

بسم الله الرحمن الرحيم

مجموعه آموزشی داوطلبان سلامت

کتاب ششم □ مصرف منطقی دارو



اشکال دارویی و روش استفاده آنها

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

معاونت غذا و دارو

معاونت سلامت



عنوان: اشکال دارویی و روش استفاده از آنها

(از مجموعه آموزشی داوطلبان، سلامت کتاب ششم : آشنایی با مصرف منطقی دارو)

طراحی آموزشی : فاطمه رحمانی

متن اولیه : دکتر ولد خانی

بررسی و تأیید نهایی : دکتر ولد خانی - دکتر نوشین محمد حسینی - دکتر غلامحسن خدایی -

دکتر سید جواد حسینی - میترا توحیدی - دکتر وریا رحیمی - دکتر مصطفی قائمی نیا

تهیه شده در : وزارت بهداشت ، درمان و آموزش پزشکی ، معاونت سلامت ، معاونت غذا و دارو ،

-مرکز توسعه شبکه و ارتقاء سلامت - کمیته ترویج مصرف منطقی دارو

طراحی و صفحه آرایی :

نوبت چاپ : اول

تاریخ انتشار : ۱۳۸۸

تیراژ : ۶۰۰۰ نسخه

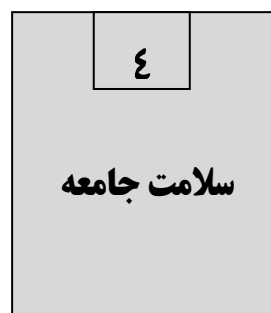
ناشر :

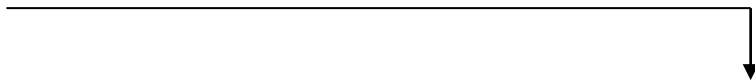
شابک :

چاپ : حق چاپ برای وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشکی محفوظ است

این کتاب توسط کارشناسان مشارکت ، مربیان و داوطلبان سلامت دردانشگاههای علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی خراسان رضوی ، شهید بهشتی و پیش آزمایی شده است

اجزای مجموعه آموزشی داوطلبان سلامت





۱	اشکال دارویی و روش استفاده از آنها	۲	مصرف منطقی دارو
۳	مصرف ویتامینها ومكملها	۴	گیاهان داروئی وداروهای گیاهی
۵	عوارض جانبی داروئی		

چگونه از این کتاب استفاده کنیم ؟

این کتاب از چه قسمتهایی تشکیل شده است ؟

قسمتهای اصلی این کتاب عبارتند از:

■ **مقدمه :** در ابتدای کتاب، یک توضیح مختصر درباره موضوع آن آورده شده است تا بتوانید با اهمیت موضوع و جنبه های مختلف آن آشنایی پیدا کنید.

■ **اهداف :** با مطالعه اهداف خواهید دانست که پس از پایان آموزش این کتاب، چه آگاهیها و مهارتهایی را به دست خواهید آورد.

■ **کاربردها :** با مطالعه این قسمت از برخی از کاربردهای مطالب این کتاب مطلع خواهید شد. بعضی از این کارها را می توان به تنهایی انجام داد ولی بعضی از آنها به اقدام گروهی شما نیاز دارد.

این فعالیتها فقط چند پیشنهاد هستند. چندین کار دیگر وجود دارد که به فکر شما و همکارانتان خواهد رسید و می توانید به این فهرست اضافه کنید.

■ **اطلاعات مورد نیاز از محله :** از آنجا که شما رابطین عزیز در جریان آموزش خود باید برای آموزش مردم محله برنامه ریزی کنید، لازم است مردم محله خودتان را بهتر بشناسید، باورها و سنتهای خوب و بد مردم را تشخیص دهید و نیازهای آنها را بدانید. برای این منظور بحثهایی در لابلای درسهایتان قرار داده شده که « در محله » به واقعیت نزدیکتر باشند، لازم است شما قبل از جلسه بحث، اطلاعاتی از مردم محله به دست بیاورید. سؤلهایی که در قسمت « اطلاعات مورد نیاز از محله » می بینید، خلاصه ای از سؤلهای «در محله» است. هدف این قسمت آماده کردن شما برای بحثهای بسیار مهم « در محله » است.

با مطالعه این قسمت خواهید دانست که باید برای چه مسائلی در روابط و رفتارهای مردم دقت بیشتری کنید.

■ **درسها :** مطالب این کتاب به صورت پاسخ چند سؤال مرتب شده است. برای روشن شدن موضوع، در پاسخ هر سؤال یک یا چند درس طراحی شده است. هر درس این کتاب از یک یا چند فعالیت آموزشی تشکیل شده است که با علامت ▼ مشخص شده اند. این فعالیتهای آموزشی انواع مختلفی دارند، از جمله :

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> بحث عمومی | <input type="checkbox"/> یک مشورت |
| <input type="checkbox"/> کار گروهی | <input type="checkbox"/> کار عملی |
| <input type="checkbox"/> یک یا چند مسئله | <input type="checkbox"/> بررسی نمونه |
| <input type="checkbox"/> مشاهده | <input type="checkbox"/> ماجرای تصویری |
| <input type="checkbox"/> بازدید | <input type="checkbox"/> داستان ناتمام |

اشکال دارونی و روش استفاده آنها ۴

این فعالیتها برای یادگیری دانستیهای بهداشتی و کسب مهارتهای عملی در هر درس گنجانده شده اند و در این فعالیتها مربی به شما کمک خواهد کرد تا تجربه، احساس و فکر خود را با سایر رابطین در میان بگذارید.

هر درسی در انتها چند دانستی بهداشتی دارد که در داخل یک مربع خاکستری آورده شده است.

انتظار می رود این دانستیها را پس از پایان بحث و فعالیت در خاطر نگه دارید. یک نوع خاص از فعالیتهای آموزشی بحثهای « در محله » است که در بالا توضیح داده شد. این بحثها از مهمترین قسمت های کتاب هستند که کمک می کنند مطالب کتاب به واقعیت های جامعه شما نزدیکتر شود. نتیجه بحثهای « در محله » در پایان دوره آموزشی این کتاب استفاده خواهد شد.

■ **تمرین انتقال پیامها :** آخرین سؤالی که در این کتاب باید پاسخ دهید آن است که : « چگونه پیامهایمان را به مردم انتقال دهیم ؟ ». فراموش نکنید که مهمترین انتظاری که نظام بهداشتی از شما دارد آن است که آموخته هایتان را به مردم محله و همسایه ها یتان منتقل کنید. برای این کار باید برنامه ریزی و تمرین کرد. نتیجه بحثهای « در محله » در این جلسات استفاده خواهد شد.

ابتدا باید مسائل مهم محله خودتان را شناسایی کنید و برای رفع آنها برنامه ریزی کنید. سپس به صورت گروهی برای تهیه پوستر، روزنامه دیواری، جزوه و ... با یکدیگر همکاری خواهید کرد. برای این که بتوانید در مقابل مردم خوب سخنرانی کنید، باید تمرین « چهره به چهره » را انجام دهید و برای همکاران خودتان صحبت کنید. دست آخر برای پیدا کردن مهارت کافی در گفتگو با مردم با «ایفای نقش» اشکالات ارتباطی خود را خواهید شناخت. آموزش این کتاب بدون برگزاری جلسات تمرین انتقال پیامها ناقص است. از مربی خود بخواهید حداقل ۳ جلسه را برای این فعالیتها اختصاص دهد.

■ **خودآزمایی :** پس از پایان آموزش هر کتاب، برای مطمئن شدن از یادگیری مطالب و استفاده صحیح از آنها می توانید به سؤالهای «خودآزمایی» پاسخ دهید.

سؤالهای « آیا می دانم؟ » مربوط به یادگیری دانستیهای بهداشتی است.

سؤالهای « آیا می توانیم ؟ » مربوط به کسب مهارتها است.

سؤالهای « آیا پیامهایمان را به مردم منتقل کرده ایم؟ » مربوط به فعالیتهایی است که باید برای آموزش مردم محله انجام شود.

سؤالهای « آیا کارهای ما مؤثر بوده است ؟ » مربوط به ارزشیابی فعالیت های شما است. با پاسخ به این سؤالها می توانید میزان موفقیت خود را بسنجید و اشکالهای کارتان را بشناسید.

چگونه این کتاب را انتخاب کنیم ؟

اگر این کتاب اولین یا تنها کتابی است که از مجموعه آموزشی رابطین بهداشت می بینید، دست نگه دارید. این مجموعه بیش از ۳۰ جلد کتاب دارد و شما می توانید بر حسب وضعیت محله خودتان و با کمک مربی خود کتابهایی را انتخاب کنید که بیشتر مورد نیاز شماست. وقت را با کتابهایی که مورد نیازتان نیست از دست ندهید. در صفحه داخلی جلد این کتاب، قسمت های مختلف مجموعه آموزشی شما معرفی شده است.

در چه مواقعی می توان از این کتاب استفاده کرد؟

■ **در کلاس آموزش :** شما این کتاب را در جریان آموزش خود از مرکز بهداشتی درمانی دریافت خواهید کرد و طبق برنامه ای که مربی خواهد ریخت، به تدریج آن را مطالعه خواهید کرد. مربی برای هر جلسه یک یا چند درس را در نظر خواهد گرفت. پس از پایان درسها طی سه جلسه یا بیشتر برای انتقال پیامها به مردم تمرین خواهید کرد.

■ **در آموزش مردم :** شما می توانید پس از پایان آموزش خودتان از بحثها و روشهایی که در این کتاب نوشته شده برای آموزش مردم محله استفاده کنید. بهتر است این روشها را با شرایط فرهنگی محله خودتان مطابقت دهید. به علاوه شما می توانید از تصاویر و نکته های این کتاب در مواد آموزشی که تهیه می کنید استفاده ببرید.

■ **برای یادآوری :** اگر مدتی پس از پایان آموزش، نکته هایی را فراموش کرده باشید می توانید با مراجعه به مربعهای خاکستری آنها را دوباره بخوانید.

■ **و یک استفاده دیگر:** شما می توانید این کتاب را برای مطالعه در اختیار افراد خانواده و همسایگان خود قرار دهید.

مقدمه.....	۸
اهداف.....	۸
کاربردها.....	۹
اطلاعات مورد نیاز از محله	۱۰
۱. اشکال دارویی وروش استفاده آنها چه اهمیتی دارد؟	۱۱
الف-چرا باید به دارو درمانی توجه کرد؟	۱۱
ب-وضعیت مصرف دارو توسط افراد محله چگونه است؟	۱۳
۲. انواع اشکال دارویی چگونه است؟	۱۵
۳. انواع اشکال دارویی چیست وروش استفاده آنها چگونه است؟	۱۷
الف - دارو های خوراکی به چه اشکالی وجود دارد وروش استفاده آنها چگونه است؟	۱۷
ب- رعایت چه نکاتی در مصرف اشکال دارویی خوراکی اهمیت دارد ؟	۲۱
پ-انواع اشکال دارویی موضعی (پوستی) چیست وروش استفاده از پیچ پوستی چگونه است ؟	۲۳
ت- وضعیت استفاده از اشکال دارویی موضعی توسط افراد محله چگونه است ؟	۲۶
ث-انواع اشکال دارویی تزریقی و راههای تزریق چیست ؟	۲۷
ج-داروهای چشمی به چه اشکالی وجود دارند وروش استفاده از قطره وپماد چشمی چگونه است ؟	۲۹
چ-چگونه می توان از فرآورده های مراقبت از لنزهای تماسی چشمی وچشمها استفاده نمود ؟	۳۲
ح-داروهای مورد استفاده درگوش به چه شکلی وجود دارند وروش استفاده از قطره گوش چگونه است؟	۳۵
خ-انواع اشکال دارویی بینی چیست وروش استفاده از آنها چگونه است؟	۳۷
د-انواع اشکال دارویی رکتال (مقعدی) چیست وروش استفاده از آنها چگونه است ؟	۳۹
ذ-انواع اشکال دارویی واژینال چیست وروش استفاده از قرص وپماد واژینال چگونه است ؟	۴۱
ر-وضعیت استفاده از اشکال دارویی واژینال توسط زنان محله چگونه است ؟	۴۴
ز-انواع اشکال دارویی تنفسی چیست ونحوه استفاده از آنرو سلها وپودرهای تنفسی چگونه است ؟	۴۵
۴. چگونه می توان داروهای مصرفی را در منزل نگهداری کرد؟	۴۸
الف- شرایط مناسب نگهداری دارو در منزل چیست؟	۴۸
ب- چه نکاتی برای نگهداری داروها در منزل اهمیت دارد؟	۵۱
پ- وضعیت نگهداری دارو توسط خانوارهای محله شما چگونه است؟	۵۳
۵. چگونه پیامهایمان را به مردم منتقل کنیم ؟	۵۵
- خودآزمایی؟	۵۷
-چگونه انتقال پیام های سلامتی به مردم را ارزیابی کنیم	۵۹
فهرست منابع	۶۴

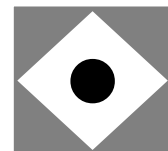
اشکال دارویی و روش استفاده از آنها

دارو ترکیبی است که در تامین سلامت جامعه از اهمیت حیاتی برخوردار است . درکشور ما سالانه بیش از ۲۲۵ میلیارد تومان یارانه دارویی هزینه می گردد . همین دلیل دارو به قیمت ارزانتر از نرخ واقعی آن در اختیار مردم قرار می گیرد . هدر دادن دارو در اثر مصرف بی رویه وعدم رعایت شرایط نگهداری ،علاوه بر وارد آوردن خسارت به اقتصاد ملی می تواند مشکلات جبران ناپذیری را برای سلامت جامعه به همراه داشته باشد . این حقیقتی هشدار دهنده است که حتی هنگامیکه تجویز دارو توسط پزشک و تهیه وپیچیدن نسخه توسط دارو ساز انجام می شود ، بازهم مصرف کنندگان ، تصمیم گیرندگان نهایی هستند .این تصمیمات معمولاً تحت تاثیر باورهای خانوادگی ، اجتماعی ، فرهنگی ومذهبی قرار می گیرد ، لذا مصرف کنندگان نیاز به اطلاعات دقیق درباره داروها، محدودیتهای دارویی وروش استفاده آنها وغیره دارند .

کتابی که پیش رو دارید ، تلاشی است در راستای شناخت انواع اشکال دارویی ونکاتی که باید در روش استفاده اشکال دارویی ونگهداری داروها مورد توجه عموم قرار بگیرد.

اهداف

- پس از پایان جلسه های آموزشی این کتاب انتظار می رود بتوانید :
۱. اشکال دارویی را برحسب راه ورود به بدن دسته بندی کنید .
 ۲. انواع هریک از اشکال دارویی را لیست کنید .
 ۳. ویژگیهای هریک از انواع اشکال دارویی را بیان نمائید .
 ۴. روش صحیح استفاده هریک از انواع اشکال دارویی را شرح دهید.
 ۵. نکاتی را که هنگام استفاده اشکال دارویی باید رعایت شود را توضیح دهید .
 ۶. شرایط مناسب نگهداری داروها را در منزل فهرست کنید.
 ۷. نکاتی که در نگهداری دارو در منزل اهمیت دارد را بیان کنید.



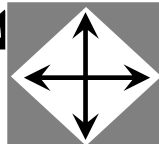
کاربردها

با یادگیری مطالب این کتاب خواهید توانست :

۱. اهمیت دارو را در زندگی امروزی و سلامت جامعه برای خانواده ها توضیح دهید.
۲. از مصرف بی رویه و نادرست داروها پرهیز کنید .
۳. خانوارهای محله را با انواع اشکال داروی آشنا کنید .
۴. روش استفاده صحیح هریک از اشکال دارویی را به خانوارهای محله و اطرافیان آموزش دهید
۵. کسانی را که در محله شما دارو استفاده می کنند راهنمایی کنید
۶. شرایط مناسب نگهداری دارو در منزل را برای مردم محله و اطرافیان توضیح دهید .
۷. به افراد محله و اطرافیان بیاموزید که برای استفاده و نگهداری داروها در منزل ، چه نکاتی را می بایست رعایت کنند.
۸. به خانوارهای محله و اطرافیان توضیح دهید که داروساز امین آنهاست و می توانند برای دریافت اطلاعات بسیاری از داروها از دارو سازان شاغل در داروخانه ها کمک بگیرند .

اشکال دارویی و روش استفاده

آنها

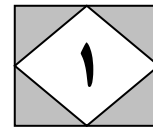


- برای این که بدانید مردم محله شما چه عقیده ای دارند.
- برای این که مهمترین نیازهای محله خود را شناسایی کنید.
- برای این که باورها و سنتهای خوب مردم محله خودتان را تشخیص دهید.
- برای این که پیامهای خودتان را با روش بهتری به مردم منتقل کنید.

قبل از شروع فعالیتهای آموزشی این کتاب به سؤالات زیر فکر کنید، در زندگی روزانه و معمولی خود با مردم و همسایه ها به دنبال پاسخ آنها باشید و در حین بحثها « در محله » به آنها پاسخ دهید. پاسخ این سؤالات در جلسات « چگونه پیامهایمان را به مردم منتقل کنیم؟ » استفاده خواهد شد.

- افراد محله شما معمولاً داروهای خود را از کجا تهیه می کنند؟
- مردم محله برای دریافت اطلاعات دارویی مورد نیاز شان به چه کسانی مراجعه می کنند؟
- مردم محله چه اطلاعاتی درباره انواع اشکال دارویی دارند؟
- آیا مصرف دارو در بین افراد محله زیاد است؟ کدام نوع از اشکال دارویی؟
- مصرف دارو در بین کدام گروه از افراد محله بیشتر دیده می شود؟
- آیا افراد محله داروهای مصرفی خود را به روش صحیح مصرف می کنند؟
- خانوارهای محله و اطرافیان شما داروهای مصرفی خود را در چه نقاطی از منزل و در چه شرایطی نگهداری می کنند؟
- آیا خانوارهای محله شما می دانند چه عواملی باعث فساد و تخریب داروها می شود؟
- خانوارهای محله و اطرافیان داروهایی را که قابلیت مصرف ندارند چگونه دور می ریزند؟

اشکال دارویی و روش استفاده آنها چه اهمیتی دارد ؟



الف- چرا باید به دارودرمانی توجه کرد؟

درس اول

▼ بحث گروهی

باراهنمایی مربی خود درباره سئوالات زیر بحث کنید .

۱- دارو چیست ؟.....

.....

۲- داروهای ضروری چه نقشی در سلامت جامعه می تواند داشته باشد ؟

.....

.....

۳- آیا داروها همیشه ناجی ما هستند؟

.....

۴- آیا میزان مصرف دارو در خانواده و اطرافیان شما زیاد است ؟ اگر بلی به نظر

شما علت چیست؟

.....

۵- مصرف بی رویه دارو چه عواقبی را می تواند داشته باشد

.....

- داروبه موادی گفته می شود که بیماری را متوقف یا معالجه ، نشانه های بیماری را التیام بخشد، درد را تسکین دهد و فواید دیگر داشته باشد .
- دارودرمانی در اثر افزایش طول عمر (سن) جمعیت ،افزایش شیوع بیماریهای مزمن وپدید آمدن بیماریهای عفونی جدید وگسترده شدن طیف داروهای موثر،رشد چشمگیری داشته است علاوه براین روز بروز بیشتر درمانهای دارویی برای بیماریهایی مانند طاسی سر ،خشکی پوست ، یا ناتوانی جنسی وارد بازار می شوند .
- دارو رکن اصلی درمان درد دنیا است و ۷۵درصد درمانها از طریق آن صورت می گیرد وروش استفاده صحیح آن نقش مهمی در زندگی امروزه و سلامت جامعه دارد .
- داروهایی که پزشکان تجویز می کنند هرساله زندگی میلیونها نفر را نجات می بخشد و مشکلات عدیده ای را حل می کنند ، اما می توانند در اثر استفاده غیر منطقی (خود درمانی) خطرناک باشند .
- فاصله دارو با اسم فقط یک قدم است وعدم شناخت دارو ، مصرف نادرست و بی رویه آن می تواند حتی مرگ مصرف کننده را به دنبال داشته باشد . واین امر در حال حاضر مورد بی توجهی مردم قرار گرفته است.
- وجود تبلیغات زیاد ونادرست داروها که از طریق مجلات ، اینترنت ، ماهواره و...انجام می شود ، عملاً مردم را به سمت مصرف داروهایی با ظاهر فریبنده ولی بی محتوا تشویق می نماید ، داروهایی که برخی از آنها به شکل قاچاق و با روشهای نادرست تهیه و نگهداری می شوند ، می توانند باعث پدید آمدن عوارض ومشکلات جدی برای سلامت وهدر رفتن هزینه ها شوند .
- مصرف بی رویه دارو علاوه برضرر جسمی به افراد ، سالانه میلیاردها تومان بابت آن توسط دولت هزینه می شود واین درحالی است که درصد بالایی ازاین داروها بدون دلیل پزشکی مصرف می شود وهیچ سودی برای فرد ندارد .

ب- وضعیت مصرف دارو توسط افراد محله چگونه است

▼ در محله

- افراد محله شما به هنگام ابتلا به بیماری چه اقدامی انجام می دهند ؟

.....

- آنان داروهای خود را از کجا تهیه می کنند ؟

.....

- چه کسانی را می شناسید که بطور بی رویه دارو مصرف می کنند ؟

.....

- آگاهیهای مردم محله شما در خصوص داروها و عواقب مصرف بی رویه آن چیست ؟

.....

- شما چگونه آنان را راهنمایی می کنید

.....

مسائل محله

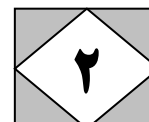
.....

.....

.....

.....

اشکال دارویی و روش



انواع اشکال دارویی چگونه است ؟

درس دوم

▼ کار گروهی

با برنامه قبلی داروهایی را که در منزل نگهداری می کنید به همراه خود به کلاس بیاورید ، به ۲گروه تقسیم شوید و در گروه خود ، فهرستی را از داروهای گروه تهیه کنید و درمورد راههای مصرف و شکل داروها بحث کنید .
-آیا می توانید اشکال داروهای لیست شده را برحسب راه مصرف آنها دسته بندی کنید ؟
-نظر گروه را در جدول ذیل یادداشت کنید

شماره	راه مصرف دارو	نام اشکال دارویی
۱		
۲		
۳		
۴		
۵		
۶		
۷		
۸		
۹		
۱۰		

از پزشک مرکز بهداشتی درمانی ویا مربی خود بخواهید درباره مفهوم اشکال دارویی توضیح دهد سپس باکمک ایشان مجدد جدول را بررسی و تصحیح کنید .

اشکال دارویی وروش استفاده

□ اشکال دارویی ، اشکال فیزیکی هستند که توسط آنها مولکولهای دارویی به داخل بدن انتقال می یابند در هر شکل دارویی ماده موثره دارویی به همراه ، یک یا چند ماده بی اثر وجود دارد که معمولاً جهت طعم و مزه و رنگ یا پایداری شیمیایی افزوده می شوند .

□ اغلب اثر بخشی یک دارو بستگی به شکل دارو و راه مصرف آن دارد واکثر داروها به شکلی تهیه شده اند که مصرف آنها راحت باشد و مقدار مصرف آنها بدرستی تنظیم شود و بهتر قابل استفاده باشد و مورد قبول بیمار (براساس شرایط بیمار) نیز قرار گیرد .

□ انواع اشکال دارویی به دسته جات زیر قابل تقسیم هستند :

۱- اشکال دارویی خوراکی: شامل محلولها ، سوسپانسیون ها ، پودرها ، قرصها و کپسولها می باشند . محلولها از انواع دیگر اشکال خوراکی سریع الاثر تر هستند .

۲- اشکال دارویی موضعی (پوستی): که شامل پمادها ، کرمها ، خمیرها ، ژلها ، کفها ، لوسیونها و پیچ ها هستند .

۳- اشکال دارویی تزریقی

۴- اشکال دارویی چشمی: که این اشکال شامل قطره ، پماد - ژل ، محلولهای شستشوی چشمی ، لنزها و محلولهای شستشوی لنز می باشد .

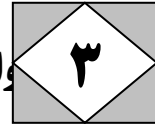
۵- اشکال دارویی گوشه: که به شکل قطره های گوشه وجود دارند .

۶- اشکال دارویی بینی: که به شکلهای قطره و اسپری های بینی می باشند .

۷- اشکال دارویی رکتال (مقعدی) : که شامل تنقیه و شیاف می باشند

۸- اشکال دارویی واژینال: شامل روشها ، دستگاههای درون رحم (آی یو دی) رینگ ، شیاف ، پماد، ژل و قرصهای واژینال می باشند .

۹- اشکال دارویی تنفسی: که به انواع ام دی ای (MDI) (آئروسلهای تنفسی با دوزهای تنظیم شده) دی پی ای (DPI) پودرهای خشک استنشاقی ونبولایزر تقسیم می شوند



۳ انواع اشکال دارویی چیست و روش استفاده آنها چگونه است ؟

الف- داروهای خوراکی به چه اشکالی وجود دارد و روش استفاده آنها چگونه است ؟

درس سوم

در محله ▼

- آیا در بین اطرافیان و یا افراد خانواده کسانی از اشکال دارویی خوراکی استفاده می کنند ؟

- اگر بلی ، شکل داروی خوراکی آنها چیست ؟

- آنان داروی خوراکی خود را از کجا تهیه می کنند ؟

- این افراد دارو خوراکی خود را چگونه استفاده می کنند

- شما چگونه آنان را راهنمایی می کنید ؟

بحث عمومی ▼

از مربی خود بخواهید نمونه ای از اشکال دارویی خوراکی را به کلاس شما بیاورد سپس داروها را با تصویر اشکال دارویی مطابقت دهید .



- به نظر شما فراوان ترین اشکال دارویی خوراکی کدام است ؟ نحوه استفاده آنها چگونه است ؟

اشکال دارویی و روش

.....

براساس بحث در محله با کمک مربی جدول ذیل را تکمیل کنید

.....

نحوه استفاده	انواع اشکال دارویی خوراکی	ردیف

اشکال دارویی وروش

□ اشکال دارویی خوراکی شامل محلولها ، سوسپانسیون ها، پودرها ، قرصها و کپسول ها می باشد . محلولها از انواع دیگر اشکال خوراکی سریع الاثر تر هستند

□ **محلولهای خوراکی :** به انواع شربت ، قطره و الگزیر تقسیم می شوند ، الگزیرها محلولهای الکلی هستند

-شربت‌ها از حل شدن مواد موثره دارو در شربت قند بدست می آید و الگزیرها محلولهایی هستند که از حل شدن ماده دارویی در الکل و شربت قند بدست می آید .

□ **سوسپانسیون ها :** پراکندگی هایی از ذرات ریز جامد در یک مایع هستند نکته مهم در مصرف سوسپانسیونها این است که حتماً قبل از مصرف تکان داده شوند چون سوسپانسیون ها تمایل به رسوب شدن دارند .

□ **پودرها :** به صورت ساشه برای یکبار مصرف بسته بندی می شوند . هر بسته بیش از مصرف در آب به صورت محلول یا سوسپانسیون درآمده و بلافاصله مصرف می شود .

□ **قرصها :** فراوان ترین اشکال دارویی هستند و به انواع زیر تقسیم می شوند :

-قرصهای ساده : اکثر قرصها به گونه ای طراحی شده اند که قورت داده شوند (قرصهای بلعیدنی)

-**قرصهای جوشان :** این قرصها را باید بلافاصله قبل از مصرف در یک لیوان آب سرد حل نموده و بعد از آنکه محلول کاملاً صاف و ساکن شد مصرف شود . این روش تهیه باعث کاهش تحریکات گوارشی و بیشتر شدن سرعت اثر قرصهای جوشان نسبت به قرصهای ساده می شود . قرصهای جوشان را پس از حل کردن در آب نباید به مدت زیادی نگهداری کرد مانند قرص جوشان ویتامین C

-**قرصهای جویدنی :** درموردی از این قرصها استفاده می شود که لازم است ماده دارویی از حفره دهان جذب شود و یا اینکه خرد شدن و تبدیل قرص به ذرات کوچک در دهان برای جذب آن ضروری است . قرصهای جویدنی در صورتی که بدون جویدن بلعیده شوند ، به دلیل عدم قابلیت جذب فاقد اثر درمانی خواهند بود مانند قرصهای ضد اسید معده و داروی مبندازول که یک داروی ضد کرم است .

قرصهای مکیدنی : با مکیدن آهسته در دهان حل شده و ماده دارویی آزاد می شود معمولاً از این قرصها برای اثر موضعی درحفره دهان ، مثلاً ضد عفونی نمودن مخاط گلو و دهان استفاده می شود .

قرصهای زیر زبانی یا گونه ای : در زیر زبان یا فاصله دندانها و گونه ها قرار گرفته ، از همان محل جذب می شوند . ویژگی این قرصها اثر بخشی سریع آنها به دلیل جذب بسیار سریع از مخاط گونه و زیر زبان می باشد مانند قرصهای نیترو گلیسرین که قرمز رنگ و شبیه دانه تسبیح است و در بیماریهای قلبی استفاده می شود . (در صورتیکه دارو بلعیده شود به وسیله شیر معده از بین می رود)

قرصهایی با آزاد سازی کنترل شده (آهسته رهش - پیوسته رهش) : قرصهایی هستند که استفاده از آنها سبب کاهش دفعات مصرف دارو و باعث پذیرش بهتر بیمار می شود . مصرف آنها معمولاً یکبار در روز می باشد .

□ **قرصها** را در تقسیم بندی دیگری به انواع اشکال ساده و پوشش دار نیز تقسیم می شوند . (اشکال پوشش دار شامل : فیلم کوتاه (با پوشش پلیمری) و دراز (با پوشش قندی) می باشند .) پوشش قرصها معمولاً برای پوشاندن طعم و بوی نامطلوب آنها می باشد برخی قرصها پوشش دار برای آزاد سازی دارو در روده طراحی شده اند (قرصهایی با پوشش روده ای) این قرصها را به هیچ عنوان نباید به دو نیم تقسیم کرد .

□ **کپسولها :** کپسولها را به دو دسته باپوشش ژلاتینی سخت و نرم تقسیم می کنند . کپسولها نسبت به قرصها از اثر بخشی سریعتری برخوردار هستند . کپسولها در اثر ماندن طولانی در هوای خشک

شکننده و خرد شده و محتویات آنها به بیرون نشت می کند و در شرایط رطوبت بالا نیز به دلیل نرم شدن ژلاتین پوشش آنها سوراخ شده محتویات به خارج نشت پیدا می کند و در هر دو حالت کیفیت مناسب برای مصرف را از دست می دهند . لذا باید از نگهداری کپسولها در شرایط خیلی خشک یا خیلی مرطوب خودداری نمود . خارج کردن کپسولها از ظرف محتوی آنها و نگهداری در شرایطی دیگر احتمال بروز این مشکلات را در آنها زیاد می کند .

ب - رعایت چه نکاتی در مصرف اشکال دارویی خوراکی اهمیت دارد؟

اشکال دارویی و روش

۱- اشرف خانم می گوید ، از بهورز خانه بهداشت شنیده که خوردن استامینوفن با غذاهای شیرین مثل بیسکویت ، خرما، مربا و غیره سازگار نیست و باعث کندی جذب دارو می شود .

۲- مریم خانم می گوید که پزشک هنگام تجویز قرصهای پوششدار بیزاکوریل توصیه کرده همراه شیر استفاده نکند زیرا شیر باعث از بین رفتن پوشش قرص درمعه و خراب شدن دارو می شود .

۳- هما خانم می گوید به توصیه کارمند بهداشتی پایگاه بهداشتی ، قرص و شربت آهن (فروس سولفات) را همراه چای مصرف نمی کند زیرا چای باعث جذب نشدن آهن می شود .

۴- سارا خانم می گوید پزشک برای ناراحتی معده او داروی آنتی اسید (شربت معده) تجویز کرده است و توصیه نموده که همراه داروهای دیگر استفاده نکند چون سبب کاهش جذب داروها میشود

درباره هریک از نمونه ها بحث کنید .

۵- اگر شما هم نمونه های دیگری از این نوع دستورات دارویی را از پزشک یا داروساز دریافت کرده اید برای سایر داوطلبان بیان کنید .

- آیا شما در هنگام مصرف دارو دستوراتی مانند «بعد از غذا» «قبل از غذا» همراه غذا و دریافت کرده اید ؟

.....
- به نظر شما دلایل و مفهوم هریک از این دستورات چیست ؟

.....
- اگر پزشک چند نوع دارو را برای درمان بیماری تجویز کند به نظر شما می توان داروها را با هم مصرف کرد ؟ آیا درمورد مصرف همزمان داروها از داروساز سؤال کرده اید ؟

.....
- نکاتی که در مصرف اشکال دارویی خوراکی باید در نظر داشت :
□ برای حداکثر جذب بهتر است دارو همراه غذا مصرف نشود مگر درمورد داروهایی که مصرف همراه غذا در دستور مصرف آنها ذکر شده باشد .
□ برای به حداقل رساندن تداخل دارو و غذا باید آن را نیم ساعت قبل از غذا یا دو ساعت پس از آن مصرف نمود .

□ مصرف داروها به طور همزمان می توانند سبب بروز تداخل در اثرات آنها شود لذا در مصرف همزمان داروها باید به بروشور آنها مراجعه و با داروساز مشورت نمود .

□ باید در نظر داشت شرایط متفاوت جسمی ، روحی - روانی ، غذاهای متفاوت ، مصرف سیگار و الکل ورزش می تواند در اثربخشی داروها موثر باشد .
□ قرص و کپسول حتماً به همراه یک یا چند لیوان آب مصرف شود و خوردن آب به همراه قرص یا کپسول سرعت باز شدن و هضم آنها را افزایش می دهد .
□ قرصهای بلعیدنی و کپسول را به هیچ وجه نباید با آب دهان قورت داد چون ممکن است به جدار مری چسبیده و عوارض خطرناک بوجود آورد
□ هنگام مصرف قرص یا کپسول بیمار حتی الامکان وضعیت ایستاده داشته باشد

پ- انواع اشکال دارویی موضعی (پوستی) چیست و روش استعمال داروئی و روش چگونه است ؟

اشکال داروئی و روش

کدامیک از انواع اشکال دارویی پوستی را می شناسید؟

.....

.....

آیا از اشکال دارویی پوستی استفاده می کنید ؟

.....

اگر بلی ، نام فراورده دارویی و کاربرد آن چیست ؟

.....

▼ کار گروهی

به چند گروه تقسیم شوید و درباره هریک از اشکال دارویی پوستی بحث کنید
سپس درمقابل هریک از اشکال دارویی ، عنوان دارو و نام یکی از فرآورده های
دارویی را ذکر کنید

اشکال داروهای پوستی	عنوان داروی پوستی	نام یکی از فرآوردهای دارویی

با برنامه قبلی از پزشک مرکز و یا مربی خود بخواهید نمونه ای از اشکال دارویی
پوستی را به کلاس شما بیاورد و درباره آن توضیح دهد سپس با کمک ایشان مجدد
جدول را بررسی و تصحیح کنید.

اشکال دارویی و روش استفاده آنها ۲۳

دانستنیهای سلامتی

□ اشکال دارویی موضعی (پوستی) شامل پمادها، کرمها، خمیرها، ژلها، کفها، لوسیون ها و پیچ ها هستند .

□ پماد: چرب ترین نوع اشکال پوستی است که به دلیل چربی بالا سر خوبی روی پوست دربرابر از دست دادن رطوبت ایجاد می کند .

□ کرم : به انواع امولسیونهای روغن درآب و آب درروغن تقسیم می شوند . پایه کرم قابلیت نفوذ مناسبی درون پوست دارد لذا درمورد داروهایی که نفوذ آن به پوست مهم است کاربرد دارد.

□ خمیر : حجم زیاد ماده جامد درخمیرها سبب سختی بیشتر آنها نسبت به پمادها می شود . خمیر دندانها دراین دسته قرار می گیرند .

□ ژل : وقتی پایه چرب قابل استفاده نباشد به کارمی رود . مثلاً درشرایطی که دارو رسانی به پوست سرمد نظر پزشک باشد پایه چرب مانع از جذب مناسب دارو می گردد ولذا از ژل که پایه محلول درآب دارد استفاده می شود .

□ کف: بیشتر جهت دارورسانی مواد ضد عفونی کننده و یادارورسانی به پوست سر به کار می رود .

□ لوسیون : محلولی است که حامل ماده موثره دارویی می باشد .

□ لینیمان :بالم نیز نامیده میشود به لحاظ قوام شبیه لوسیون می باشد تفاوت آن با لوسیون این است که کاربرد آن می بایست همراه با مالش موضع باشد . معمولاً برای کاهش درد ویا گرفتگی عضلات به کار می رود . درآنها محلولهایی نظر آستون یا الکل به کار می رود که تبخیر می شود و ماده دارویی نظیر متیل سالی سیلات در موضع باقی می ماند .

□ پیچ(Patch) : پیچها اشکال دارویی هستند که به صورت چسب برای مدت زمان مشخصی روی پوست چسبانیده شده اثرات سیستمیک ایجاد می نمایند

در صورتی که به دلیل رطوبت زیاد ویا هر دلیل دیگری پیش از اشکال دارویی وروش

پوست جدانشده و قابلیت چسبیدن به بدن را از دست بدهد . دیگر قابل استفاده نخواهد بود .

□ روش استفاده از پچ پوستی :

۱- محل چسباندن پچ درون بروشور دارو ذکر شده است . دراین مورد می توانید با دکتر داروساز نیز مشورت نمایید .

۲- هرگز پچ را روی پوست خراشیده یا آسیب دیده بکار نبرید

۳- هرگز پچ را روز چینهای پوست با محلهایی که لباس تنگ می پوشید استفاده نکنید . در صورتیکه دردراز مدت از چنن فرآورده های دارویی استفاده می کنید محل چسباندن آن را تغییر دهید

۴- هنگام چسباندن پچ باید دستهایتان تمیز و خشک باشد

۵- محل چسباندن پچ را تمیز و خشک نمایید .

۶- پچ را از بسته بندی خارج کنید . دقت نمایید دست شما با سمی که دارو دارد تماس نیابد .

۷- پچ را روی پوست قرارداده و محکم فشار دهید لبه های آنرا مالش دهید تا کامل بچسبد

۸- براساس دستورالعمل ذکر شده در بروشور پچ را پس از مصرف از پوست بکنید .

اشکال دارویی و روش

ت- وضعیت استفاده از اشکال دارویی موضعی توسط افراد محله ۳

▼ در محله

- آیا استفاده از داروهای پوستی در بین افراد محله اطرافیان شما امر شایعی است؟

.....

.....

- اگر بلی ، کدام یک از اشکال دارویی پوستی بیشتر مورد استفاده قرار می گیرد ؟

.....

.....

- آنان اطلاعات مورد نیاز شان را درباره داروهای پوستی از کجا بدست می آورند ؟

.....

.....

- این افراد در مورد داروی مصرفی خود و روش استفاده از آن چه اطلاعاتی دارند؟

.....

.....

- شما چگونه آنان را راهنمایی می کنید؟

.....

.....

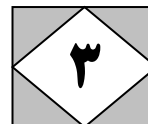
مسایل محله

.....

.....

اشکال دارویی و روش

.....



ث-انواع اشکال دارویی تزریقی و راههای تزریق چیست ؟

درس ششم

▼ سخنرانی

از پزشک مرکز بهداشتی درمانی ویا مربی خود بخواهید نمونه هایی از انواع اشکال دارویی تزریقی را به کلاس شما بیاورد و درباره آنها برای شما توضیح داده و به سئوالات زیر پاسخ دهد .

خلاصه ای از آنچه برداشت می کنید درمقابل هر سئوال بنویسید .

-انواع اشکال دارویی تزریقی چیست ؟

.....

-راههای تزریق داروهای تزریقی چیست ؟

.....

تزریق داروها برحسب راههای تزریق توسط چه کسانی انجام می شود؟

.....

.....

۶

دانستنیهای سلامتی

□ داروهای تزریقی یا محلول قابل تزریق ، محلولی است استریل که حاوی یک یا چند ماده دارویی است واز طریق تزریق وریدی ، عضلانی و زیر جلدی به کار می رود . نوع تزریق به ماهیت دارو وشرایط درمان بستگی دارد. انتخاب نوع تزریق بستگی کامل به نوع و مقدار و همچنین زمان اثر دارو دارد (درمواردی که میسر باشد همیشه راه خوراکی دارو ترجیح داده می شود)

داروهای تزریقی را می توان به راههای زیر وارد بدن کرد

□ تزریق زیر پوستی : دارو مستقیماً به زیر سطح پوست تزریق می شود و هنگام تزریق دقت می شود در رگهای خونی فرو نرود . اثر بخشی آن آهسته تر از انواع تزریق عضلانی و وریدی است . ماساژ محل تزریق می تواند سرعت جذب را افزایش دهد .

□ **تزریق عضلانی:** دارو در عضله (معمولاً عضله ران ، بازو و کفل) تزریق می شود . دارو از این طریق زودتر از راه زیر پوستی جذب می شود . زیرا در عضلات عروق (رگهای) بیشتری وجود دارد . در صورتیکه بخواهند اثر دارد فوراً ظاهر شود و ضمناً نتوان از راه وریدی تزریق نمود از راه عضلانی تزریق می شود .

داروهای غیر یخچالی باید دور از نور آفتاب، رطوبت و حرارت نگهداری شوند زیرا بیشتر داروها نسبت به نور ، رطوبت و دما حساس هستند و زودتر خراب می شوند.

□ از نگهداری داروها در جاهای خیلی سرد که ممکن است یخ بزنند پیشگیری شود.

□ از نگهداری داروهای بدون بر چسب و یا داروهای فله ای در منزل و یا محل کار خودداری شود و می بایست آنها دور ریخته شوند.

و برای تزریق حجمهای ۱/۵ تا ۲ میلی لیتر دارو به کار می رود . باید دقت نمود تزریق داخل رگهای خونی صورت نگیرد . معمولاً پس از ۲۰-۱۵ دقیقه دارو شروع به اثر می کند .

□ **تزریق وریدی:** دارو مستقیماً به داخل رگ تزریق می شود و داخل خون می گردد و تاثیر دارو بسیار سریع است . تزریق از این راه نباید خیلی سریع صورت گیرد . زیرا سبب شوک تزریقی شده و می تواند روی قلب و مغز اثر سوء داشته باشد . این نوع تزریق برای تزریق حجمهای ۱ تا ۱۰۰۰ میلی لیتر بکار می رود

□ **راههای دیگر تزریق** نظیر داخل سرخرگی درون مفصل ، درون نخاع ، داخل پوست نیز وجود دارد که کاربرد خاص خود را داشته و توسط متخصصین مربوطه انجام می شوند

□ **برخی محلولها با حجم بالا** شبیه محلولهای تزریقی تهیه شده و می بایست استریل تهیه شوند که جهت شستشوی زخمها و حفرات بدن کاربرد دارند و باید توجه نمود این محلولها قابلیت تزریق ندارند و پس از باز شدن خاصیت استریل خود را از دست می دهند

ج - داروهای چشمی به چه اشکالی وجود دارند و روش استفاده از قطره و پماد چشمی چگونه است ؟

درس هفتم

▼ بررسی نمونه

مینا خانم پسرش را به علت قرمزی و تورم چشمها نزد پزشک برد و پزشک ۲ نوع قطره (هر ۸ ساعت یک قطره) و یک پماد چشمی (برای استفاده قبل از خواب) تجویز کرد . مینا خانم هنگام مشاهده بسته بندی داروها متوجه شد ۲ ماه پیش پزشک از همان پماد چشمی برای دخترش اکرم تجویز کرده بود . تصمیم گرفت بسته پماد چشمی جدید را باز نکند و از باقی مانده پماد چشمی اکرم که در منزل نگهداری کرده است استفاده نماید .

مینا خانم هنگام استفاده از قطره چشمی ، ابتدا دستهایش را با آب و صابون می شوید و سپس علی را به پشت خوابانیده و با یک دست پلکهای چشم علی را باز نگه می دارد تا هنگام ریختن قطره ها پلک نزد . سپس از هر کدام از قطره ها یک قطره را بر روی کره چشم می چکاند ، البته چشمان علی برای دقایقی دچار سوزش می شود . شب هنگام ، مینا خانم با استفاده از باقی مانده پماد چشمی که در منزل دارد ، با کشیدن نوک پماد ، بین پلکها بسته علی ، نواری از پماد را بر روی پلکها قرار می دهد .

درباره نمونه ذکر شده با یکدیگر گفت و گو کنید .

به نظر شما اشکالات کار مینا خانم چیست ؟

۱- ۲-.....

۳-..... ۴-.....

۵-..... ۶-.....

از مربی خود بخواهید نمونه ای از اشکال داروئی چشمی و یک عروسک را به کلاس شما بیاورد، سپس با کمک مربی خود ودانستیهای زیر و تصاویر مربوط، هریک از شما داوطلبان نحوه و مراحل استفاده صحیح هریک قطره و پماد چشمی را بر روی چشم عروسک بطور عملی تمرین کنید.

اشکال داروئی چشمی شامل قطره، پماد، ژل، محلولهای شستشوی چشمی، لنزها و محلولهای شستشوی لنز می باشد.

□ اشکال داروئی چشمی حتماً بایستی استریل باشند و ذره نباید در این اشکال وجود داشته باشد.

□ قطره ها :

قطره ها رایج ترین اشکال چشمی هستند. روش استفاده از اشکال داروئی مورد استفاده در چشم اهمیت زیادی دارد. برای افراد مسن، دارای مشکل بینایی یا بینایی کم، آرتريت () و گلو کرم () لازم است سایر افراد برای ریختن قطره کمک کنند.

– در مصرف قطره های چشمی، یکسان بودن مقدار قطره مصرفی (دوز مصرفی) و پرهیز از آلوده شدن ظرف آن بسیار مهم است.

– هنگام استفاده دستها باید کاملاً شسته و تمیز بوده و قطره چکان با چشم و اطراف آن یا هر سطح دیگری تماس پیدا نکند.

– قطره باید درون پلک ریخته شود، نه روی کره چشم و پس از چکاندن هر قطره چشمها باید به مدت ۲ دقیقه بسته نگهداشته شوند.

□ روش استفاده از قطره چشمی :

۱- دستان خود را بشویید.

۲- مراقب باشید دستان با نوک قطره چکان تماس پیدا نکند.

۳- به سمت بالا نگاه کنید.

- ۴- پلک زیرین را به سمت پایین بکشید تا حفره ای بین پلک و چشم ایجاد شود .
- ۵- تاجایی که ممکن است قطره چکان را به این حفره نزدیک کنید ، مراقب باشید قطره چکان با چشم شما تماس پیدا نکند .
- ۶- به میزان تجویز شده از دارو را در حفره چشم بچکانید و پلک زیرین را رها کنید .
- ۷- چشم هارا به مدت ۲ دقیقه ببندید . دقت نمایید چشمها نباید خیلی محکم فشرده شوند .
- ۸- مایع اضافی را با یک دستمال کاغذی از دور چشم پاک کنید
- ۹- در صورتیکه بیش از یک نوع قطره چشمی تجویز شده باشد ، حداقل ۵ دقیقه بین استفاده دو نوع قطره فاصله بگذارید (بعد از ریختن قطره اول حداقل ۵ دقیقه صبر کنید و بعد قطره بعدی را در چشم بریزید)
- ۱۰- قطره های چشمی ممکن است احساس سوزش در چشم ایجاد نمایند که البته نباید بیش از چند دقیقه طول بکشد ، در صورتی که بیش از این طول کشید با پزشک یا داروساز مشورت نمایید .
- نحوه استفاده از پماد چشمی :
- ۱- دستان خود را بشویید .
- ۲- مراقب باشید سر تیوپ با چیزی تماس پیدا نکند
- ۳- سر را کمی به عقب خم کنید
- ۴- تیوپ را بایک دست نگاه دارید و با دست دیگر پلک زیرین را به پایین بکشید تا حفره ای بین پلک و کره چشم ایجاد شود .
- ۵- تا جایی که ممکن است سر تیوپ را به این حفره نزدیک کنید .
- ۶- مقدار تجویز شده از پماد را در این حفره قرار دهید .
- ۷- چشمها را به مدت ۲ دقیقه ببندید
- ۸- پماد اضافی را با دستمال کاغذی تمیز از اطراف چشم تمیز کنید .
- ۹- سر تیوپ را بایک دستمال دیگر تمیز کنید .
- قطره ها و پمادهای چشمی حداکثر یکماه پس از باز شدن درب آنها باید دور ریخته شوند.
- رگز از قطره و یا پماد چشمی دیگران استفاده نکنید زیرا احتمال آلودگی این داروهای چشمی در حین مصرف بسیار بالاست .

- داروهای چشمی برای مصرف بیش از سه روز توصیه نمی شوند . در صورتیکه پس از ۳ روز هنوز هم ناراحتی چشم ادامه دارد ، حتماً به پزشک مراجعه کنید .

□ لنزهای تماس چشمی :

-لنزهای تماس را به انواع طبی و آرایشی تقسیم می کنند.

-لنزها انواع نرم و سخت دارند . پس از گذشت مدت زمان ذکر شده درخصوص زمان استفاده از لنزها باید آنها را دور انداخت (هفتگی ، ماهانه ، روزانه)

-به تاریخ انقضای ذکرشده روی لنزها بایستی توجه نمود .

-اگر از لنزهای تماسی چشمی (خصوصاً نوع نرم) استفاده می کنید، درصورت بروز هرگونه تاری دید یا حساسیت نسبت به نور ، فوراً با پزشک تماس بگیرید .

چ - چگونه می توان ازفرآورده های مراقبت از لنزهای تماسی چشمی وچشمها استفاده نمود ؟

درس هشتم

▼ مشاهده وبحث عمومی

بابرنامه قبلی از پزشک مرکز ویا مربی خود بخواهید نمونه ای از انواع لنزهای تماسی چشمی وفرآورده های مورد استفاده برای مراقبت از لنزها و چشمها را به کلاس شما بیاورد ، درباره موارد استفاده از آنها برای شما توضیح داده و روش استفاده ازآنها را نیز نشان دهد .

ابتدا با دقت مشاهده کنید و خلاصه ای از آنچه را برداشت می کنید درمقابل هرسئوال یادداشت کنید .

-انواع لنزهای تماس چشمی چیست ؟

.....

-چه فراورده هایی برای مراقبت از لنز تماسی چشمی و چشمها درحین استفاده از لنز وجود دارد ؟

.....

-چگونه می توان از آنها استفاده نمود ؟

.....

.....

▼ یک ماجرای واقعی

افسانه خانم تقریباً از ۶ ماه گذشته با مراجعه به چشم پزشک ، بجای عینک طبی از لنز تماسی چشمی استفاده می کند ، اما از ۲ روز پیش دچار تاری دید و سوزش چشم شده است .

درباره علت ناراحتی چشمی افسانه خانم چه فکر می کنید ؟

به نظر شما افسانه خانم برای رفع ناراحتی چشمی چه کار باید انجام دهد ؟

.....
.....

۸

دانستیهای سلامتی

□ برای مراقبت از لنزها و مراقبت از چشمها حین استفاده از لنزها فرآورده های متفاوتی وجود دارند که شامل موارد ذیل است :

۱- **محلولهای چند کاره :** برای ضد عفونی ، شستشو ، آبکشی و نگهداری لنز بکار می روند .

۲- **قرصهای آنزیمی :** برای برداشتن رسوب پروتئین از روی لنزها به صورت هفته ای یکبار کاربرد دارد .

۳- **محلولهای نمکی (سالین) :** برای آبکشی لنز پس از شستشو بکار می روند .

۴- **محلولهای شستشوی روزانه :** چند قطره درحالیکه لنز درکف دست قرار دارد روی لنز ریخته شده و هر دو طرف آن به مدت ۲۰ ثانیه با انگشتان مالش داده می شود. ناخنهای بلند ممکن است سبب خراشیدگی و پارگی لنز شوند .

۵- **محلولهای ضد عفونی کننده :** محلول هیدروژن پراکساید برای ضدعفونی لنز استفاده می شود . پس از استفاده از آن باید حتماً لنز را با محلول آبکشی شستشو نمود تا باقیمانده محلول (هیدروژن پراکساید) روی لنز از بین برود . در صورت تماس این محلول با چشم باید چشم را به سرعت شستشوداده و به پزشک مراجعه شود .

۶- محلولهای مرطوب کننده چشم : برای رفع اصطکاک بین لنز و پلکها و رفع خشکی چشم استفاده می شوند .

- هنگام استفاده از این فرآورده ها باید از همخوانی آن با نوع لنز مورد استفاده اطمینان حاصل نمود .

- هرگز نباید لنز را با آب معمولی شستشو داد زیرا می تواند سبب بروز آلودگی و ایجاد صدمات جبران ناپذیر به چشم می گردد .

- توجه داشته باشید که رعایت بهداشت محلول نگهدارنده لنز و جا لنزی ، تعویض مرتب و بموقع آنها و انتخاب محلولهای نگهدارنده ای که با نوع لنز و چشم شما سازگاری کامل داشته باشند در آسایش و آرامش شما نقش زیادی دارند

▼ در محله

- در میان افراد محله چه کسانی از داروهای چشمی استفاده می کنند ؟

.....

- این افراد بیشتر کدام نوع از اشکال دارویی چشمی را استفاده می کنند ؟

.....

- آیا آنان داروی چشمی را به روش درستی استفاده می کنند ؟.....

.....

- مردم محله درباره لنزهای تماس چشمی و مراقبت از آنها چه اطلاعاتی دارند .

.....

- شما چگونه آنها را راهنمایی می کنید ؟.....

.....

▼ مسائل محله

.....

اشکال دارویی و روش

ح- داروهای مورد استفاده در گوش به چه شکلی وجود دارند و روش استفاده آن چگونه است ؟

▼ در محله

- آیا در اطرافیان و یا خانوارهای محله شما فردی را می شناسید که دچار عفونت گوش شده باشد ؟.....

.....

- اگر بله ، آیا برای درمان عفونت گوش به پزشک مراجعه کرده است ؟

.....

- اگر بلی ، آیا پزشک برای درمان بیماری قطره گوش تجویز کرده است ؟

.....

- مردم محله درباره نحوه استفاده از قطره گوش چه اطلاعاتی دارند ؟

.....

- شما چگونه آنها را راهنمایی می کنید ؟

.....

▼ کار عملی

با برنامه قبلی نمونه ای از قطره های گوش را که در منزل خود و یا اطرافیان دارید با یک عروسک به کلاس بیاورید و براساس نتایج بحث در محله و با راهنمایی مربی و دانستنیهای درس ، مراحل استفاده صحیح از قطره گوش را بر روی عروسک بطور عملی تمرین کنید .

اشکال دارویی و روش

ح- داروهای مورد استفاده در گوش به چه شکلی وجود دارند و روش استفاده از قطره گوش چگونه است ؟

درس نهم

▼ یک مشورت

مریم خانم ، کودک دوساله اش را به علت گوش درد نزد پزشک برد و پزشک علاوه بر شربت یک قطره برای داخل گوشهای کودک تجویز کرده است .
مریم خانم برای آگاهی از نحوه استفاده صحیح قطره گوش ، سراغ سمانه خانم ، رابط سلامت محله رفته و از او راهنمایی می خواهد و....
اگر شما به جای سمانه خانم بودید ، چگونه مریم خانم را راهنمایی می کنید
.....

.....

▼ کار عملی

بافرنامه قبلی نمونه ای از قطره های گوش را که در منزل خود ویا اطرافیان دارید به همراه یک عروسک به کلاس بیاورید ، براساس نتایج مشورت وبا راهنمایی مربی ودانستنیهای درس ، مراحل استفاده صحیح از قطره گوش را برروی عروسک بطور عملی تمرین کنید

قطره های گوشى برای درمان یا پیشگیری از عفونتهای گوش به کار می روند . اشکال بدون نسخه نیز وجود دارد که برای شناگران قابل استفاده است . این قطره ها حاوی الکل و استیک اسید هستند که برای خشک کردن حفره گوش و جلوگیری از رشد عفونت بکار می روند .

□ روش استفاده از قطره گوشى :

- ۱-قطره گوش را با نگاه داشتن آن در دستها یا زیر بغل به مدت چند دقیقه گرم کنید برای این کار از آب گرم استفاده نکنید زیرا دمای آن قابل کنترل نمی باشد .
- ۲-سر را به پهلو خم کنید یا به پهلو دراز بکشید .
- ۳-لاله گوش را به ملایمت بکشید تا حفره گوش نمایان شود .
- ۴-میزان قطره تجویز شده را در حفره گوش بچکانید.
- ۵-پنج دقیقه صبر کنید و سپس روش فوق را برای گوش دیگر تکرار نمایید .
- ۶-در صورتی که سازنده قطره توصیه کرده باشد می توانید از پنبه برای بستن حفره گوش پس از چکاندن قطره استفاده کنید.
- ۷-قطره های گوشى نباید بیش از چند دقیقه سوزش یا گزش ایجاد نمایند .

خ-انواع اشکال دارویی بینی چیست و روش استفاده از آنها چگونه است ؟

درس دهم

▼ مشورت

مادر بزرگ من بیمار است و شب قبل نزد پزشک رفته و داروهای تجویز شده را نیز از داروخانه تهیه کرده است . من برای کمک به مادر بزرگ به منزلشان رفته ام ، مادر بزرگ داروهایش را نزد من آورد و خواست نحوه استفاده از داروئی را که بر روی بسته آن نوشته شده بود از راه بینی اسپری شود را برای او توضیح دهم و....

اگر شما به جای من بودید ، مادر بزرگ را چگونه راهنمایی می کردید ؟

.....

.....

▼ کار عملی

با برنامه قبلی از مربی خود بخواهید نمونه هایی از اشکال دارویی بینی را با یک عروسک به کلاس شما بیاورد و نحوه استفاده آنها را بر روی عروسک نشان دهد ، سپس هریک از شما نیز یکبار نحوه استفاده صحیح اشکال دارویی بینی را بر روی عروسک تمرین کنید .

۱۰

دانستنیهای سلامتی

اشکال دارویی بینی یا به منظور اثر موضعی () شامل ضد احتقان () و ضد التهاب () و یا به منظور اثر بخشی سیستمیک (عمومی) به کار می روند . اشکال قطره و اسپری های بینی در این دسته قرار می گیرند .

روش استفاده از قطره بینی :

- ۱- داخل بینی را با فین کردن تمیز کنید
- ۲- روی زمین بنشینید و سر را به شدت به عقب خم کنید یا روی زمین دراز بکشید و یک بالش زیر شانه های خود قرار دهید ، سر را مستقیم نگاه دارید .
- ۳- قطره چکان را به میزان یک سانتی متر درون حفره بینی فرو کنید .
- ۴- میزان قطره تجویز شده را درون بینی بچکانید .
- ۵- بلافاصله سر را به شدت به سمت جلو خم کنید (طوری که سربین زانوها قرار گیرد) .

- ۶- پس از چند ثانیه مستقیم بنشینید ، دراین حالت قطره به حلق جریان می یابد.
- ۷- برای حفره دیگر بینی موارد فوق را تکرار نمایید .
- ۸- قطره چکان را با آب جوشیده بشویید

□ روش استفاده از اسپری بینی

- ۱- داخل بینی را با فین کردن تمیز کنید.
- ۲- درحالی که سر کمی به سمت جلو خم شده است روی زمین بنشینید .
- ۳- اسپری را تکان دهید.
- ۴- نوک اسپری را وارد بینی نمایید.
- ۵- حفره دیگر بینی و دهان خود را ببندید .
- ۶- اسپری را فشار دهید و آهسته عمل دم را انجام دهید .
- ۷- نوک اسپری را از بینی خارج کنید و سر را به جلو کنید (طوری که سر بین زانوها قرار گیرد).
- ۸- پس از چند لحظه بنشینید ، اسپری به حلق جریان پیدا خواهد کرد .
- ۹- از راه دهان نفس بکشید
- ۱۰- در صورت لزوم مراحل فوق را برای حفره دیگر بینی تکرار کنید
- ۱۱- نوک اسپری را با آب جوشیده بشویید .

د - انواع اشکال دارویی رکتال (مقعدی) چیست و نحوه استفاده از آنها چگونه است ؟

درس یازدهم

▼ بحث عمومی

با برنامه قبلی در بین داروهایی که در منزل دارید ، داروهای مورد استفاده از راه مقعد را جستجو کنید و آنها را به همراه خود به کلاس بیاورید و چنانچه تاکنون از اشکال دارویی مقعدی استفاده کرده اید ، تجربه استفاده از داروی مقعدی را برای سایر داوطلبان بازگو کنید .

.....

.....

سپس به تصاویر زیر توجه کنید

▼ کار عملی

از مربی خود بخواهید روش استفاده از شیاف را بر روی عروسک به شما نشان دهد ، سپس هر کدام ، یک بار روش استفاده از شیاف را بر روی عروسک تمرین کنید

دانستنیهای سلامتی

اشکال دارویی و روش

□ اشکال دارویی رکताल شامل تنقیه وشیاف می باشد

□ **تنقیه (انما) :** اشکال دارویی هستند که از راه مخرج وارد روده بزرگ می شوند و معمولاً برای رفع یبوست بکار می روند نظیر محلولهای سدیم سولفات

□ **شیافها** معمولاً درشرایطی که فرد قادر به مصرف قرص یا شربت و سایر اشکال خوراکی نمی باشد نظیرمواقعی که تهوع دارد به کار می رود.

-شیاف دارای اثرات موضعی () و سیستمیک (عمومی) هستند .

-اشکال جامدی هستند که درمحل مایع شده (نوب) و ماده دارویی را آزاد می کنند .

-به عنوان مسهل () ، ضددرد نظیر استامینوفن و آسپرین به کار می روند . اگر به عنوان مسهل استفاده نمی شوند بهتر است پس از دفع مدفوع به کار روند تا انحلال (نوب) و جذب آنها کامل صورت گیرد .

□ روش استفاده از شیاف:

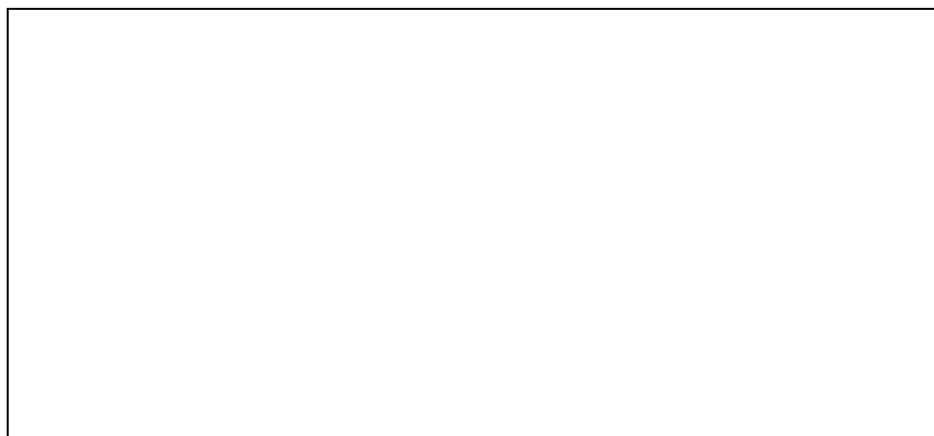
- ۱-دستهای خودرابشوید .
- ۲-شیاف را از بسته خارج کنید .
- ۳-در صورتیکه شیاف خیلی نرم باشد ابتدا آنرا با سردکردن سفت نمایید (دریخچال یا زیر آب سرد درحالی که هنوز در بسته بندی قرار دارد) و سپس آن را از بسته بندی خارج کنید
- ۴-در صورتی که لبه های تیزی در شیاف است با نرم کردن آن در دست آنها را از بین ببرید
- ۵-شیاف را با آب سرد مرطوب کنید
- ۶-به پهلو دراز بکشید وزانوهای خود را باز کنید
- ۷-به آرامی شیاف را از سمت انتهای گردآن درون مقعد فرو ببرید .
- ۸-برای چند دقیقه به صورت دراز کشیده بمانید
- ۹-دستهای خود را بشوید .

ذ-انواع اشکال دارویی واژینال چیست ونحوه استفاده از قرص وپماد واژینال چگونه است ؟

درس یازدهم

▼ کارگروهی

از مربی خود بخواهید نمونه ای از اشکال دارویی واژینال (مهبلی) را به کلاس شما بیاورد ، سپس به ۲ گروه تقسیم شوید ودرهر گروه داروها را با تصاویر زیر مقایسه کنید وبه سئوالات زیر پاسخ دهید .



-کدامیک از اشکال دارویی فوق را می شناسید ؟ نام هریک از اشکال دارویی را در کنار تصویر یادداشت کنید

-آیا کسی ازافراد گروه تجربه استفاده از اشکال دارویی فوق را داشته است ؟

-اگر بلی ، درباره شکل دارو ونحوه استفاده از دارو برای افراد گروه توضیح دهید.....

-افراد گروه درباره اشکالات نحوه استفادهبحث کرده ونظر گروه را درباره نحوه استفاده از دارو بنویسید .

.....
سپس به کمک مربی مجدداً اشکالات نحوه استفاده را بررسی و تصحیح کنید .
ازمربی خود بخواهید درباره نحوه استفاده هریک از اشکال دارویی واژینال رابرای شما توضیح دهد.

اشکال دارویی وروش

ذ-انواع اشکال دارویی واژینال چیست ونحوه استفاده از قرص و پماد واژینال چگونه است ؟

درس دوازدهم

▼ کار گروهی

ازمربی خود بخواهید نمونه ای از اشکال دارویی واژینال (مهبل) را به کلاس شما بیاورد . سپس به ۲ گروه تقسیم شوید و درهر گروه داروها را با تصاویر زیر مقایسه کنید و به سئوالات زیر پاسخ دهید .

-کدامیک از اشکال دارویی فوق را می شناسید ؟ نام هریک از اشکال دارویی را درکنار تصویر یادداشت کنید .

-آیا کسی از افراد گروه تجربه استفاده از اشکال دارویی فوق را داشته است ؟

-اگر بلی ، درباره شکل دارو و نحوه استفاده از دارو برای افراد گروه توضیح دهید

-افراد گروه درباره اشکالات نحوه استفاده بحث کرده و نظر گروه را درباره نحوه استفاده از دارو بنویسید.

-سپس به کمک مربی مجدداً اشکالات نحوه استفاده را بررسی و تصحیح کنید

از مربی خود بخواهید درباره نحوه استفاده هریک از اشکال دارویی واژینال برای شما توضیح دهد .

□ اشکال دارویی واژینال (مهبلی) شامل دوشها، دستگاههای درون رحم، رینگ، شیاف، کرم، پماد، ژل و قرصهای واژینال می باشند.

□ دوش: حجمی از مایع است که برای شستشوی واژن (مهبلی) یا رساندن دارو به آن به کار می رود- دوش می تواند به صورت آب، مخلوط آب و سرکه یا مواد شیمیایی ضد عفونی کننده باشد.

- در صورتیکه اپلیکاتو () دوش آلوده باشد یا از مواد ضد عفونی کننده به صورت دوش در دفعات زیاد استفاده شود. ممکن است تعادل طبیعی باکتریهای واژن () به هم خورده و عفونت ایجاد شود.

□ دستگاه درون رحمی (آی یو دی): وسیله ای است که برای جلوگیری از حاملگی برای مدت ۱۲-۵ سال به کار می رود. گذاشتن و برداشتن دستگاه (آی یو دی) از رحم باید توسط دکتر یا سایر افراد حرف پزشکی آموزش دیده باشد.

□ رینگ: حلقه پلیمری () است که جهت دارورسانی به واژن در طول زمان مشخص استفاده می شود. گذاشتن و برداشتن رینگها ساده است و برای داروهای ضد بارداری، ضد میکروب و واکسنهای پیشگیری از HIV استفاده می شود.

□ روش استفاده از قرص واژینال با اپلیکاتور:

۱- دستهای خود را بشویید.

۲- قرص را از بسته بندی خارج کنید.

۳- قرص را در انتهای باز اپلیکاتور قرار دهید.

۴- به پشت دراز بکشید، زانوهای را کمی بالا بیاورید و از هم باز کنید

۵- به آرامی اپلیکاتور را از سمتی که قرص در آن قرار دارد تا جای ممکن درواژن قرار دهید ، فشار وارد نکنید .

۶-f (انجر) را فشار دهید تا قرص آزاد شود

۷- اپلیکاتور را خارج کنید

۸- در صورتیکه اپلیکاتور یکبار مصرف است آنرا دور بیاندازید و در غیر این صورت همه قسمت‌های اپلیکاتور را با آب جوشیده گرم و صابون بشویید و خشک کنید

۹- دستان خود را بشویید

□ روش استفاده از قرص واژینال بدون اپلیکاتور

۱- دستان خود را بشویید

۲- قرص را از بسته بندی خارج کنید

۳- قرص را در آب گرم قرار دهید تا کمی مرطوب شود

۴- به پشت دراز بکشید ، زانو ها را بالا بیاورید از هم باز کنید

۵- به آرامی قرص را تا حد امکان درواژن فرو ببرید ، فشار وارد نکنید .

۶- دستان خود را بشویید

□ روش استفاده از کرم ، پماد وژل واژینال :

۱- دستان خود را بشوئید .

۲- درب تیوپ را باز کنید

۳- اپلیکاتور را روی تیوپ بچرخانید

۴- تیوپ را فشار دهید به نحوی که میزان مورد نیاز دارو درون اپلیکاتور جای گیرد

۵- اپلیکاز تور را از تیوپ جدا کنید

۶- مقدار کمی از کرم را بیرون اپلیکاتور بمالید .

- ۷- به پشت دراز بکشید ، زانوها را کمی بالا بیاورید و از هم باز کنید
- ۸- به آرامی اپلیکاتور را تا جایی که ممکن است وارد واژن نمایید ، فشار ندهید .
- ۹- پیستون اپلیکاتور را با دست دیگر به داخل فشار دهید تا محتویات آن درون واژن تخلیه شود
- ۱۰- اپلیکاتور را از واژن خارج کنید
- ۱۱- در صورتی که اپلیکاتور یکبار مصرف است آن را دور بیندازید و در غیر این صورت با آب جوشیده بشویید .

روضعیت استفاده از اشکال دارویی واژینال توسط زنان محله چگونه است

▼ در محله

- آیا مصرف داروهای واژینال در بین زنان محله شما امر شایعی

است؟.....

- استفاده از کدامیک از اشکال دارویی واژینال در بین زنان محله بیشتر است

.....

زنان محله چه اطلاعاتی درباره روش استفاده از قرصها و یا کرم واژینال دارند ؟

.....

- شما چگونه آنان را راهنمای می کنید ؟

مسایل محله

.....

.....

اشکال دارویی و روش

ز- انواع اشکال دارویی تنفسی چیست ونحوه استفاده از آنروسلها و پودرهای تنفسی چگونه است ؟

درس سیزدهم

▼ بحث عمومی

-آیادربین اعضای خانواده ویا اطرافیان کسی مبتلا به ناراحتی تنگی نفس (آسم) است ؟

-اگر بلی آیا پزشک معالج برای درمان بیماری وی ، اسپری تجویز کرده است ؟

-نحوه استفاده از اسپری توسط آنها چگونه است ؟

▼ ایفای نقش

با برنامه قبلی از مربی خود بخواهید نمونه از اشکال دارویی تنفسی اسپری ها را به کلاس شما بیاورد سپس با راهنمایی مربی روش استفاده از اسپری ها را که فاقد ماده دارویی باشد با ایفای نقش تمرین کنید

۱۳

دانستیهای سلامتی

□ اشکال دارویی تنفسی به انواع ام دی آی (آئروسلهای تنفسی با دوزهای تنظیم شده) ودی پی آی (پودرهای خشک استنشاقی ونبولایزر تقسیم می شوند

□ ای وی آی : اسپری هایی هستند دارای محلول ، سوپانسیون یا امولوسیون دارو درمخلوطی ازگازهای حامل که تحت فشار نگهداری می شوند . دارو با دوز مشخص درهر پاف به شکل قطراتی دارای قطر مشخص آزاد می شود . معمولاً برای درمان آسم به کار می روند .

□ روش استفاده از ام دی آی (ائروسل) :

۱- با سرفه کردن درصورتی که خطی درریه ها مانده است خارج کنید

۲- آئروسل را پیش از استفاده تکان دهید

۳- آئروسل را همانگونه که دربروشور آن ذکر شده است نگاه دارید. (معمولاً به صورت وارونه)

۴- لبها را محکم اطراف قطعه دهانی قرار دهید

۵- سررابه آرامی به عقب خم کنید

۶- به آهستگی عمل بازدم را انجام دهید ، سعی کنید ریه ها را تا جایی که ممکن است از هوا خارج کنید .

۷- نفس عمیق بکشید و آئروسل را فعال کنید زبان را تا حد ممکن پایین نگاه دارید.

۸- نفس خود را ۱۰ تا ۱۵ ثانیه حبس کنید .

۹- بازدم را از راه بینی انجام دهید.

۱۰- دهان را با آب گرم بشویید .

□ دی پی آی : پودرهایی هستند که از سواراخذ شدن کپسولهای حامل دارو

در دستگاه مخصوص که به این منظور تهیه شده است و توسط جریان هوای حاصل از دستگاه به ریه ها می رسند

□ روش استفاده پودرهای تنفسی به صورت کپسول :

۱- با سرفه کردن در صورتی که خلطی در ریه مانده است آن را خارج کنید .

۲- براساس دستور العمل ذکر شده دربروشور کپسول را در دستگاه قرار دهید.

۳- به آرامی عمل بازدم را انجام دهید و ریه ها را تا جای ممکن از هوا خارج کنید.

۴- لبها را محکم اطراف قطره دهانی قرار دهید .

۵- سررابه آرامی به عقب خم کنید .

۶- دم عمیقی از خلال دستگاه انجام دهید .

۷- نفس خود را برای ۱۰ تا ۱۵ ثانیه نگاه دارید.

۸- از راه بینی بازدم را انجام دهید.

۹- دهان را با آب گرم بشویید .

□ نبولایزر: دستگاهی است که برای تجویز دارو به شکل بخار برای تنفس به کار می رود با توجه به اینکه قابلیت حمل و نقل آن مشکل است بیشتر در بیمارستانها کاربرد دارد.

-در بیماریهای عفونی ریوی شدید و حملات آسمی به کار می رود . یک محلول مایع وارد دستگاه می شود و سپس از تبدیل به ذرات ریز توسط یک قطعه دهانی استنشاق می شود .



نگونه می توان داروهای مصرفی را در منزل نگهداری کرد؟

الف - شرایط مناسب نگهداری دارو در منزل چیست؟

درس چهاردهم

▼ بحث عمومی

- آیا در بین شما کسی در منزل دارو نگهداری می کند؟

- اگر بلی، برای سایر داوطلبان توضیح دهید که اغلب کدام نوع از اشکال دارویی را در منزل نگهداری می کنید؟

- این داروها را در چه نقاطی از منزل و در چه شرایطی نگهداری می کنید؟

- آیا تاکنون به تاریخ انقضاء و شرایط نگهداری دارو بر روی بسته بندی داروها توجه کرده اید؟

- به نظر شما با انقضای تاریخ مصرف چه تغییری در داروهای مصرفی ایجاد می شود؟

- به نظر شما شرایط مطلوب نگهداری داروها چیست؟

اشکال دارویی و روش

□ بسیاری از افراد داروها را در کابینتهای دستشویی یا حمام نگهداری می کنند. این شرایط بدترین شرایط نگهداری داروها می باشد چراکه دارو را در معرض دما و رطوبت بالا قرار می دهد. و این شرایط باعث تجزیه و فساد داروها می شود.

□ بر روی بسته تمامی داروها شامل داروهای نسخه ای و بدون نسخه تاریخ انقضاء (که با حروف XP - 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 داروها فقط اثر بخشی خود را از دست می دهند و برخی می توانند سبب بروز واکنشهای حساسیتی و مسمومیت گردند بنابراین از مصرف دارو پس از رسیدن تاریخ انقضای خودداری کنید.

□ فاصله زمان تولید (تاریخ تولید را با علامت اختصاری MFG روی بسته بندی داروها مشخص می شود) و انقضای مصرف دارو را عمر قفسه ای می نامند. که این فاصله می تواند بین ۱ تا ۵ سال متفاوت باشد. تنها دارویی که در شرایط مطلوب نگهداری شده است در این فاصله اثر بخشی و ایمنی خود را حفظ می کند. و در صورتیکه دارو در شرایط ذکر شده روی بسته بندی آن نگهداری نشود پیش از تاریخ انقضای، دستخوش واکنشهای نامطلوب شده و قابلیت مصرف را از دست می دهد.

□ دما (حرارت) : تقریباً تمام واکنشهای شیمیایی در دماهای بالاتر سریعتر اتفاق می افتد بطوریکه معمولاً سرعت واکنشهای شیمیایی به ازای هر ۱۰ درجه سانتی گراد دو برابر می شود. در خصوص داروها نگهداری یک فراورده یک ماه در دمای

رطوبت و نور: تجزیه شیمیایی و تخریب داروها را تسریع می کند. بنابراین برخی داروها در بسته بندی های مقاوم به نور و شیشه های تیره رنگ بسته بندی می شوند و برای مقاومت بر رطوبت نیز بسته بندیهای خاصی طراحی و

اشکال دارویی و روش

شده اند. پس بطور کلی باید داروها را در شرایط خشک و خنک و تاریک

اشكال دارونى وروش

ب- چه نکاتی برای نگهداری داروها در منزل اهمیت دارد ؟

درس پانزدهم

▼ یک مسئله

به نظر شما در کدامیک از موارد زیر دارو قابلیت مصرف ندارد؟

- قرصهایی آسپرینی که بوی سرکه می دهد .
- قرصهایی که سطح صاف آنها کنده شده است .
- پمادی که تیوپ آن سفت و ترک برداشته است.
- سوسپانسیون خوراکی که سفت شده و با تکان دادن یکنواخت نمی شود .
- قرصی که بیش از ۲ سال نگهداری شده است .
- قطره و پماد چشمی که یکماه ازباز شدن آنها گذشته است .
- آمپول تزریقی بی رنگ که به رنگ زرد تغییر یافته است .
- سوسپانسیون خوراکی که برچسب آن کنده شده است.

درباره هریک از موارد بحث کنید ، چه موارد دیگری از فساد یا تخریب دارو می شناسید؟

.....

به نظر شما برای دریافت اطلاعات دارویی با چه کسانی می توان مشورت کرد؟

.....

.....

داروهایی را که تاریخ انقضاء شان گذشته و یا قابلیت مصرف را ازدست داده اند ، چگونه باید دور ریخته شوند ؟

.....

به نظر شما چه نکاتی را باید در نگهداری داروها در منزل رعایت کرد ؟

.....

.....

شما با باقی مانده داروی مصرفی خود چه می کنید ؟

.....

اشکال دارویی وروش

- نکات اساسی در مصرف و نگهداری داروها در منزل :

- تا جای ممکن دارو در منزل نگهداری نشود .
- دارو را در مقادیر کم تهیه نمود و فقط به میزانی که بیمار در فاصله قابلیت مصرف دارو و تاریخ انقضاء آن را مصرف می نماید تهیه شود عدم توجه به این نکته علاوه بر هدر رفتن هزینه صرف شده جهت تهیه دارو مشکلات دور ریختن و معدوم کردن دارو را نیز در پی خواهد داشت .
- قرصهایی که بیشتر از دو سال نگهداری شده اند ، داروهایی که تاریخ انقضاء شان گذشته است، داروهایی که علائم فساد را نشان میدهند نظیر تغییر رنگ ، بوی نامطبوع ، دو فاز شدن و..... باید به نحو مناسبی دور ریخته شوند .
- داروها را دور از دسترس اطفال نگهداری کنید زیرا کودکان کنجکاو هستند و ممکن است دور از چشم والدین به تقلید دارویی را بخورند و مسموم شوند . صدمه این بی احتیاطی جبران ناپذیر بوده و ممکن است موجب مرگ کودک گردد
- داروهای بدون برچسب و یاداروهای فله ای را هرگز در منزل یا محل کار نگه ندارید و آنها را دور بریزید.
- هرگز دارویی را در جعبه داروی دیگر نگذارید .
- دارویی را که نمی شناسید در منزل نگه ندارید.
- باقی مانده محلول سرم ، قطره و شربت هایی که بطور ناقص مصرف شده اند قابل نگهداری نیست .
- حداقل هر سه ماه یکبار همه دارو های موجود در منزل را از نظر تاریخ مصرف بررسی کنید و داروهای تاریخ گذشته را دور بریزید
- سرنگ و یادستگش استریل که تاریخ مصرف آن گذشته و یا کاغذ پوشش آنها پاره شده باشد غیر استریل و غیر قابل استفاده است .
- داروهای یخچالی باید حتماً در یخچال نگهداری شوند و قرار گرفتن آنها در محیط بیرون از یخچال ممکن است باعث از بین رفتن خواص دارویی آنها شود .
- ریختن داروها در دستشویی یا چاه فاضلاب سبب ورود مستقیم آن به محیط زیست می گردد و در خصوص آنتی بیوتیک ها موجب مقاومت میکروبی می گردد. بنابراین از دور ریختن داروهای تاریخ گذشته و فاسد به روش فوق جداً خودداری گردد.

□ داروها را به افراد فقیر و محتاج ندهید زیرا ممکن است آنها را خوسرانه مصرف کنند و خطراتی متوجه آنها شود .

□ به یاد داشته باشید مصرف خود سرانه دارو و یا تجویز دارو برای دیگران مجاز نیست . برای استفاده داروهای موجود در منزل ، هربار با پزشک خود مشورت کنید .

□ در زمینه مصرف دارو همیشه با پزشک و داروساز مشورت کنید و از مشورت با کسانی که در این زمینه تخصصی ندارند پرهیز نمائید.

زیست می گردد و درخصوص آنتی بیوتیک ها موجب مقاومت میکروبی می گردد . بنابراین از دور ریختن داروهای تاریخ گذشته و فاسد به روش فوق جداً خودداری گردد .

□ به خاطر داشته باشید که داروساز امین شماست و شما می توانید برای دریافت اطلاعات بسیاری از داروها ، از داروسازان شاغل در داروخانه ها کمک بخواهید .
□ اکثر داروهای تجویز شده یک بروشور (راهنما) درمورد اطلاعات لازم دارند که تحت عنوان اطلاعات دارویی برای مصرف ، عوارض جانبی و موارد احتیاط است که برای شما مفید است ، آن را مطالعه کنید و از درمان خودسرانه بیماری توسط داروهای بدون نسخه پزشک اجتناب کنید .

ب- وضعیت نگهداری دارو توسط خانوارهای محله شما چگونه است ؟

▼ در محله

- آیا در میان افراد محله کسانی هستند که به علت ابتلا به بیماریهای مزمن مجبور به نگهداری همیشگی مقداری دارو در منزل باشند ؟

.....

- آیا نگهداری دارو در خانواده های محله شما پدیده شایعی است ؟

.....

- خانوارهای محله شما داروهای مصرفی خود را در چه نقاطی از منزل و در چه شرایطی نگهداری می کنند ؟

.....

- آیا خانواده های محله شما می دانند چه عواملی باعث تخریب و فساد داروها می شوند ؟

- مردم محله و اطرافیان شما در مورد پیامدهای استفاده از داروهای تخریب شده چه می دانند ؟

- خانواده های محله و اطرافیان شما داروهایی را که قابلیت مصرف را ندارند چگونه دور می ریزند ؟

- شما چگونه آنان را راهنمایی می کنید

- مردم محله و اطرافیان شما در مورد پیامدهای استفاده از داروهای تخریب شده چه می دانند

- خانواده های محله و اطرافیان شما داروهایی را که قابلیت مصرف را ندارند چگونه دور می ریزند ؟

- شما چگونه آنان را راهنمایی می کنید؟

مسائل محله

.....

.....

.....

.....

بر اساس بحث های جلسات گذشته و نتایج آن در محله، برای رساندن پیامهای مناسب به مردم محله برنامه ریزی کنید؟

□ انتخاب پیامهای مناسب

مسائلی را که در محله شما وجود دارد روی تخته سیاه یادداشت کنید. در باره میزان و شدت هر مسئله بحث کنید، چه تعداد از مردم محله با آن مسئله روبرو هستند؟ کدام مورد خطرناکتر است؟

سپس در باره مسائلی که یادداشت کرده اید رای گیری کنید. پنج مسئله ای را که از همه مهمترند در جدول زیر یادداشت کنید.

ردیف	مسائل مهم در زمینه مصرف خودسرانه دارو
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	

سپس برای حل ۵ مسئله انتخاب شده برنامه ریزی کنید. مردم محل شما به چه آموزشهایی بیشتر احتیاج دارند؟ چه روشهای آموزشی را ترجیح میدهید؟ اقدامات غیر آموزشی پیشنهادی شما برای رفع مسائل بیان شده چیست؟ نتایج بحثهایتان را در جدول بعدی بطور خلاصه یادداشت کنید.

این کار چه زمانی انجام می شود؟	چه کسی مسئول این کار خواهد بود؟	چه کاری باید کرد؟	برای حل کدام مسئله؟	شماره

توجه کنید برنامه هایی را که در جدول فوق نوشته اید باید عملیاتی شود، در غیر این صورت کار خود را ناقص رها کرده اید. فقط زمانی به یادگیری کتاب دیگری بپردازید که پیامهایتان را به مردم محله منتقل کرده باشید .

□ تهیه مواد آموزشی

اگر در جدول برنامه ریزیهای خود تهیه مواد آموزشی مثل پوستر، پمفلت، جزوه آموزشی، روزنامه دیواری، نوشتن شعار و را در نظر دارید، بصورت گروهی در کلاس نسبت به تهیه این مواد اقدام کنید.

□ سخنرانی چهره به چهره

شما باید خودتان را برای آموزش مردم آماده کنید و این کار نیاز به اعتماد به نفس و تمرین زیاد دارد، بهتر است در کلاس در مورد مواردی که در محله شما اهمیت بیشتری دارند سخنرانی کنید تا هم آمادگی بیشتری پیدا کنید و هم اگر اشکالی در گفته های شما وجود دارد با مربی و سایر رابطین آنرا برطرف کنید .

□ ایفای نقش

برای انتقال پیام به تک تک مردم باید روش صحیح گفتگو با آنها را دانست و بتدریج در این کار ماهر شد. بهترین راه تمرین ارتباط با دیگران ایفای نقش است . در حضور مربی و سایر رابطین در باره همه مسئله ها و ماجراهای این کتاب ایفای نقش انجام دهید. فراموش نکنید در این بحثها باید در باره نقشها صحبت کنید نه در باره بازیگران !

شاید بخواهید قبل از حضور در کلاس برای ایفای نقش تمرین کنید، بنابراین برای زمان اجرای نقش برنامه ریزی کنید .

تاریخ اجرا	اسامی بازیگران	تعداد بازیگران	ماجرای ایفای نقش	شماره



خودآزمایی

برای اینکه بدانید آیا مطالب این بخش را به خوبی یاد گرفته اید و آنها را درخاطر دارید واز آنها به شکل صحیحی استفاده کرده اید ، سئوالات زیر را از خود بپرسید :

▼ آیا می دانم؟

- ☐ داروچیست و چرا داروها با اشکال مختلف تولید و عرضه می شوند ؟
- ☐ انواع اشکال دارویی برحسب راه ورود دارو به بدن چگونه است ؟
- ☐ روش استفاده صحیح هریک از انواع اشکال دارویی چگونه است ؟
- ☐ داروها را درچه شرایطی و چگونه درمنزل نگهداری کنیم ؟
- ☐ چگونه میتوان ازفاسد شدن ویا تخریب داروها پیشگیری کرد ؟
- ☐ هنگام استفاده و نگهداری داروها رعایت چه نکاتی اهمیت دارد ؟
- ☐ برای دریافت اطلاعات دارویی مورد نیاز از چه کسانی می توان کمک گرفت ؟

▼ آیا می توانم؟

- ☐ خانوارهای محله را با انواع اشکال دارویی آشنا سازم ؟
- ☐ به افراد بیمار محله پیاموزم که چگونه داروهای خود را استفاده کنند ؟
- ☐ به افرادمحله پیاموزم که داروهای مصرفی را در چه شرایطی نگهداری کنند ؟
- ☐ به افراد محله توضیح دهیم که چگونه ازفساد و تخریب داروهای مصرفی پیشگیری کنند ؟
- ☐ برای افراد محله توضیح دهیم که داروهای خودرا از کجا تهیه کنند وبرای دریافت اطلاعات دارویی به چه کسانی اعتماد کنند ؟

▼ آیا پیامها را به مردم منتقل کرده ام ؟

□ آیا به خانوارهای محله آموخته ام که از مصرف بی رویه ونادرست داروها خودداری کنند ؟

□ آیا روش استفاده صحیح داروها واهمیت آنرا به خانوارهای محله گفته ام؟

□ آیا به خانوارهای محله آموخته ام که داروهای مصرفی را درچه شرایطی درمنزل نگهداری کنند ؟

□ آیا به خانوارهای محله آموخته ام که چگونه ازخریب داروهای مصرفی پیشگیری کنند ؟

□ آیا برای خانوارهای محله توضیح داده ام که برای دریافت داروها و اطلاعات دارویی وبهداشتی مورد نیاز شان به کجا و چه کسانی مراجعه کنند ؟

▼ آیا کارهای ما موثر بوده است ؟

□ مردم محله با اهمیت دارو واشکال دارویی آشنایی دارند ؟

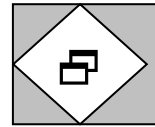
□ مردم محله داروهای مصرفی خودرا به روش درستی استفاده می کنند ؟

□ مردم محله ازنگهداری مقادیر زیاد دارو در منزل پرهیز می کنند؟

□ مردم محله داروهای مصرفی خودرا درشرایط صحیح نگهداری می کنند؟

□ مردم محله داروها را فقط ازداروخانه خریداری می کنند ؟

□ افراد محله اطلاعات دارویی را از پزشک معالج ویادارو ساز شاغل درداروخانه دریافت می کنند ؟



چگونه انتقال پیامهای سلامتی به مردم را ارزیابی کنیم

برای آنکه مربی بداند، آیا مطالب این کتاب به درستی به خانوارها منتقل شده و میزان اثر بخشی برنامه داوطلبان سلامت را بررسی کند می بایست مراحل زیر را با کمک داوطلبان سلامت انجام دهد.

▼ مرحله اول :

قبل از آموزش این کتاب به داوطلبان سلامت ، با استفاده از پرسشنامه همین بخش داوطلبان میزان آگاهی ، نگرش و عملکرد اولیه ۱۰٪ خانوارهای تحت پوشش هر رابط را مورد سنجش قرار دهند.

▼ مرحله دوم

پس از آموزش محتوای این کتابچه که با انجام فعالیتهای ارتباطی داوطلبان ، انتقال پیامهایشان و خود آزمایی کامل تلقی می شود ، انتقال پیامها ، توسط داوطلبان به خانوارهای تحت پوشش (که حدود ۳ ماه طول می کشد) ، صورت می گیرد. نظارت مربی بر چگونگی انتقال پیامها در محله و انجام آموزش جمعی (تشکیل حداقل ۳ جلسه آموزشی) برای خانوارهای تحت پوشش ضرورت دارد. این قسمت از کار مربی بخشی از آموزش داوطلبان سلامت محسوب می شود.

▼ مرحله سوم

پس از آموزش به خانوارهای تحت پوشش توسط داوطلب سلامت، مربی با همکاری داوطلبان مجدداً میزان آگاهی ، نگرش و عملکرد همان خانوارهای انتخاب شده در مرحله اول را مورد سنجش قرار دهد.

▼ مرحله چهارم

در صورتیکه میزان افزایش آگاهی ، نگرش و عملکرد خانوارها کمتر از ۳۵ درصد بود مجدداً جهت انتقال پیامها (نحوه برقراری ارتباط و ارائه مطالب بهداشتی) برنامه ریزی شود.

<input type="checkbox"/>	شماره پرسشنامه
<input type="checkbox"/>	قبل از آموزش
<input type="checkbox"/>	بعد از آموزش

اشکال دارونی و روش

وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی
معاونت بهداشتی دانشگاه / دانشکده

پرسشنامه بررسی آگاهی، نگرش و عملکرد خانوارهای تحت پوشش داوطلب
سلامت در زمینه « اشکال دارویی و روش استفاده از آنها »

این پرسشنامه از طریق مصاحبه داوطلب سلامت با مادر یا یکی از اعضای آگاه خانوار با نظارت مربی تکمیل می شود

الف - اطلاعات عمومی

نام شهرستان

نام واحد بهداشتی درمانی شهری / روستایی

نام مربی نام رابط سلامت شماره خانوار

آدرس خانوار تاریخ پرسشگری

ردیف	سوال	کد
۱	سن فرد پاسخگو بر حسب سال تولد نوشته شده مثلاً ۱۳۴۸	۱ = <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
۲	جنس : ۱-زن ۲-مرد	۲ = <input type="text"/>
۳	تحصیلات : ۱-بی سواد ۲-نهضت سواد آموزی ۳-ابتدایی ۴-راهنمایی ۵-دیپلم ۶-فوق دیپلم ۷-بالا تراز فوق دیپلم	۳ = <input type="text"/>
۴	وضعیت تاهل : ۱-دارای همسر ۲-بی همسر در اثر فوت ۳-بی همسر در اثر طلاق ۴-هرگز ازدواج نکرده ۵-دور از همسر	۴ = <input type="text"/>
۵	وضعیت اشتغال : ۱-خانه دار ۲-بی کار و بی درآمد ۳-دارای درآمد بدون کار ۴-شاغل دارای شغل دولتی ۵-شاغل دارای شغل غیر دولتی یا آزاد ۶-در حال تحصیل	۴ = <input type="text"/>

اشکال دارویی و روش

ب- بخش مربوط به دانش و نگرش و عملکرد

ردیف	سئوال	کد
۶	آیا دارویی را در منزل نگهداری می کنید؟ ۱-بلی ۲-خیر	<input type="checkbox"/>
۶-۱	اگر بلی دلایل نگهداری مقادیری از داروها در منزل چیست؟ ۱-به علت بیماری مزمن مجبور به نگهداری همیشگی مقداری دارو در منزل هستیم ۲-گاهی اوقات تمام داروهای تجویز شده را مصرف نمی کنیم و مقداری باقی می ماند ۳-گاهی اوقات قادر به مصرف برخی از اشکال دارویی نمی باشیم و در منزل باقی می ماند ۴-همیشه برای احتیاط مقادیری از داروهای پر مصرف خانواده را تهیه و نگهداری می کنیم ۵-همه موارد (در صورت ذکر چند گزینه ، کد گزینه های بیان شده ثبت شود)	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
۶-۲	کدامیک از اشکال دارویی را در منزل دارید ؟ ۱-داروهای خوراکی ۲-داروهای پوستی ۳-داروهای تزریقی ۴-داروهای چشمی ۵-داروهای مقعدی ۶-داروهای واژینال (مهبلی) ۷-داروهای تنفسی ۸-داروهای بینی و گوش (پاسخ بیش از ۱ گزینه ، کد گزینه های مورد اشاره ثبت شود)	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
۶-۳	داروها را در چه نقاطی از منزل نگهداری می کنید . ۱-در کابینتهای دستشویی یا حمام ۲- ۳-در یخچال ۴-در نقاط خشک و خنک ۵-در دمای معمولی منزل	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
۷	شرایط مناسب جهت نگهداری دارو در منزل چیست؟ ۱-داروها را باید در یخچال نگهداری نمود. ۲-داروها را باید دور از نور آفتاب ، حرارت ، رطوبت و بیرون از یخچال نگهداری نمود. ۳-داروها را بر اساس شرایط نگهداری که بر روی بسته بندی آن (بروشور) نوشته شود نگهداری نمود.	<input type="checkbox"/>
۸	آیا به نظر شما می توان از داروهایی که در شرایط مناسب نگهداری نشده اند استفاده کرد؟ ۱-بلی ۲-خیر	<input type="checkbox"/>
۸-۱	در صورت خیر علت را ذکر کنید. ۱-ممکن است دارو خراب و فاسد شده باشد ۲-سایر (با ذکر مورد)	<input type="checkbox"/>
۹	به نظر شما مصرف داروهای فاسد و خراب چه پیامدهایی را می تواند بدنبال داشته باشد؟ ۱-باعث کم شدن اثرات دارویی می شود	<input type="checkbox"/>

<input type="checkbox"/>	<p>۲- باعث افزایش عوارض جانبی داروها می شود</p> <p>۳- ممکن است باعث بروز اثرات سمی شود</p> <p>۴- همه موارد ۵- هیچکدام</p>	
<input type="checkbox"/>	<p>به نظر شما حتی اگر داروها را در شرایط مناسب نگهداری کنیم آیا ممکن است قبل از انقضای تاریخ مصرف دچار فساد و یا تخریب شود؟</p> <p>۱- بلی ۲- خیر</p>	<p>۱۰</p>
<input type="checkbox"/>	<p>در صورت پاسخ بلی : چگونه متوجه فساد دارو می شوید؟</p> <p>۱- از روی تغییر رنگ دارو</p> <p>۲- از روی تغییر بو دارو</p> <p>۳- تغییر ویژگیهای ظاهری دارو</p> <p>۴- همه موارد ۵- هیچکدام</p>	<p>۱۱</p>
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<p>پس از پایان دوره درمان بیماری، با باقی مانده داروها چه می کنید؟</p> <p>۱- برای استفاده مجدد در منزل نگهداری می کنیم</p> <p>۲- باقیمانده قرصها و کپسولها را با راهنمایی داروخانه از منزل خارج و قطره و شربت‌ها را دور می ریزیم.</p> <p>۳- داروهای تاریخ گذشته و فاسد و باقی مانده قطره ها و شربت‌ها را در دستشویی و یا چاه فاضلاب می ریزیم</p> <p>۳- به افراد فقیر و محتاج که قادر به تهیه دارو نیستند می دهیم</p> <p>۴- به موسسات خیریه و یا هلال احمر اهدا می کنیم</p> <p>۵- سایر (با ذکر مورد)</p> <p>(در صورت ذکر چند گزینه کد همه گزینه های بیان شده ذکر شود)</p>	<p>۱۲</p>
<input type="checkbox"/>	<p>مفهوم انقضای تاریخ مصرف دارو چیست؟</p> <p>۱- یعنی دارو نمی تواند اثر درمانی داشته باشد</p> <p>۲- یعنی مقداری از دارو خراب شده است</p> <p>۳- یعنی مقداری از دارو به مواد سمی تبدیل شده است</p> <p>۴- دو مورد و یا همه موارد</p>	<p>۱۳</p>
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<p>کدامیک از داروهای زیر را باید دور ریخت</p> <p>۱- قطره ها و پمادهای چشمی را که یکماه از زمان باز شدن آنها گذشته باشد .</p> <p>۲- قرصهایی که بیش از دو سال نگهداری شده اند</p> <p>۳- داروهای فله ای و یا بدون برچسب</p> <p>۴- باقی مانده محلول سرم ، قطره ، شربت هایی که بطور ناقص مصرف شده اند</p> <p>۵- همه موارد (در صورت ذکر چند گزینه ، کد گزینه ، ثبت گردد)</p>	<p>۱۴</p>
<input type="checkbox"/>	<p>آیا فردی از افراد خانواده بیمار است؟ ۱- بلی ۲- خیر</p>	<p>۱۵</p>

۱۵-۱	اگر بلی ، آیا برای درمان از دارو استفاده می کند؟ ۱-بلی ۲-خیر
۱۵-۲	در صورت پاسخ بلی ، چه کسی دارو را برای او تجویز کرده است: ۱-پزشک معالج ۲-داروخانه ۳-به توصیه اطرافیان و یا آشنایانی که علائم بیماری مشابه داشته اند. ۴-بر حسب آموخته ها و تجارب قبلی افراد خانواده.
۱۵-۳	کدامیک از اشکال دارویی را (برای درمان بیماری) استفاده می کند ؟ ۱-قرصها و یا کپسولها ویا محلولهای خوراکی ۲-قطره یا پماد چشمی ۳-قطره گوش ۴-قطره ویا اسپری بینی ۵-شیاف مقعدی ۶-کرم ویا قرص واژینال ۷-اسپری تنفسی (اثر وسل ویا پودرهای تنفسی) (در صورت ذکر چند گزینه ، کد گزینه های مورد اشاره ثبت شود)
۱۵-۴	روش استفاده از داروی مصرفی چگونه است ؟ (موارد بیان شده ثبت شود) ۱-نحوه مصرف دارو صحیح است ۲-روش استفاده دارو درست نیست
۱۶	آیا به نظر شما می توان از داروهایی که در مجلات ، اینترنت ، ماهواره و روزنامه ها تبلیغ می شود ، استفاده کرد ؟ بلی ۲-خیر
۱۶-۱	در صورت پاسخ خیر، شما برای کسب اطلاعات دارویی مورد نیازتان با چه کسانی مشورت می کنید ؟ ۱-پزشک و داروساز و کارمند بهداشتی شاغل در مراکز بهداشتی درمانی یا خانه بهداشت ۲-افراد با تجربه ۳-افراد متخصص ۴-سایر (با ذکر مورد) ۵-همه موارد