

## \* پیامهای دارویی

- ۱- قبل از مصرف دارو ، دستهایتان را بشویید .
- ۲- ظرف محتوی دارو را از نظر مشخصات دارو ( نام ، دوزاژ و فواصل تجویز ) چک کنید .
- ۳- تاریخ انقضاء مصرف دارو را ببینید .
- ۴- دارو را در درجه حرارت توصیه شده توسط کارخانه سازنده ، نگهداری نمایید .
- ۵- داروها را از دسترس اطفال دور نگهدارید .
- ۶- داروها را دور از نور خورشید و حرارت نگهداری نمایید .
- ۷- قبل از مصرف بروشور یا برچسب دارو را در نور مناسب مطالعه نمایید .
- ۸- دارو را خرد نکنید و در صورت نیاز به خرد کردن دارو ، از پزشک یا داروساز سؤال نمایید .
- ۹- در صورت بروز علائم جدید ناشی از مصرف دارو ، پزشک را مطلع سازید .
- ۱۰- داروهای تاریخ گذشته را دور بریزید .
- ۱۱- داروها را با دوزاژ توصیه شده به کار برید .
- ۱۲- از خود درمانی با داروها پرهیز نمایید .
- ۱۳- برچسب داروها را پاره نکنید .
- ۱۴- به توصیه افراد غیر از کادر درمانی ، دارو مصرف نکنید .
- ۱۵- در تجویز داروها به سالمندان دقت نمایید .
- ۱۶- دوره درمان را کامل کنید .
- ۱۷- از تماس دارو ( مثل قطره یا پماد ) به ناحیه مبتلا ، پرهیز نمایید .
- ۱۸- داروها را به دقت در وقفهای تعیین شده مصرف نمایید .
- ۱۹- در صورتی که دوز مصرفی دارو را فراموش کردید ، با پزشک مشورت نمایید .
- ۲۰- اگر علائم بیماری شما با مصرف دارو ، تغییری نکردند یا شدیدتر شدند ، پزشک را در جریان قرار دهید .
- ۲۱- در صورتی که نیاز به مخلوط کردن دارو با شیر ، آب ، شربت ها ، سوپها ، آب میوه ها باشد ، این مسئله را از پزشک یا داروساز سوال نمایید .
- ۲۲- اگر قبل از مراجعه به پزشک ، از دارو یا داروهایی استفاده کردید ، پزشک را مطلع سازید .
- ۲۳- در صورتی که به دارو یا داروهایی حساسیت دارید ، پزشک را در جریان قرار دهید .
- ۲۴- بدون نسخه پزشک ، اقدام به تهیه دارو ننمایید .
- ۲۵- در مصرف داروهای OTC و مسکن ها زیاده روی نکنید .
- ۲۶- به کودکان خود بیاموزید که دارو ، شیرینی یا غذا نیست .
- ۲۷- به سالمندان کمک کنید که دارو یا داروهای خود را صحیح و به موقع مصرف نمایند .
- ۲۸- هرگز داروها یا جعبه های محتوی دارو را به عنوان اسباب بازی در اختیار کودکان قرار ندهید .

- ۲۹- در تجویز و مصرف داروهایی که دوز سمی و درمانی نزدیک بهم دارند (مانند دیگوکسین) دقت بیشتری لازم است .
- ۳۰- اگر دچار اختلال کلیوی یا کبدی هستید ، پزشک را در جریان بگذارید .
- ۳۱- چنانچه بیماری خاصی (از جمله گوارشی ، ریوی ، قلبی و عروقی ) دارید به پزشک اطلاع دهید .
- ۳۲- هرگز دوزاژ و طول درمان داروها را تغییر ندهید .
- ۳۳- تجدید نسخه ، نیاز به دستور پزشک دارد .
- ۳۴- سیگار نکشید .
- ۳۵- ورزش کنید .
- ۳۶- از رژیم غذایی ، سبزی ، میوه و ماهی بیشتر استفاده نمایید .
- ۳۷- به توصیه پزشک در مورد پرهیز غذایی ، عمل نمایید . این امر بویژه ، در بیمارانی چون مبتلایان به دیابت ، فشار خون و نارسایی قلبی حائز اهمیت است .
- ۳۸- از مصرف آسپرین در ناراحتی های گوارشی و آسم پرهیز نمایید .
- ۳۹- در صورت مصرف بیش از حد دارو با مرکز درمان مسمومیت ها تماس بگیرید .
- ۴۰- اگر دارو یا داروهای مسکن و خواب آور مصرف می نمایید ، از رانندگی و کارهای دقیق ( مثل خیاطی ، کار با آلات تیز ) پرهیز کنید .
- ۴۱- از مصرف الکل بپرهیزید .
- ۴۲- خودسرانه ، اقدام به قطع دارو یا داروهای تجویزی نکنید ، زیرا برخی از داروها ، پس از قطع ناگهانی باعث واکنش های نامطلوب در بدن می شوند .
- ۴۳- توجه داشته باشید که داروهایی که به وفور در دسترس عموم قرار دارند از جمله آسپرین ، استامینوفن ، آکسار ، قرص های سرماخوردگی ، شربت های ضد سرفه ، همگی دارای عواض هستند . از مصرف بی رویه این داروها پرهیز نمایید .
- ۴۴- ضایعات باید پس از تشخیص با داروهای خاص درمان شوند .
- ۴۵- بدون دستور پزشک ، از پانسمان بسته هنگام مصرف داروی موضعی کورتون پرهیز نمایید .
- ۴۶- روش صحیح مصرف داروها را از پزشک سوال نمایید .
- ۴۷- قبل و بعد از مصرف داروهای موضعی ، دستهای خود را بشویید .
- ۴۸- در صورت مصرف زیاد و دراز مدت آسپرین ، امکان بروز پتشی ، خونریزی ، لته ها و خونریزی گوارشی وجود دارد .
- ۴۹- از مصرف منظم داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی (NSAIDs) همراه استامینوفن پرهیز نمایید . استامینوفن را بیش از ۱۰ روز مصرف نکنید .
- ۵۰- پیشگیری بهتر از درمان است . لذا بهداشت را رعایت کنید و واکسیناسیون را به موقع انجام دهید .
- ۵۱- دارو ، ماده ای است شیمیایی که جهت درمان ، تشخیص یا پیشگیری بیمار تجویز می شود و لاغیر
- ۵۲- از مصرف داروهای هورمونی بدون نسخه پزشک ، برای مواردی چون لاغری ، چاقی یا عضلانی شدن ، جداً پرهیز نمایید .

۵۳- در برخی از بیماریها مثل دیابت و فشار خون ، مصرف دارو یا داروها باید با مدت نامحدود انجام شود . از قطع خودسرانه این داروها پرهیز نمایید .

۵۴- قطره چکان و پمادها را پس از مصرف نشویید ، یا با دستمال ، پارچه یا کاغذ پاک نکنید . بلکه آنها را بدون اینکه با موضع تماس پیدا کنند ، به ظرف محتوی آن برگردانید و محکم ببندید .