

پیشگیری از مسمومیت‌ها

شعارهای عمومی، اهداف برگزاری هفته پیشگیری از مسمومیت‌ها و معرفی مراکز اطلاع‌رسانی داروها و سموم



شعارهای عمومی، اهداف برگزاری هفته پیشگیری از مسمومیت‌ها و معرفی مراکز اطلاع‌رسانی داروها و سموم

مرکز اطلاع‌رسانی داروها و سموم در تهران از ساعت 8 تا 20 و با شماره تلفن 190، داخلی 3-2، عهده دار پاسخگویی به سؤالات دارویی و موارد مسمومیت به صورت تلفنی می‌باشد.

شما هم وطن گرامی می‌توانید سؤالات دارویی خود و همچنین نحوه برخورد با فرد مسموم پیش از رسیدن مراکز درمانی را به صورت تلفنی از مراکز اطلاع‌رسانی داروها و سموم با شماره تلفن 190، داخلی 3-2 در میان بگذارید.

آیا می‌دانید 45 مرکز اطلاع‌رسانی داروها و سموم در کل کشور با شماره تلفن 190، داخلی 3-2 مشغول به فعالیت می‌باشند؟ لحظات اولیه پس از بروز مسمومیت، برای نجات فرد مسموم حیاتی می‌باشند. بلافاصله پس از برخورد با موارد مسمومیت با تلفن 190 و یا 115 تماس بگیرید.

وظیفه مهم مراکز اطلاع‌رسانی داروها و سموم، راهنمایی فرد مسموم یا همراهان وی، برای کنترل و کاهش عوارض ناشی از مسمومیت است و نه درمان مسمومیت.

آیا می‌دانید اکثر مسمومیت‌های اتفاقی در کودکان زیر 5 سال و به علت عدم توجه والدین رخ می‌دهند؟

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

دهان، شایع‌ترین راه ورود سموم به بدن است.

مهم‌ترین راه‌های ورود سموم به بدن عبارتند از: راه خوراکی، تنفسی، پوستی و تزریقی.

ایجاد استفراغ در فرد مسموم، همیشه بهترین راه خارج کردن سم از بدن نیست و ایجاد استفراغ در مسمومیت با مواد نفتی و برخی از داروها جان بیمار را به خطر می‌اندازد.

از خوردن مایعات به فرد مسمومی که بیهوش است، خودداری نمایید.

برخی از مسمومیت‌ها ممکن است عوارض ناگوار، جبران‌ناپذیر و حتی معلولیت دائمی در فرد مسموم ایجاد نمایند. بنابراین پیشگیری از مسمومیت‌ها بسیار مهم است.

با مصرف خودسرانه داروها بدون تجویز پزشک، سلامت خود را به خطر نیندازید.

مقادیر بالای برخی از داروهای به ظاهر کم خطر، می‌توانند برای فرد کشنده باشد.

خطرات ناشی از مسمومیت در کودکان، خانم‌های باردار و افراد سالمند می‌تواند شدیدتر از دیگر افراد باشد.

آیا می‌دانید درمان مسمومیت‌ها و عوارض متعاقب آن سالانه هزینه سنگینی را بر جامعه تحمیل می‌نماید.

هرگز سعی نکنید با چشیدن و یا بوییدن یک ماده ناشناخته آن را شناسایی کنید.

اکثر مسمومیت‌های اتفاقی در کودکان زیر ۵ سال و به علت عدم توجه والدین رخ می‌دهند.

عمده‌ترین موارد مسمومیت در کودکان در اثر خوردن داروها، مواد شیمیایی و محصولات خانگی مانند مواد آرایشی بهداشتی، فرآورده‌های شوینده، سفیدکننده، لوله بازکن، لاک پاک‌کن (استون) و گیاهان آپارتمانی سمی بوده است.

علوم پزشکی تبریز - مرکز اطلاع‌رسانی داروها و سموم - هفته‌پیشگیری از مسمومیت‌ها

ایمن‌سازی منازل از نظر بروز مسمومیت‌ها

- داروها، محصولات شوینده و فرآورده‌های آرایشی-بهداشتی را دور از دسترس کودکان نگهداری کنید.؛
- قبل از دور انداختن ظروف حاوی مواد شیمیایی و شوینده داخل آن را آبکشی نمایید.؛
- داروها را دور از دید و دسترس کودکان و در ارتفاع بالا و در کمد مجهز به قفل نگه‌داری نمایید.؛
- محصولات خانگی خطرناک (مانند لوله بازکن، جوهر نمک، جرم‌گیر، محلول سفیدکننده و لک‌بر، مواد شوینده، گاز پاک‌کن، داروها و دیگر مواد شیمیایی) را در بسته بندی اصلی آن‌ها و با درب بسته نگهداری نمایید.؛
- از قرار دادن ظروف حاوی مواد شیمیایی در کنار مواد غذایی خودداری نمایید.؛
- از قرار دادن مواد شوینده در کمد‌های زیر ظرف شویی اجتناب نمایید. خطر مسمومیت در کودکان نوپا و کنجکاو از این طریق بسیار بالاست.؛
- چنانچه در منزل کودکی دارید، از قرار دادن خمیردندان، دهان‌شوی و یا دیگر فرآورده‌های آرایشی و بهداشتی و خوشبوکننده در دسترس کودکان خودداری نمایید.؛
- از نگهداری محصولات خطرناک مثل ضدیخ، شیشه پاک‌کن، بنزین، نفت، سموم علف‌کش، سموم حشره‌کش و کودهای باغبانی در کمد‌های بدون قفل در پارکینگ و حیاط منزل اجتناب نمایید.؛
- تمامی سموم مورداستفاده در منزل را در ظروف با درب غیرقابل دسترسی کودکان نگه‌داری نمایید.؛
- برچسب ظروف سموم و مواد دفع آفات را ابتدا کاملاً مطالعه کنید و سپس دقیقاً مطابق آن عمل نمایید.؛
- مخلوط کردن فرآورده‌های سفیدکننده با ترکیبات جرم‌بر به دلیل ایجاد گاز سمی خفه‌کننده، مطلقاً ممنوع است.؛
- موادمانند نفت و بنزین را در ظرف اصلی آن‌ها نگه‌داری کنید و از ریختن این مواد داخل ظروف مربوط به فرآورده‌های خوراکی و نوشیدنی مانند بطری خالی نوشابه جدا پرهیز کنید.؛
- از قرار دادن کیف دستی و ساک خرید و همچنین کیسه‌های نایلونی، در دسترس کودکان پرهیز کنید. این وسایل ممکن است سبب خفگی کودکان شوند.؛

- آسیب ناشی از مسمومیت می تواند جبران ناپذیر باشد. خانواده خود را محافظت کنید.
- نزدیک به 90% از مسمومیت ها در منازل رخ می دهند. خانه خود را نسبت به بروز مسمومیت ایمن نمایید.
- مسمومیت با گاز منو کسید کربن یکی از کشنده ترین مسمومیت های غیرعمدی در کشور ما است و شیوع آن در فصل سرما بالاتر است.
- آیا می دانید شایع ترین علت مراجعه مسمومیت به بیمارستان ها در اثر مسمومیت خوراکی با دارو است؟
- بیشترین مسمومیت های ارجاع شده به مراکز اطلاع رسانی داروها و سموم کشور و همچنین بیمارستان ها، مسمومیت های دارویی است.
- آیا از خطراتی که کودکان در منزل مادرزگها با آن ها روبرو هستند آگاهی دارید؟ منزل بستگان نزدیک را مانند منزل خود به منظور پیشگیری از مسمومیت ها، ایمن سازید.
- برای پیشگیری از مسمومیت دارویی کودک دلبندتان، از والدین خود بخواهید داروهای مصرفی خود را دور از دسترس کودکان نگهداری نمایند.
- در هنگام مراجعه به پزشک و دریافت دارو از داروخانه، والدین سالمند خود را همراهی نمایید تا از صحت نحوه مصرف دارو مطمئن شوید.
- در دوران سالمندی به دلیل تغییرات ساختار در اندام های داخلی مانند کبد، کلیه، میزان مایعات، عضلات و چربی بدن، تغییراتی در جذب و دفع داروها حادث خواهد شد و بی احتیایی به مصرف دقیق داروها می تواند منجر به مسمومیت شود.
- در برخی از سالمندان کاهش قدرت بینایی، شنوایی و فراموشی، می تواند منجر به بروز اشتباهاتی در ضمن مصرف داروها و در نتیجه بروز مسمومیت دارویی گردد.
- پزشکان و داروسازان در برخورد با بیماران سالمند باید از تفهیم نحوه مصرف دارو در ایشان اطمینان حاصل نمایند.
- بسیاری از سالمندان ناچار به مصرف داروهای متعددی در طول روز می باشند. استفاده از جعبه های تقسیم داروها می تواند کمک شایانی به پیشگیری از مسمومیت و مصرف داروی تکراری در ایشان می گردد.
- چنانچه والدین سالمند شما مجبور به مصرف دارو می باشند، به صورت دوره ای نحوه مصرف داروهای ایشان را کنترل نمایید تا از بروز مسمومیت دارویی پیشگیری شود.
- سالمندان محترم باید در مراجعه به پزشک، نام داروهای مصرفی خود را به همراه داشته باشند تا از تجویز مجدد داروها و مصرف هم زمان آن ها و یا بروز تداخلات خطرناک دارویی پیشگیری شود.
- مصرف خودسرانه داروها در سالمندان نسبت به دیگر افراد جامعه خطرناک تر است.