اثربخش باشند، این قوانین عبارتند از:

- ۱- حتماً داروهای خود را به صورت منظم و با توجه به توصیه‌های پزشک (زمان مصرف قبل یا بعد از غذا) مصرف کنید.
- ۲- برچسب داروها را در ۳ نوبت کنترل کنید یکی قبل از برداشتن دارو از قفسه داروها، دوم قبل از مصرف و سوم پس از مصرف و قراردادن آن در قفسه دارو.
- ۳- هرگز دارو را در تاریکی مصرف نکنید هرچند که از محل آن با خبر باشید. وقتی داروهای مایع را مصرف می‌کنید آن را به طرف بالا بگیرید تا در صورت چکه از دهانه ظرف برچسب آن آسیبی نبیند.
- ۴- ظروف محتوی دارو را جابجا نکنید. چرا که برچسب دارو حاوی نام دارو، کارخانه سازنده، دستور مصرف، تاریخ ساخت و انقضای آن است و این اطلاعات باید تا تمام شدن دارو همراه آن باقی بماند.
- ۵- دستور مصرف را به دقت اجرا نمایید و به مقدار مصرف، فواصل بین مصرف دارو و دوره درمان که توسط پزشک مشخص شده، توجه کنید.
- ۶- کپسول‌ها را در حالت نشسته و یا ایستاده مصرف کنید، همچنین تا پانزده دقیقه پس از مصرف آنها نخوابید.
- ۷- همیشه نام دارویی که مصرف می‌کنید را به خاطر بسپارید.
- ۸- قبل از سفر حتماً در مورد داروهای مصرفی دایمی خود پیش‌بینی لازم را بکنید. در سفر برگه سابقه بیماری‌های مزمن، حساسیت و داروهای مصرفی خود را همراه داشته باشید.

## نکاتی درباره داروهای تزریقی

با توجه به اینکه خطرات ناشی از داروهای تزریقی به مراتب بیشتر از سایر فرم‌های غیرتزریقی است، توصیه شده تزریق فقط با دستور پزشک در شرایط اورژانس و ویژه در مطب و مراکز درمانی که به فوریت‌های پزشکی مجهز هستند، صورت گیرد. مهم‌ترین نکاتی که درخصوص داروهای تزریقی باید مورد تأکید قرار گیرد، عبارتند از:

۱- از آنجا که عوارض ناشی از داروهای تزریقی ممکن است شدیدتر از داروهای غیرتزریقی باشند هیچ‌گاه به پزشک خود جهت تجویز فرآورده‌های تزریقی اصرار نورزید.

۲- پس از واکسیناسیون فرزند خود اگر متوجه بروز هرگونه علائم غیرطبیعی نظیر واکنش در محل تزریق، تشنج، حساسیت پوستی و نظیر آنها شدید به پزشک، مراجعه کنید.

۳- به منظور پیشگیری از وقوع عارضه شدید ناشی از تزریق غلط فرآورده‌های دارویی نظیر فلج‌پا، شوک و ... از تزریق داروها توسط افراد ناوارد در امر تزریقات جداً بپرهیزید.

## نکاتی درباره نگهداری دارو

اغلب داروها در مقابل نور، حرارت و رطوبت آسیب‌پذیر هستند و نگهداری آنها نیازمند دقت و رعایت یک سری اصول ایمنی است. طریقه ایده‌آل نگهداری داروها در جای خشک و خنک است. بعضی از داروها نیاز به نگهداری در یخچال دارند که در بروشور و بسته بندی دارو ذکر می‌گردد. به توصیه‌های داروسازان در روش‌های نگهداری ویژه داروها دقت فرمایید. بعضی از داروها را باید قبل از مصرف تکان داد تا همیشه بیمار میزان یکسانی از ماده مؤثره را دریافت کند. در این مورد دقت نمایید و بالاخره اینکه مصرف فرآورده‌های دارویی می‌بایست با توجه به تاریخ انقضای مندرج در روی بسته‌بندی انجام گیرد. مهم‌ترین نکات ایمنی که در نگهداری دارو باید مورد توجه قرار گیرد به شرح زیر است:

- ۱- شیشه‌های اکالیپتوس یا بخورهای تنفسی را جدا از شربت‌های سینه نگه‌داری کنید.
- ۲- قطره‌های چشمی و بینی تا زمان محدودی پس از باز شدن قابل مصرف می‌باشند. بنابراین به زمان مندرج در روی بسته‌بندی توجه فرمایید.
- ۳- پودر آنتی‌بیوتیک‌ها را پس از ترکیب با آب جوشیده سرد شده، تنها یک هفته پس از تهیه در یخچال نگهداری کنید.
- ۴- همه داروها در شرایط یکسان نگهداری نمی‌شوند. فقط داروهایی را در یخچال نگه‌داری کنید که دستور داده شده در یخچال یا در دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد نگهداری شوند و از یخ زدن آنها جلوگیری کنید.
- ۵- از نگهداری و مصرف داروهای فاقد برچسب معتبر جداً خودداری کنید.
- ۶- داروها را در بسته‌بندی اولیه آنها نگه‌داری کنید و آنها را مطلقاً در بسته‌های داروهای دیگر یا پاکت بدون نوشته نگذارید.
- ۷- رطوبت باعث تخریب مواد دارویی می‌شود آنها را در مکان مرطوب قرار ندهید.
- ۸- داروها را از دید و دسترس کودکان دور نگه‌دارید و هرگز آنها را در مقابل بچه‌های کوچک مصرف نکنید. چون آنها به تقلید از شما درصدد مصرف آن بر می‌آیند.
- ۹- به منظور کاهش بروز عوارض دارویی، داروهای خود را براساس شرایط ذکر شده در بروشور فرآورده دارویی نگهداری کنید.
- ۱۰- نگهداری دارو نیاز به محیط مناسب و نظارت مستقیم داروساز دارد. تهیه و نگهداری دارو یک فرآیند هزینه بر می‌باشد. داروهای خارجی ارزان یعنی کیفیت و ایمنی کمتر.

## مصرف دارو در سالمندان و زنان باردار

با توجه به تأثیر متفاوت دارو در گروه‌های سنی - جنسی مختلف (کودکان، سالمندان، بیماران قلبی، زنان باردار و شیرده) مصرف دارو در این گروه‌ها باید با دقت و ملاحظه ویژه‌ای صورت گیرد که در ذیل به برخی از این نکات اشاره می‌شود:

### ایمنی مصرف دارو در سالمندان:

در افراد سالمند، بدن دست خوش تغییراتی می‌شود که حساسیت آن را نسبت به داروها افزایش می‌دهد. از این رو سالمندان بیش از دیگران در معرض خطر بروز عوارض ناخواسته قرار دارند. لذا توجه به نکات زیر برای افراد مسن ضروری است:

- ۱- کلیه داروهای مصرفی خود را از نظر اثر درمانی، مقدار و زمان مصرف و عوارض مهم آنها با پزشک خود دقیقاً مرور نمایید.
- ۲- از دستورالعمل‌های مکتوب جهت مصرف داروها استفاده کنید.
- ۳- پس از مصرف هر دارو آن را در تقویم یا جداول زمانی دارویی خود ثبت نمایید تا بدانید کدام داروها سر وقت مصرف شده‌اند.
- ۴- جداول زمانی داروهایتان را با خود به مطب برده، پرسش‌هایتان را از پزشک بپرسید و در آن یادداشت نمایید.
- ۵- چنانچه برنامه مصرف داروهایتان پیچیده است، با پزشک خود در مورد امکان ساده نمودن آن تبادل نظر نمایید.
- ۶- در صورت مصرف داروهای بدون نسخه، داروهای خانگی یا گیاهی همزمان با داروهای تجویزی، این موارد را به اطلاع پزشک خود برسانید.
- ۷- هیچگاه در مکان‌های تاریک یا جایی که قادر به خواندن برچسب دارو نیستید، دارو مصرف نکنید.
- ۸- چنانچه در بلع قرص‌های دچار مشکل هستید، پیش از مصرف قرص چند جرعه آب بنوشید تا گلویتان روان شود. همواره یک

لیوان پر آب با قرص خود مصرف کنید مگر آنکه پزشک محدودیت مصرف مایعات را برایتان مقرر کرده باشد.

۹- جهت سهولت در بلع می‌توان برخی قرص‌ها را با پشت قاشق چایخوری در فنجان خرد کرده و با غذای نرمی نظیر مربا مخلوط نمایید. در مورد امکان خرد کردن قرص با پزشک یا داروساز مشورت کنید زیرا برخی از آنها پوشش مخصوص جهت جلوگیری از تحریک معده دارند.

۱۰- چنانچه دچار علائمی شدید که پیش از مصرف داروی جدید وجود نداشته‌اند، در مشورت با پزشک تردید نکنید.

### **مصرف دارو در زنان باردار:**

مصرف تعدادی از داروها در طی دوران بارداری مخاطراتی برای مادر یا جنین یا هر دو در پی دارد و برخی دیگر از داروها نیز به عنوان بی‌خطر در این دوران شناخته شده‌اند. به هر صورت در بسیاری از موارد تصمیم‌گیری در مورد خطرناک بودن یا بی‌خطر بودن مصرف دارو در طی بارداری به سهولت امکان‌پذیر نیست.

بنابراین به عنوان یک قانون مهم: اگر شما باردار هستید یا تصمیم به بارداری گرفته‌اید پیش از مصرف هرگونه دارو با پزشکان خود مشورت کنید. پزشکان منافع و مخاطرات داروها را با هم و با توجه به وضعیت شما می‌سنجند و در مورد تجویز دارو برای شخص شما تصمیم‌گیری می‌نمایند.

دوران بارداری معمولاً به سه دوره سه ماهه تقسیم می‌شود و داروها براساس سه‌ماهه‌ای که مادر و جنین در آن قرار دارند، ممکن است اثرات مختلف بر مادر، جنین و یاهر دو داشته باشند. یعنی مصرف برخی از داروها در یک دوره سه ماهه بی‌خطر تلقی می‌شود در حالی که ممکن است در سه ماهه دیگر خطرناک باشد. بنا به همین جهت است که پزشکان غالباً داروهای مصرفی را با توجه به سن و سیر بارداری و زایمان با داروهای دیگر جایگزین می‌نمایند.



## تأثیر تفاوت‌های فردی در تجویز دارو

برخی افراد به بعضی داروها خوب پاسخ می‌دهند، بعضی به آنها حساسیت نشان می‌دهند و برخی دیگر به آنها پاسخ نمی‌دهند. یک دارو ممکن است باعث بهبودی فرد بیماری شود اما همان دارو ممکن است برای بیمار دیگر حکم سم را داشته باشد. به زودی پزشکان برای پی بردن به اینکه چه دارویی برای شما مناسب است، به آزمایش‌های ژنتیک رو می‌آورند. زن جوانی که دچار مشکلات روحی شده است، پس از تحمل رنج فراوان به پزشک معالج خود مراجعه می‌کند. پزشک پس از معاینه به افسردگی شدید او پی می‌برد و با لحنی اطمینان بخش به او می‌گوید: «ما باید DNA شما را بررسی کنیم تا ببینیم چه دارویی برای شما از بقیه مناسب‌تر است» سپس پزشک به او نزدیک می‌شود، تارمویی از سرش جدا می‌کند و سخن خود را این گونه ادامه می‌دهد: «بعدازظهر نتیجه این آزمایش مشخص می‌شود و برای شما دارویی را تجویز می‌کنیم که با مصرف آن به زودی حالتان بهتر خواهد شد» چنین سناریویی چندان مهم و دور از دسترس نیست.

براساس پیشرفت‌هایی که بسیاری از شرکت‌های فناوری زیستی و دارویی داشته‌اند، به زودی بیماران داروهایی را مصرف خواهند کرد که با ساختار ژنتیکی آنان مطابقت دارند. به این ترتیب از اتلاف وقت و صرف هزینه‌های فراوان که اکنون به علت معالجه‌های غیر مؤثر شاهد آن هستیم جلوگیری خواهد شد. به علاوه، عوارض جانبی ناتوان کننده ناشی از مصرف داروها نیز به حداقل می‌رسد. در حال حاضر، پزشکان به این زن جوان دارویی به نام «فلوکستین» تجویز می‌کنند و ۴ تا ۶ هفته منتظر می‌مانند تا دریابند آیا او جزو آن ۴۰ درصد افراد خوش شانس است که این دارو به آنان کمک می‌کند. برای شناسایی دارویی که برای درمان افسردگی وی مناسب

است، ممکن است ۶ ماه دیگر زمان لازم باشد تا چهار داروی دیگر نیز روی او امتحان شود.

دکتر «دانیل کوهن» که متخصص ژنتیک شرکت «ژنویست» در پاریس است می‌گوید: «در آینده نزدیک یک آزمون ژنتیکی سریع، جایگزین ماراتن این آزمون و خطا خواهد شد که به منزله پیشرفت بزرگی در درمان بیماری‌ها محسوب می‌شود و هزینه‌های بهداشتی را برای کل جامعه کاهش می‌دهد.» این مطلب، در واقع وعده علم «فارماکوژنومیک» است. علم نوپایی که هدف آن ارائه توضیحی برای این واقعیت است که چرا برخی مردم به بعضی از داروها به خوبی پاسخ می‌دهند، در حالی که برخی دیگر این طور نیستند. از چنین دانستنی‌هایی می‌توان برای طراحی آزمونهای تشخیصی که امکان انتخاب داروی مناسب برای هر بیمار را فراهم می‌سازند، استفاده کرد.

در برخی موارد این رویکرد جدید که ژن‌ها را اساس قرار داده، می‌تواند به نجات جان بیمارانی بینجامد که احتمال دارد نسبت به برخی از داروها واکنش‌های کشنده‌ای نشان بدهند. پزشکان با تجربه از این موضوع آگاهند که بیماران به داروها واکنش‌های متفاوتی نشان می‌دهند. آنان می‌دانند که عوامل زیادی از جمله سن، جنس، وضعیت سلامتی و اینکه آیا بیمار به طور همزمان داروی دیگری را مصرف می‌کرده، در تعیین اثربخشی یک دارو بر یک بیمار و نوع و شدت اثرات و عوارض جانبی آن مؤثرند. اکنون می‌دانیم که ژن‌ها نیز تأثیر قابل ملاحظه‌ای بر چگونگی واکنش فرد به دارو دارند. افراد مختلف، انواع خاصی از آنزیم‌هایی را به ارث می‌برند که بر چگونگی تغییر و تبدیل داروها در بدن و جذب و دفع آنها تأثیر می‌گذارند. واکنش‌های ناگوار دارویی تنها در سال ۱۹۹۴ باعث مرگ بیش از ۱۰۰ هزار نفر در آمریکا شده‌اند. متأسفانه، این واکنش‌ها اغلب در بیمارانی رخ می‌دهند که میزان استاندارد از یک دارو را دریافت کرده‌اند، برای مثال، در دهه ۱۹۵۰ میلادی، پزشکان دارویی بنام

«سوکسینیل کولین» را پیش از جراحی به بیماران تجویز می‌کردند که باعث شل شدن ماهیچه‌ها پیش از عمل می‌شود. اما چندین بیمار که این دارو پیش از بیهوشی به آنان تجویز شده بود، هرگز به هوش نیامدند.

در واقع، دارو باعث فلج شدن عضلات تنفسی و در نتیجه خفگی آنان شده بود. پزشکان دریافتند که آن بیماران نگون بخت، شکل جهش یافته آنزیمی را در بدنشان دارند که در دفع سوکسینیل کولین از بدن دخالت دارد و آنان در نتیجه تجمع بیش از اندازه دارو در بدنشان، جان خویش را از دست داده‌اند. این تنها موردی نبوده که زن‌ها در پاسخ‌های دارویی خطرناک دخالت داشته‌اند. اوایل دهه ۱۹۴۰ میلادی، پزشکان دریافتند تعداد قابل ملاحظه‌ای از بیماران مبتلا به سل که از داروی ضدباکتری «ایزونیازید» استفاده می‌کردند، در دست و پای خود احساس درد، سوزش و ضعف دارند. این افراد دارو را به کندی از بدن خود دفع می‌کردند. این دارو باید به سرعت به شکل غیرسمی تبدیل شود. این کار را آنزیم «ان استیل ترانسفراز» تسهیل می‌کند. شکلی از این آنزیم که دارو را به کندی سم زدایی می‌کند، چندان هم کمیاب نیست. ۴۰ تا ۶۰ درصد از سفیدپوستان، این شکل از آنزیم را دارند. بعدها مشخص شد این تفاوت در پاسخ به دارو که در افراد دیده می‌شود به تفاوت در ژن‌های رمز دهنده این آنزیم مربوط می‌شود. اینجا حوزه‌ای است که فارماکوژنتیک می‌تواند به ما کمک کند. فارماکوژنومیک، دانشی است که درباره ارتباط بین پاسخ بدن افراد مختلف به داروها و تنوع موجود در توالی ژن‌های آنها مطالعه می‌کند. برخی از ژن‌ها، «پلی مورفسم» یا چند شکلی ژنتیکی دارند. به عبارت دیگر، بعضی ژن‌ها در افراد مختلف یک جمعیت به صورت‌های متفاوتی یافت می‌شوند که «الل» نام دارند. برای مثال، یک دسته آنزیم‌هایی که در تغییر و تبدیل داروها در بدن بسیار مؤثرند، «سیتوکروم‌های p450»

هستند. یکی از این سیتوکروم‌ها که «Cyp2D6» نامیده می‌شوند، حداقل سه نوع الل متفاوت دارد. اگر فردی الل وحشی را داشته باشد، سرنوشت دارو در وی طبیعی است. وجود الل‌های جهش یافته به تغییرات عمیقی در سرنوشت داروها می‌انجامد. برخی جهش‌ها به تولید «Cyp2D6» بسیار فعال یا با فعالیت بسیار پایین می‌انجامد. در حالت اول، بدن به سرعت دارو را دفع می‌کند. در نتیجه فرد پاسخ رضایت‌بخشی به دارو نشان نمی‌دهد. در حالت دوم، به علت کاهش دفع دارو، فرد با تجمع دارو در بدن و حساسیت‌های دارویی روبرو می‌شود که گاهی حتی می‌تواند به مرگ او منجر شود. از این رو، ممکن است سه نفر به یک بیماری دچار شوند و پزشک برای هر سه نفر، یک دارو (آن هم به مقدار یکسان) تجویز کند، اما پاسخ سه بیمار به دارو بسیار متفاوت باشد. ما از مدتها پیش، از پاسخ متفاوت افراد به داروها آگاه بودیم و می‌دانستیم که یک دارو حتی می‌تواند برای فردی حکم سم را داشته باشد، اما راهی برای پیش‌بینی آنها نداشتیم. فارماکوژنومیک می‌خواهد شرایط را عوض کند. تهیه نمونه DNA از فرد (برای مثال با کشت سلول‌های مخاط دهان، مقدار بسیار کمی خون و حتی یک فولیکول مو، می‌توان به مقدار مناسبی DNA دست یافت) و بررسی ژن‌های مؤثر در سرنوشت دارو با کمک دستگاه PCR، امکان پیش‌بینی نحوه پاسخ افراد به دارو را فراهم می‌سازد. محققان تلاش می‌کنند تا در آینده‌ای نه چندان دور، هر بیماری براساس وضعیت ژنتیکی خود مورد درمان قرار گیرد و تنها به علایم بالینی و روش‌های معمول آزمایشگاهی بسنده نشود. از این رو، درمان افراد «موردی» یا «شخصی» می‌شود. به این مفهوم که «هر دارو به یک مقدار به هر بیمار» جای خود را به «یک دارو با مقدار ویژه برای یک بیمار» می‌دهد. در آینده، طراحی دارویی براساس ویژگی‌های ژنتیکی افراد مختلف یک جمعیت صورت می‌گیرد. به عبارت دیگر، «داروی جهانی» جای خود را به «داروی

جمعیتی» می‌دهد در سال ۲۰۰۰ میلادی، تنها در ایالات متحده ۱۲/۸ میلیون دلار صرف تحقیق در این زمینه شد. امروزه گاهی بیمار چندین بار به پزشک مراجعه می‌کند تا وی داروهای مختلفی را روی او امتحان کند. ولی پزشکی مولکولی با کمک فارماکوژنتیک، میزان مراجعه بیمار به پزشک را به حداقل می‌رساند، چیزی که ممکن است برای بعضی‌ها خوشایند نباشد.

بسیاری از بیماران به دنبال احساس بهبود یا برطرف شدن علائم بیماری خود، مصرف داروهای خود را متوقف می‌سازند.

قطع درمان دارویی بدین‌گونه می‌تواند خطرناک باشد، بویژه در مورد بیماری‌هایی نظیر فشارخون بالا که علائم بارز و مشخصی ندارند. با قطع سر خود دارودرمانی، احتمال عود یا تشدید بیماری افزایش می‌یابد. بنابراین هنگامی که در مورد لزوم استفاده از داروی خود مردد بودید، حتماً با پزشک معالج خود مشورت نمایید.

### **چند توصیه مفید دارویی**

پیش از استفاده از هر داروی بدون نسخه باید دستورالعمل آن را به دقت مطالعه کنید و مطمئن گردید که نسبت به مقدار صحیح مصرف و مواردی که در آنها مشورت با پزشک ضروری است، آگاهی کامل را کسب نموده‌اید. علاوه بر بروشورها و برگه‌های راهنمای هر دارو، دکتر داروساز مرجع بسیار خوبی جهت کسب اطلاعات لازم در مورد داروهای بدون نسخه است.

فرهنگام مشورت با دکتر داروساز درباره این‌گونه داروها، باید وی را نسبت به داروهای دیگری که مصرف می‌نمایید و یا بیماری‌هایی که احیاناً دچار آنها می‌باشید، مطلع سازید.

به خاطر داشته باشید درخصوص کودکان حتماً پیش از مصرف این داروها با پزشک خود مشورت نمایید. با وجودی که کودکان به علت داشتن وزن کمتر نسبت به بزرگسالان به مقادیر کمتری از داروها جهت درمان نیاز دارند، نمی‌توان کودک یا شیرخوار را در مورد

تجویز داروها نظیر یک فرد بالغ کوچک شده محسوب نمود. علت این مسأله وجود تفاوت‌های قابل ملاحظه این گروه سنی در میزان ترکیبات بدن، پراکندگی مقدار چربی و آب در بدن و همچنین تکامل و عملکرد برخی اعضای مهم نظیر کبد و کلیه نسبت به بزرگسالان است. به همین جهت میزان مورد نیاز دارو در کودکان باتوجه به سن و وزن آنها با روش نسبتاً پیچیده‌ای توسط پزشک محاسبه می‌گردد.

هیچگاه کودکان خود را در مورد داروها فریب ندهید؛ برای مثال چنین وانمود نکنید که قرص‌ها و کپسول‌ها آب نبات یا شربت‌های دارویی نوشابه هستند.

به یاد داشته باشید جز باتوصیه پزشک به کودکان زیر پنج سال خود هیچ دارویی ندهید.

هیچگاه جهت کاهش درد یا تب کودکان خود در صورت ابتلا به آنفلوآنزا و آبله مرغان از آسپرین یا انواع ترکیبات دارای استیل سالیسیلیک اسید (A.S.A) استفاده ننمایید. زیرا در این شرایط با مصرف چنین ترکیباتی احتمال بروز اختلال وخیمی به نام «سندرم‌ری» وجود دارد. این سندرم وضعیت وخیمی است که کبد و مغز را درگیر می‌کند. در بسیاری موارد اولین علامت آن، استفراغ شدید و طولانی مدت است.

## منشور حقوق بیمار در داروخانه

با توجه به تعدد و تنوع مسایل اجتماعی و عدم اطلاع افراد ذینفع در فرایندهای درمانی از نظام حقوقی ناظر، در این قسمت به پاره‌ای از وظایف و تعهدات داروخانه‌ها در مقابل بیماران اشاره می‌شود:

- ۱- بیمار حق دارد بعد از دریافت دارو از داروساز در داروخانه اطلاعات مورد نیاز درباره درمان دارویی خود (از جمله مقدار و نحوه صحیح مصرف دارو) را سؤال نماید و داروساز موظف است تا تفهیم کامل بیمار به تمامی سؤالات دارویی وی پاسخ گوید. اطلاعات داده شده باید بدون اصطلاحات تخصصی و کاملاً واضح باشد به طوری که بیمار قانع و به طور کامل توجیه شود. علاوه بر آن داروساز موظف است مقدار و نحوه مصرف دارو را مطابق دستورالعمل شماره ۷۳۹ مورخ ۸۰/۲/۵ (شرح این دستورالعمل در ادامه آمده است) مکتوب کند.
- ۲- بیمار حق دارد که حرمت و شأن او در داروخانه حفظ شده و به نیازهای دارویی او به موقع و کامل توجه شود.
- ۳- داروساز مجاز است با توجه به سطح آگاهی بیمار و در صورتی که از گروه پزشکی باشد، اطلاعات اضافی ارائه نماید.
- ۴- بیمار حق دارد در رابطه با حفظ اسرار بیماری و وضعیت سلامت خود به داروساز اعتماد کامل داشته باشد و داروساز می‌باید در روابط کاری خود چنین اطمینانی را برای بیماران فراهم نماید.
- ۵- بیمار حق دارد در مورد داروهایی که پزشک برای او تجویز می‌کند از داروساز در داروخانه راهنمایی و مشاوره بخواهد.
- ۶- بیمار حق دارد به پاسخ‌های داروساز در رفع نیازهای دارویی خود اطمینان‌کنند و داروساز مسئول گفته‌ها و توصیه‌های خود می‌باشد.
- ۷- بیمار حق دارد از داروساز خود درباره منافع و مضرات هزینه‌های دارویی خود اطلاعات بخواهد و داروساز باید بیمار را راهنمایی کند.

۸- داروساز باید در مورد تداخل داروهای تجویز شده در نسخه با غذا، داروهای دیگر و پاسخ‌های آزمایشگاهی بیمار را راهنمایی کند.

۹- بیمار حق دارد که بداند چگونه متوجه شود داروهای مصرفی‌اش اثر کرده و علامت پیشرفت درمان چیست.

۱۰- بیمار حق دارد که بداند در صورت فراموش کردن یک دوز دارو چه باید کرد.

۱۱- داروساز باید توصیه‌های مصرف دارو در حالت بارداری یا شیردهی را در صورت لزوم به بیمار اعلام نماید.

۱۲- داروساز باید در صورت مصرف همزمان با داروهای بدون نسخه (OTC) مانند داروهای ضد بارداری خوراکی و ... در صورت لزوم بیمار را راهنمایی کند.

۱۳- داروساز باید در صورتی که بیمار دارای بیماری زمینه‌ای نیز هست، نحوه مصرف داروهای موجود در نسخه را به بیمار توصیه نماید.

۱۴- صحت دوزاژ تجویزی با توجه به سن و وزن بیمار باید توسط داروساز بررسی شود.

۱۵- با توجه به برچسب داروهای دریافتی، داروساز باید عوارض جانبی مهم را به بیمار هشدار دهد. به طور مثال اثر داروهای مصرفی بر خواب بیمار و اینکه آیا با بروز عوارض جانبی مصرف دارو، بیمار مجاز به قطع مصرف دارو هست یا نه؟

### **چگونگی بسته‌بندی مجدد داروها در داروخانه**

به منظور ارتقای کیفیت ارائه خدمات دارویی در داروخانه‌های کشور، کلیه داروخانه‌ها موظفند در زمان بسته‌بندی مجدد داروهایی که در داروخانه از بسته‌بندی بالک برداشته شده و در پاکت‌های پلاستیکی و یا کاغذی مناسب که رعایت بهداشت و



نظافت به نحو احسن شده باشد بسته بندی می شوند، موارد ذیل را رعایت نمایند:

۱- بسته بندی مجدد دارو می باید همراه با رعایت نکات فنی (حساس بودن دارو به نور، رطوبت و ...) صورت گیرد. در خصوص داروهای حساس به نور و رطوبت الزاماً می باید از ظروف شیشه‌ای تیره و در صورت لزوم از سیلیکاژل استفاده گردد. به هر حال داروساز مسؤول فنی می تواند نسبت به وارد نمودن هزینه‌های بسته بندی مجدد در قیمت تمام شده نسخه اقدام نماید.

۲- لازم است بسته بندی انجام شده در داروخانه دارای برچسب با مشخصات زیر باشد:

الف- نام داروخانه و داروساز مسؤول فنی.

ب - نام کامل دارو، دوزاژ دارو و تعداد.

ج- دستور مصرف.

د - تاریخ انقضای مصرف دارو.

## روش کاهش عوارض دارویی

برقراری ارتباط با پزشک، داروساز و مراکز نظارت دارویی و درمانی یکی از ضرورت‌های اساسی برای پیشگیری و به حداقل رساندن عوارض نامطلوب دارویی است. در ذیل به برخی از این ملاحظات اشاره می‌شود:

۱- هنگام مراجعه به پزشک یا داروساز مطمئن شوید که کاملاً متوجه دستورات دارویی شده‌اید و در صورت هرگونه تردید در فهم این دستورات از پزشک یا داروساز خود سؤال کنید.

۲- در کشورهای پیشرفته، پزشک و داروساز برای تعیین علت درد و تعیین مسکن مناسب باهم مشورت می‌کنند.

۳- داروسازان در داروخانه‌ها به عنوان کارشناسان خبره دارویی، مشاور شما در تهیه، انتخاب و ارایه بهترین و مناسب‌ترین نوع دارو هستند.

۴- در زمان روزه‌داری هیچگاه وعده‌های دارو را خودسرانه حذف نکنید، برای این کارحتماً با پزشک یاداروساز مشورت کنید.

۵- اگر در بلع دارو مشکل دارید به پزشک خود اطلاع دهید تا شکل مناسب‌تری از دارو را برایتان تجویز کند.

۶- داروساز، مشاور پزشک و بیمار است. از راهنمایی داروساز حتماً استفاده کنید.

۷- در انتخاب پزشک معالج خود دقت بیشتری نمایید و از مراجع مکرر به پزشکان متعدد براری یک بیماری در فواصل نزدیک خودداری کنید.

۸- درد، اعلام خطر وجود بیماری است. از خود درمانی بپرهیزید و جهت تشخیص و درمان به پزشک مراجعه کنید.

۹- در مورد بسیاری از داروهای لاغری، تبلیغات غیرواقعی انجام شده است، بنابراین باید قبل از مصرف هر دارویی با پزشک یا داروساز مشورت کنید.

### **عوارض ناخواسته دارویی (Adverse Drug Reactions, ADR)**

در دنیای امروز که میلیون‌ها نفر همه روزه مصرف کننده داروهای مختلف می‌باشند و جمع‌آوری اطلاعات در رابطه با عوارض آنها بسیار مشکل می‌باشد، چگونه می‌توان عواقب زیان‌بار احتمالی ناشی از کاربرد فرآورده‌های دارویی را ردیابی نمود؟

کلید این مشکل، نظارت دقیق و دایمی بر مصرف فرآورده‌های دارویی توسط افراد شاغل در حرفه پزشکی می‌باشد. بنابراین افراد درگیر در این حرفه در هر نقطه از دنیا باید نسبت به اثرات ناخواسته و زیان‌آور داروها آگاهی داشته باشند و در صورت مشاهده هرگونه

عارضه دارویی، مورد مشکوک را به یک مرکز واحد در کشور متبوع خود گزارش نماید.

به این منظور **مرکز ثبت و بررسی عوارض ناخواسته داروها** از واحدهای تابعه دفتر تحقیق و توسعه، معاونت غذا و دارو وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی بعنوان تنها مرکز ملی کشور به جمع‌آوری و ثبت گزارش‌های عوارض دارویی مشاهده شده توسط جامعه محترم پزشکی می‌پردازد. این مرکز از سال ۱۳۷۷ به عنوان عضو کامل سازمان بهداشت جهانی (WHO) در برنامه بین‌المللی پایش فراورده‌های دارویی پذیرفته شده و از آن زمان تاکنون با سایر کشورهای عضو به تبادل اطلاعات پرداخته است. به منظور جمع‌آوری گزارش‌های عوارض دارویی، با توجه به استانداردهای بین‌المللی فرم‌های زرد رنگی توسط این مرکز تهیه شده است که در صورت تماس با این مرکز به تعداد لازم در اختیار کلیه حرف پزشکی قرار خواهد گرفت.

## **برخی نکات قابل توجه**

### **اثرات ناخواسته تأخیری:**

برخی عوارض (نظیر رتینوپاتی ناشی از کلروکین، استئومالاسی ناشی از مصرف داروهای ضد سرع، ضد سرطان و ...) ممکن است ماه‌ها یا سال‌ها پس از قرار گرفتن در معرض فرآورده تظاهر نماید. در این قبیل موارد، هرگونه تظاهر نسبت به وقوع چنین عوارضی قابل گزارش می‌باشد.

### **سالمندان:**

با توجه به اینکه سالمندان به دلایل متعدد بیش از سایر گروه‌های سنی مستعد بروز عوارض می‌باشند، توجه ویژه جامعه پزشکی نسبت به این مسأله لازم می‌باشد.

## ناهنجاری‌های مادرزادی:

هنگامی که نوزادی با نقص خلقت مادرزادی متولد می‌گردد یا سقط جنین نارس صورت می‌گیرد، پزشکان باید احتمال دخالت یک عارضه دارویی را در نظر گرفته و کلیه داروهای مصرف شده در طول بارداری (از جمله موارد خود درمانی) را گزارش نمایند.

## توجه مهم:

- ۱- هنگام گزارش یک عارضه حتی‌الامکان نام شرکت سازنده و شماره سری ساخت را جستجو کرده، گزارش نمایید.
- ۲- هرگز به دلیل نامعلوم بودن برخی اطلاعات درخواستی در فرم، از گزارش نمودن عارضه اجتناب نفرمایید.
- ۳- هویت بیمار و گزارشگر محرمانه خواهد ماند.

## میزان عوارض دارویی:

عوارض دارویی چهارمین عامل مرگ و میر در آمریکا در سال ۹۸ میلادی گزارش شده است. مرگ و میر ناشی از مصرف فرآورده‌های دارویی (۹۸۰۰۰ مورد) بیش از مرگ و میر ناشی از تصادفات با وسایل نقلیه (۴۳۴۵۸ مورد)، سرطان پستان (۴۲۲۹۷ مورد) یا ایدز (۱۶۵۱۶ مورد) برآورد شده است.

گزارش سازمان غذا و داروی آمریکا در سال ۱۹۸۹ نشان داد، ۱۲۰۰۰ مورد مرگ و ۱۵۰۰۰ مورد بستری شده بعلت عارضه دارویی در این سازمان به ثبت رسیده و این در حالی است که ارقام به ثبت رسیده تنها ۱۰ درصد میزان واقعی تخمین زده می‌شود. هزینه اقتصادی ناشی از مصرف نامناسب فرآورده‌های دارویی در آمریکا در حدود ۳۰/۱ الی ۱۳۶/۸ میلیون دلار در سال برآورد شده است. بیش از ۴۰ درصد بیماران سرپایی در آمریکا که دارو مصرف می‌نمایند دچار یک مشکل مربوط به مصرف دارو می‌گردند.

در آلمان هزینه مستقیم عارضه دارویی طی ۱۳ مطالعه در فاصله سالهای ۹۵-۱۹۸۰، ۵۸۸ میلیون دلار در سال برآورد شده است و این در حالی است که ۳۰/۷ درصد پذیرش‌ها قابل پیشگیری تشخیص داده شده‌اند و در نهایت اینکه در فاصله سالهای ۹۵-۱۹۷۰ و براساس ۲۵ مطالعه صورت گرفته، ۶/۲ - ۴/۲ درصد پذیرش‌های بیمارستانی (به طور متوسط ۵/۸ درصد) به علت یک عارضه دارویی بوده است و همین آمارها هشدار جدی به خانواده‌ها است. بدین معنا که دارو به همان میزان که درمان کننده درد است می‌تواند منشأ بیماری‌های متعددی نیز باشد و چنانچه دقت و مراقبت لازم در این زمینه صورت نگیرد می‌تواند تهدید جدی برای سلامتی انسان باشد.

### **آزمایشگاه‌های کنترل غذا و دارو**

آزمایشگاه کنترل غذا و دارو در سال ۱۳۴۲ به منظور کنترل فرآورده‌های غذایی و دارویی تأسیس شد و هم‌اکنون در زمینه کنترل غذایی، دارویی، بیولوژیک، آرایشی و بهداشتی فعالیت دارد. این اداره کل وابسته به معاونت غذا و دارو وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی می‌باشد.

### **بخش‌های مختلف آزمایشگاه که نقش نظارتی بر تولیدات غذایی و**

دارویی دارند، عبارتند از:

#### **واحد تضمین کیفیت:**

این واحد مسؤلیت بازرنگری و معتبرسازی روش‌ها و ایجاد شرایط کاری مناسب و استاندارد به منظور تضمین کیفیت کار در آزمایشگاه را برعهده دارد.

### آزمایشگاه غذا:

وظیفه کنترل مواد اولیه مورد مصرف در صنایع غذایی و مواد غذایی فراوری شده در کلیه مراحل تولید، عرضه و توزیع از طریق انجام آزمون‌های ارگانولپتیکی، فیزیکی، شیمیایی، میکروبی و سم‌شناسی براساس استانداردهای موجود را به عهده دارد. این آزمایشگاه از بخش‌های مختلف غلات و فرآورده‌های آن، شیر و فرآورده‌های لبنی، گوشت و فرآورده‌های پروتئینی، میوه و سبزی و فرآورده‌های آن، چربی‌ها و روغن‌ها، شیمی مواد اولیه، ادویه و چاشنی، رنگ، اسانس، ظروف و بسته‌بندی، سم‌شناسی و میکروب‌شناسی تشکیل شده است.

### آزمایشگاه دارو:

وظیفه کنترل فیزیکی، شیمیایی و میکروبی مواد اولیه و فرآورده‌های دارویی، آرایشی - بهداشتی، داروهای گیاهی، تجهیزات پزشکی یک بار مصرف و الکرها براساس استانداردهای موجود راعهده‌دار می‌باشد این آزمایشگاه از بخش‌های شیمی، داروهای گیاهی، آرایشی - بهداشتی، تجهیزات پزشکی و میکروب‌شناسی دارو تشکیل شده است.

### آزمایشگاه بیولوژیک:

وظیفه کنترل فرآورده‌های بیولوژیک شامل واکنش‌های ویروسی و میکروبی، فرآورده‌های خونی، هورمون‌ها، محصولات حاصل از فرایند نوترکیب را عهده‌دار می‌باشد. این آزمایشگاه از بخش‌های بیوشیمی، واکنش‌ها، کشت نسج و بخش نگهداری حیوانات آزمایشگاهی تشکیل می‌گردد.

## آشنایی با مراکز اطلاع‌رسانی دارویی

مرکز اطلاع‌رسانی دارو در بهمن ماه سال ۱۳۷۹ به منظور ارتقای سطح کیفی تهیه و توزیع دارو به طور رسمی آغاز به کار نمود. این مرکز با هدف جمع‌آوری اطلاعات و اطلاع‌رسانی دقیق و صحیح به عامه مردم جهت تهیه داروی مورد نیاز بیماران خود و همچنین انتقال اطلاعات کمبودهای دارویی سطح شهر به مسؤولین ذیربط شروع بکار نمود. این مرکز در تهران از همکاری کارشناسان دارویی داروخانه‌های هلال احمر، ۱۳ آبان، ۲۹ فروردین و مراکز فوریت‌های دارویی نور، شفا‌یاب، پیک دارو و هلال احمر در مرکز استفاده می‌نماید تا به مراجعین و متقاضیان تلفنی اطلاعات لازم داده شود. هم‌اکنون در سرتاسر کشور مراکز اطلاع‌رسانی دارویی زیرنظر دانشگاه‌های علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی مشغول فعالیت می‌باشند و به اطلاع‌رسانی درخصوص چگونگی دستیابی به داروهای مورد نیاز بیماران می‌پردازند.

مردم عزیز می‌توانند جهت تهیه داروی مورد نیاز خود به صورت تلفنی و یا مراجعه حضوری با این مراکز ارتباط برقرار نمایند. پرسنل این مراکز آمادگی دارند تا با اطلاعات دریافتی از داروخانه‌های سطح شهر و آمارگیری مناسب و روزانه از اقلام دارویی اطلاعات مورد نیاز را در اختیار هموطنان قرار دهند. یکی دیگر از وظایف این مرکز انتقال اطلاعات به شرکت‌های تولیدی و توزیع‌کننده دارو می‌باشد به نحوی که اقلام دارویی که با مشکل تهیه مواجه شده‌اند و احیاناً در سطح شهر کمیاب و نایاب می‌باشند را با پیگیری لازم تأمین نمایند. خوشبختانه از زمان تأسیس این مراکز فلسفه وجودی دلان منطقه ناصر خسور از بین رفته و با کمال تأسف آنان تنها به فروش داروهای مخدر و داروهایی که در فهرست دارویی کشور نمی‌باشند از جمله داروهای سقط جنین و بدنسازی مبادرت می‌نمایند که از

همین طریق از مقامات انتظامی و قضایی تقاضای رسیدگی عاجل به این موضوع را داریم.

مردم عزیز می‌توانند برای ارتباط با مرکز اطلاع‌رسانی دارویی در تهران از ساعت ۸ صبح لغایت ۱۸ عصر با شماره تلفن‌های ۱۰-۳۹۳۹۰۰۷ و ۵-۳۹۳۰۰۳۴ با این مرکز تماس حاصل نمایند و یا به صورت حضوری به نشانی میدان امام خمینی (ره) - خیابان صوراسرافیل جنب بانک ملی مراجعه کنند.

### **روش اطلاع از نحوه تهیه داروی مورد نیاز در کشور**

۱- داروخانه بیمارستان موظف است کلیه داروهای مورد نیاز بیماران خود (خصوصاً بیماران بستری) را تهیه و در اختیار قرار دهد. این داروخانه‌ها مجاز نمی‌باشند بیمار یا همراه بیمار را همراه نسخه یا بدون نسخه جهت داروی خود روانه خیابان نمایند.

۲- مراکز اطلاع‌رسانی در تهران و ۳۶ شهر و مرکز استان آمادگی دارند تا وضعیت دارویی موجود را در اختیار شما قرار دهند. لذا جهت اطلاع از وضعیت داروی مورد نیاز خود با این مراکز تماس حاصل نمایید. شماره تلفن این مراکز، در شهرها از طریق کلیه داروخانه‌های شهر، در اختیار شما قرار خواهد گرفت. (شماره مرکز اطلاع‌رسانی دارویی تهران ۱۰-۳۹۳۹۰۰۷)

۳- چنانچه داروی مورد نیاز شما در داروخانه موجود نبود (که این امر طبیعی است و هر داروخانه کلیه داروهای کشور را نمی‌تواند داشته‌باشد) می‌توانید تهیه آن را به داروخانه مذکور محول نمایید تا ضمن جلوگیری از سرگردانی شما، زمینه فعالیت برای دلان و قاچاقچیان دارو فراهم نگردد و یا از طریق تلفن مراکز اطلاع‌رسانی دارویی، اطلاعات لازم برای تهیه دارو را به دست آورید.



- ۴- تجویز دارو خارج از فهرست دارویی کشور برای پزشکان مجاز نمی‌باشد. لذا از پزشکان معالج خود تقاضای تجویز داروی خارج از فهرست دارویی کشور را ننمایید.
- ۵- عوارض ناشی از مصرف دارو را حتی اگر بی‌اهمیت می‌باشد با پزشک معالج و یا داروسازان مستقر در داروخانه در میان بگذارید.

\*\*\*

شماره تلفن مراکز اطلاع‌رسانی دارویی  
دانشگاه‌های علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی سراسر کشور

ردیف	نام دانشگاه	شماره تلفن
۱	آذربایجان شرقی (تبریز)	۴۴۲۲۴۶۲ ساعات اداری
۲	آذربایجان غربی (ارومیه)	۲۲۴۰۰۶۰
۳	اردبیل	۷۷۲۱۳۸۹
۴	اصفهان	۶۲۴۲۰۰۰
۵	ایلام	۳۳۳۴۷۷ شبانه‌روزی
۶	بوشهر	۲۵۲۴۷۹۷
۷	بابل	۲۲۹۴۷۴۵
۸	بیرجند	۲۲۲۷۵۷۲
۹	چهرم	۱۴۹
۱۰	چهارمحال و بختیاری	۳۳۴۲۴۱۳
۱۱	خوزستان	۲۲۶۱۲۸۴
۱۲	خراسان (مشهد)	۷۶۳۴۰۱۸ (داروهای کمیاب)
۱۳	رفسنجان	۸۲۲۰۰۴۵
۱۴	سبزوار	۲۲۳۱۰۰۳
۱۵	زنجان	۵۲۵۰۱۰۰-۱
۱۶	سمنان	۴۴۴۰۳۷۹
۱۷	سیستان و بلوچستان (زاهدان)	۳۲۳۸۹۹۶
۱۸	شاهرود	۲۲۲۲۳۲۲
۱۹	فارس (شیراز)	۶۲۷۸۶۴۲-۴۴ ستاد هدایت و اطلاع‌رسانی
۲۰	قزوین	۶۷۳۲۱۳
۲۱	قم	۳۲۸۹۴۵
۲۲	کاشان	۲۰۶۶۶
۲۳	کردستان	۱۴۹ برای شهر سنندج
۲۴	کرمان	۲۲۲۴۵۸۷
۲۵	کرمانشاه	۴۳۵۹۳۱۴
۲۶	کهگیلویه و بویراحمد (یاسوج)	۲۲۲۳۸۵۵ صبح
۲۷	گلستان	۴۴۲۴۰۰۴
۲۸	گناباد	۰۵۳۵۷۲-۲۶۲۲
۲۹	گیلان	۲۲۲۳۵۷۸

۵۰۳۱۶۹	لرستان	۳۰
۲۲۷۳۶۹۰	مازندران (ساری)	۳۱
۳۱۳۴۰۰۱	مرکزی (اراک)	۳۲
۲۵۴۲۲۴۱	همدان	۳۳
۷۲۴۱۱۷۱	یزد	۳۴
۳۲۱۴۵۷۵	زاهدان	۳۵

## داروخانه‌های شبانه‌روزی تهران

نام	نشانی	تلفن
آزادی	مقابل تأمین اجتماعی	۶۸۷۴۳۸۰
آیت‌اله طالقانی	شریعتی - نرسیده به میدان قدس	۲۲۳۰۵۸۸
ارشاد	شریعتی - سه راه ضراب‌خانه	۲۸۵۶۹۷۰
ایثار	خیابان قزوین - دوراهی قپان	۵۷۰۳۴۸۴
امید	خیابان ری - روبروی بازارچه نایب‌السلطنه	۳۵۲۶۸۸
ابوذر	میدان ابوذر - اوالی خیابان ۲۰ متری فلاح - جنب بانک ملی	۵۷۰۲۹۷۴
بیدار	آیت‌اله کاشانی - بعد از شاهین	۴۰۹۶۲۶۸
۲۹ فروردین	میدان حر	۶۴۰۱۰۱۶
بوعلی	خیابان دماوند-جنب بیمارستان بوعلی	۳۳۳۶۰۴۶
بنیاد شهید (شماره ۴)	خیابان ۱۷ شهرپور - ایستگاه ناصری	۳۵۶۴۰۷
پاسداران	پاسداران نبش بوستان هفتم	۲۵۸۸۵۲۲
پیام نور	خیابان قزوین - دوراهی قپان	۵۷۲۵۳۵۸
جعفری شهری	ری - باقرشهر - ۴۵ متری جاده قدیم - نرسیده به پل هوایی	۵۲۰۰۳۲۹
خاتم‌الانبیا	ولیعصر - بالاتر از میدان ونک	۸۷۹۸۴۴۴
دکتر سعیدلو	شهرک اکباتان	۴۶۵۳۴۹۸
دکتر شکوهی	مجاهدین اسلام	۳۵۰۸۳۱
دماوند	خیابان دماوند - مقابل پمپ بنزین	۷۷۲۲۹۷
رفاه	خیابان ولیعصر، نبش چهارراه مختاری	۵۳۸۹۹۲۳
۱۳ آبان	کریمخان - نبش خردمند	۸۸۴۹۰۱۱-۵
سرسبز	سرسبز شرقی	۷۴۵۷۲۵۴
سپهران	افسریه - ۱۵ متری اول جنوبی	۳۱۵۲۸۱۶
ستارخان	خیابان ستارخان - ربروی برق آلتوم	۸۲۱۸۶۱۰
ستاره	سعادت آباد - چهارراه قدس	۲۰۷۱۳۰۷-۸
شهید سلیمانی	شهر ری - خیابان فدائیان اسلام	۵۹۰۰۰۱۱
شکوفه	خیابان پیروزی - بین خیابان ۴ و ۵ نیروی هوایی - نبش مقداد	۷۲۰۵۷۹

۳۳۵۷۹۷۴	پیروزی - چهارصد دستگاه	شرق تهران
۴۵۱۶۴۶۴	تهرانسر - روبروی بانک صادرات	شبتاب
۴۰۶۱۱۱۵	خیابان آیت‌اله کاشانی، خیابان گلستان	صادقیه
۲۷۰۹۹۹۰	زعفرانیه ولیعصر - نبش زعفرانیه	صبای
۵۰۳۵۸۸۵	شهید رجایی - خیابان تختی	طاهر
۷۵۲۲۵۶۲	خیابان سپاه - جنب بیمارستان طرفه	شهید عابدینی
۵۶۶۲۷۷۵	جوادیه - کوچه تیموری	شهید علیزاده
۶۹۲۷۵۴۴	جمالزاده	فارابی
۷۵۶۸۱۳۱	چهار راه نظام‌آباد	فارس
۸۹۶۷۳۶۱	پاستور - میدان فلسطین	فرانس
۲۶۰۰۰۳	خیابان شریعتی - سر دوراهی قلعهک	قلهک
۸۷۷۹۳۶۰	میدان ونک	قانون
۵۵۰۴۸۶	خزانه بخارایی - فلکه اول	گنجینه
۵۶۵۳۶۲۴	جوادیه - کوچه صالح نیا	میثاق
۳۸۶۳۹۲۸	مشیریه - خیابان صالحی	مشیریه
۵۵۷۵۱۵	خیابان شهید رجایی، روبروی شهرداری منطقه ۱۶، کوچه شهید بشرحق	نازی‌آباد
۵۰۵۸۳۶۴	نازی‌آباد - بازار دوم	ولایت
۷۸۶۵۵۱	تهرانپارس - تیرانداز	ولیعصر

مراکز اطلاعات دارویی و سموم فعال در سطح کشور  
(تحت نظارت ستاد مرکزی اطلاعات دارویی و سموم)

مرکز	نشانی
ستاد مرکزی (معاونت غذا و دارو)	تهران، خیابان انقلاب، خیابان فخر رازی، نبش خیابان شهیدنظری، پلاک ۵۷ طبقه دوم، واحد اطلاع‌رسانی داروها و سموم. از ساعت ۸ - ۱۴ تلفن ۶۴۱۹۳۰۶
دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهشتی	تهران، خیابان ولیعصر، روبروی خیابان توانیر، کوچه شمس، پلاک ۱۰۵، دانشگاه داروسازی، صندوق پستی ۶۳۵۴-۱۴۱۵۵. از ساعت ۱۴-۱۸ تلفن ۸۷۷۶۰۲۷
دانشگاه علوم پزشکی اردبیل	اردبیل، میدان تیم، معاونت درمان و دارو، مدیریت دارویی، مرکز اطلاع‌رسانی داروها و سموم از ساعت ۸ - ۱۲ تلفن: ۳۳۶۰۸۵۲ - ۰۴۵۱
دانشگاه علوم پزشکی ارومیه	ارومیه، خیابان جهاد، ابتدای خیابان راهنمایی، معاونت درمان و دارو، کد پستی ۵۷۱۴۷. از ساعت ۱۴:۳۰ الی ۱۷:۳۰ و ۹-۱۲ تلفن ۲۲۴۰۰۶۰ - ۰۴۱۱
دانشگاه علوم پزشکی اصفهان	اصفهان، خ آپادانا اول، حوزه معاونت درمان و دارو، مدیریت دارویی، کد پستی ۸۱۶۵۴ از ساعت ۸-۱۶ تلفن: ۶۶۱۰۳۹۳ - ۰۳۱۱
دانشگاه علوم پزشکی بابل	بابل، خ مدرس، جنب کانون فرهنگی و تربیتی امام خمینی، مدیریت دارو و غذا از ساعت ۸ - ۱۵ بجز پنجشنبه و روزهای تعطیل تلفن: ۲۲۹۴۷۴۵ - ۰۱۱۱
دانشگاه علوم پزشکی تبریز	تبریز، میدان راه آهن، بلوار کارگر، معاونت درمان و دارو، کد پستی ۵۱۹۷۶. از ساعت ۸-۱۲ تلفن: ۴۴۵۶۶۹۵ - ۰۴۱۱
دانشگاه علوم پزشکی رشت	رشت، شهرداری، ابتدای خیابان شریفی، خیابان شهید ملکپور، مدیریت دارو و غذا از ساعت ۱۹ - ۱۶ تلفن: ۲۲۳۱۰۵۱ - ۰۱۳۱
دانشگاه علوم پزشکی زنجان	زنجان، میدان اراک، طبقه فوقانی داروخانه دکتر بهشتی تلفن: ۵۲۵۰۱۰۰ - ۰۲۴۱
دانشگاه علوم پزشکی سنندج	سنندج، خیابان حسن آباد، معاونت درمان و دارو، مدیریت دارویی تلفن: ۳۲۳۲۸۵۵ - ۰۸۷۱
دانشگاه علوم پزشکی شیراز	شیراز، خیابان خیام، ساختمان شماره دانشگاه، مرکز

اطلاع‌رسانی داروها و سموم. از ساعت ۸ - ۱۲ تلفن: ۰۷۱۱ - ۲۳۵۸۰۶۲	پزشکی شیراز
قزوین، خیابان بوعلی سینا، مرکز آموزشی درمانی بوعلی سینا، داروخانه. از ساعت ۱۰ - ۱۲ بجز پنجشنبه روزهای تعطیل تلفن: ۰۲۸۱ - ۳۳۳۹۰۴۹	دانشگاه علوم پزشکی قزوین
کرمانشاه، بلوار شهید بهشتی، ساختمان شماره ۲ دانشگاه مدیریت دارو و غذا. از ساعت ۸-۱۴ بجز پنجشنبه و روزهای تعطیل. تلفن: ۰۸۳۱-۷۶۷۸۱۲	دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه
گرگان، کیلومتر جاده تهران، معاونت درمان و دارو از ساعت ۸ - ۱۲ تلفن ۰۱۷۱- ۴۴۲۴۰۰۴	دانشگاه علوم پزشکی گرگان
لرستان، خیابان انقلاب، شیرخوارگاه، جنب درمانگاه شماره ۸، معاونت غذا و دارو از ساعت ۷:۳۰ - ۱۵ بجز پنجشنبه و روزهای تعطیل تلفن ۰۶۶۱ - ۵۰۳۱۶۹	دانشگاه علوم پزشکی لرستان
ساری، سه راه جویبار، اول بزرگراه بسیج، معاونت درمان و دارو، مدیریت دارویی، مرکز اطلاع رسانی داروها تلفن: ۰۱۵۱- ۲۲۶۲۳۴۲	دانشگاه علوم پزشکی مازندران
مشهد، روبروی پارک ملت دانشکده داروسازی، معاونت درمان و دارو، کد پستی ۹۱۷۷۵ صندوق پستی ۱۳۶۵ از ساعت ۸ - ۱۴ تلفن: ۰۵۱۱ - ۷۶۳۴۰۱۴	دانشگاه علوم پزشکی مشهد
همدان، چهارراه خاجه رشید، ابتدای بلوار آیت‌اله کاشانی، ساختمان شماره یک. تلفن: ۰۸۱۱-۸۲۵۲۴۴۱	دانشگاه علوم پزشکی همدان
یزد، میدان باهنر، ساختمان شماره ۲، دانشگاه علوم پزشکی یزد. از ساعت ۸ - ۱۴ بجز پنجشنبه و روزهای تعطیل تلفن: ۰۳۵۱ - ۷۲۴۱۱۷۱	دانشگاه علوم پزشکی یزد
زاهدان، بیمارستان خاتم‌الانبیا، مرکز اطلاع رسانی داروها و سموم. از ساعت ۱۸ - ۲۰ تلفن: ۰۵۴۱-۳۲۳۸۹۹۶	دانشگاه علوم پزشکی زاهدان

### مرکز تک نسخه‌ای دارویی

نام شرکت	تلفن	فاکس	تلفن
فوریت‌های دارویی شفاپاب فردا	۸۷۴۴۱۱۹ و ۱۳۶ ۲۲۵۹۹۲۳ و ۱۲	۸۷۳۹۲۷۶	بزرگراه مدرس، نبش میرداماد
فوریت‌های دارویی نور	۸۸۳۲۷۱۷-۸ ۸۸۱۲۸۲۴-۷	۸۸۱۲۸۲۶	اتوبان مدرس، بالاتر از ۷ تیر، خیابان زهره، پلاک ۳۹
فوریت‌های دارویی هلال احمر	۸۸۰۳۸۷۱-۸ ۸۸۰۸۶۶۵-۶	۸۸۰۸۶۶۵	خیابان طالقانی، تقاطع سپهبد قرنی، شماره ۳۱۰
پیک دارو	۸۸۱۲۹۳۹ (۱۰ خط)	۸۸۱۲۹۴۳ ۸۹۱۳۲۴۰	۷ تیر، خیابان کریم خان زند، بعد از قائم مقام فراهانی، نرسیده به خردمند، پلاک ۴۵

\*\*\*