

الاستخدام الآمن للأدوية في المنزل

واصلوا العلاج بأمان بعد الخروج من التأهيل

بعد الخروج من قسم التأهيل قد تطرأ تغييرات على العلاج الدوائي: قد تُضاف أدوية جديدة، أو يتم إيقاف أدوية، أو تغيير الجرعة أو مواعيد تناولها.

من المهم أن تعرفوا ما يلي:

اسم كل دواء وسبب استخدامه.

الجرعة الصحيحة.

موعد تناول الدواء وعدد مرات تناوله.

هل يجب تناوله مع الطعام أو بدونه.

ما هي الأدوية التي تم تغييرها أو إيقافها.

مهم!



اتبعوا قائمة الأدوية المحدثة وتعليمات الخروج. إذا كانت أي معلومة غير واضحة، استشيروا الطبيب أو الصيدلي أو الطاقم المعالج قبل تناول الدواء.



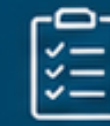
مقاً من أجل
تعافي أفضل



استخدام آمن
للأدوية



تعافي آمن
في المنزل



معلومات موثوقة
من فريق مهني



دعمكم مهم
في رحلة التعافي

نظموا الأدوية بطريقة آمنة

روتين ثابت يساعد على تقليل الأخطاء



احتفظوا بقائمة أدوية محدثة

تشمل اسم الدواء، الجرعة، مواعيد تناوله وسبب استخدامه.



التزموا بالمواعيد المحددة

تناولوا الأدوية في الأوقات الموصى بها.



استخدموا علبة تنظيم الأدوية عند ملائمتها

وتأكدوا من توقيتها وفقاً لقائمة الأدوية الحالية.



استخدموا وسائل التذكير

يمكن استخدام منبهه الهاتف أو جدول يومي للأدوية.



احفظوا الأدوية بأمان

وفق تعليمات التخزين وبعيداً عن متناول الأطفال.



لا تنقلوا الأدوية إلى عبوات غير معروفة،

ولا تناولوا دواء لا يمكنكم التعرف عليه بوضوح.





بضع ثوانٍ
قد تمنع
خطأ خطيراً

قبل تناول الدواء

توقفوا • تحققوا • تناولوا الدواء بالطريقة الصحيحة



لا تغيروا الجرعة.
ولا توقفوا دواءً موصوفاً.
ولا تبدأوا دواءً جديداً
من تلقاء أنفسكم.



تأكدوا من أن الدواء مخصص
للشخص الصحيح.

المريض الصحيح



قارنوا اسم الدواء
بقائمة الأدوية المحدثة.

الدواء الصحيح



تأكدوا من الجرعة والكمية
الموصوفة في التعليمات.

الجرعة الصحيحة



تأكدوا من أن هذا هو
موعد تناول الجرعة.

الوقت الصحيح



تحققوا هل يجب تناوله مع الطعام
أو بدونه. واتبعوا التعليمات الخاصة.

طريقة تناول الدواء



تأكدوا من أن الدواء غير منتهي الصلاحية
ويمكن التعرف عليه بوضوح.

تاريخ الصلاحية والعبوة





أدوية جديدة، آثار جانبية وتداخلات دوائية

انتبهوا لأي تغير بعد الخروج

كل جسم يستجيب
بشكل مختلف للدواء.
انتبهوا للتغيرات
وأبلغوا الطاقم الطبي.



انتبهوا لظهور أعراض جديدة أو غير معتادة:



دوار
أو زيادة خطر
السقوط



نعاس
أو ارتباك
جديد



غثيان
أو قيء شديد



نزيف
غير معتاد
(من اللثة، الأنف،
البول أو البراز)



طفح جلدي
أو رد فعل
تحسسي



تغير ملحوظ
في ضغط الدم
أو النبض



اطلبوا مساعدة طبية عاجلة عند ظهور أعراض خطيرة مثل:

صعوبة في التنفس، تورم الوجه أو اللسان، ألم في الصدر، فقدان الوعي أو أي رد فعل شديد ومفاجئ.

تداخلات دوائية

قبل إضافة أي شيء جديد



بعض الأدوية أو المستحضرات قد تتداخل مع العلاج الحالي.
وتؤثر على فعاليتها أو تزيد من أثاره الجانبية.

استشيروا الطبيب أو الصيدلي قبل تناول:

✓ أدوية بدون وصفة طبية



✓ فيتامينات أو مكملات غذائية



✓ مستحضرات عشبية أو طبيعية



أخبروا الطبيب أو الصيدلي عن جميع الأدوية
التي تتناولونها، بما في ذلك الأدوية التي أوقفتموها مؤخراً.

تذكروا



لا تغيروا الجرعة
ولا توقفوا دواءً موصوقاً
ولا تبدأوا دواءً جديداً
من تلقاء أنفسكم.



لا تنسوا المتابعة في
المواعيد المحددة.

لا تتوقفوا عن الدواء
إلا بعد استشارة.



أبلغوا الطبيب أو الممرضة
في أقرب فرصة.



سجلوا الأعراض
ومتى ظهرت.



ماذا تفعلون؟

معاً من أجل علاج دوائي أكثر أماناً في المنزل

دوركم مهم في نجاح التعافي



دوركم يصنع الفرق



ساعدوا أحبائكم في تنظيم الأدوية وتذكّر المواعيد.



انتبهوا لأي تغيير في حالتهم وأبلغوا الطاقم الطبي.



شجّعوا على شرب الماء بكميات كافية والتغذية المتوازنة والنشاط المناسب.



لا تترددوا في طرح الأسئلة عند وجود أي شك أو استفسار.



احرصوا على اصطحاب قائمة الأدوية المحدثّة في كل زيارة طبية.



تذكروا دائماً



✓ لا تغيروا الجرعة أو توقّط الدواء دون استشارة طبية.

✓ لا توقّفوا دواءً موصوفاً دون استشارة الطبيب.

✓ لا تبدأوا دواءً جديداً من تلقاء أنفسكم.

✓ أبلغوا الطبيب أو الصيدلي عن جميع الأدوية والمكملات التي تتناولونها.

✓ احفظوا الأدوية في مكان آمن وفق تعليمات التخزين وبعيداً عن متناول الأطفال.

✓ عند نسيان جرعة، اتبعوا تعليمات الدواء أو استشيروا الطبيب أو الصيدلي.

✓ قائمة أدوية محدثة + روتين ثابت + استخدام صحيح + متابعة = أمانك في بيتك



متى نطلب المساعدة الطبية فوراً؟

عند ظهور أعراض خطيرة مثل: صعوبة في التنفس، ألم في الصدر، تورّم في الوجه أو اللسان، طفح جلدي شديد، نزيف غير معتاد، دوّار أو شديد أو إغماء، ارتفاع شديد في الحرارة أو أي تدهور مفاجئ في الحالة.



قائمة أدويتي

الدواء	الجرعة	الوقت	السبب
أملوديبين	ملغ	صباحاً	ضغط الدم
أسبرين	ملغ	100 القطور	حماية القلب
متفورمين	850 ملغ	مع الغداء	سكر الدم
أتورفاستاتين	20 ملغ	مساءً	الكوليسترول
فينامين د	1000	مع الطعام	صداع
أوميغا 3	كبسولة	مع الطعام	صحة عامة

نقاط أساسية لتتذكّر

- ✓ قائمة محدثة
- ✓ روتين ثابت
- ✓ استخدام صحيح
- ✓ متابعة دورية

