أنت والدواء

ما هو الدواء؟

هو كل مادة تؤدي إلى الوقاية من مرض ما أو شفاء المريض أو تحسين حياته

ما هي آثار الدواء على الجسم ؟

للأدوية تأثيرات عديدة على الجسم ، ولا تخرج في جملتها عن التأثيرات التالية :

- إحداث تغييرات عضوية أو نفسية في وظائف أجهزة الجسم.
- القضاء على الكائنات الحية الدقيقة التي تسبب الأمراض ، أو الحد من انتشارها أو الوقاية منها.
- تنشيط أو تثبيط حيوية بعض أعضاء الجسم أو خلاياه أو بعض عناصره كالإنزيمات .
- التعويض عن النقص في بعض عناصر الجسم أو مركباته كالفيتامينات والهرمونات والأملاح .

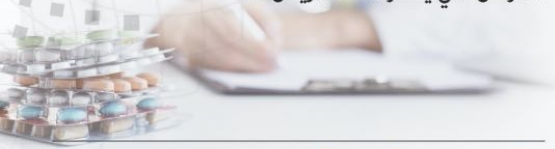
أنواع الأدوية :

أدوية تصرف بوصفة طبية فقط :

تشمل هذه المجموعة أغلب الأدوية، حيث لا يسمح نظاما في أي دولة بصرف أي دواء إلا بوصفة طبية من طبيب مرخص ، إلا ما يستثنى وهو النوع الثاني.

الأدوية التي تصرف بدون وصفة :

وهي الأدوية والمستحضرات الصيدلانية التي يسمح للصيدلي بوصفها وصرفها للمريض بدون وصفة طبية. وتحدد أنظمة الجهات الصحية المختصة في كل دولة هذه القائمة ، ولا بد أن تكون هذه الأدوية آمنة (أي أن التأثيرات العكسية لها غير خطيرة ولا شائعة الحدوث، وفعالة لعلاج الأعراض التي يشكو منها المريض) .



أسماء الأدوية :

الأدوية ذات الأسماء العلمية والتجارية

هنالك اسمان للدواء- الاسم العلمي (المادة الفعّالة) والاسم التجاري،حيث أن الاسم العلمي هو اسم المادة الكيميائية في الدواء التي تجعله يؤدي عمله. أما الاسم التجاري فهو الاسم الذي تطلقه الشركة المصنعة على ذلك الدواء.

تتشارك الأدوية التي لها الاسم العلمي نفسه ولكن بأسماء تجارية مختلفة:

- الجودة والفعالية والأمان
- الاستخدام أو سبب تناول الدواء
- التأثيرات الجانبية المحتملة

• أمثلة على الأدوية بأسمائها العلمية والتجارية

الإسم العلمي	الإسم التجاري
باراسيتامول	(باندول، أدول، فيفادول)، لتخفيف الألم أو الحمى
آيبوبروفين	(بروفين)، لتخفيف الألم أو الحمى أو الالتهاب
وارفارين	(كومادين)، لمنع تجلط الدم
ميتفورمين	(جلوكوفاج)، للمساعدة على التحكم في مستويات السكر

اعثر على المادة الفعالة في الدواء

يستخدم الناس أحياناً جرعة مزدوجة عن غير قصد وذلك باستخدام أدوية تحمل نفس المادة الفعالة الموجودة بأسماء تجارية مختلفة. على سبيل المثال، أدوية البرد والصداع تحتوي على نفس المادة الفعالة لذا إذا كنت تستخدم دواء لعلاج الصداع ودواء آخر لعلاج البرد فهناك احتمال بأنك قد ضاعفت الجرعة. لذا فإن معرفة كل من الأدوية التي تستخدمها تساعد في تجنب استخدام جرعة مزدوجة والمعاناة من المشاكل الناجمة عن الجرعة الزائدة.

ما العوامل الأخرى التي تؤثر في فعالية الدواء؟

oمقدار جرعة الدواء :

تزداد فاعلية الدواء بزيادة مقدار الجرعة,وذلك ضمن الحدود المسموح بها ,فإذا زادت عن ذلك أدت إلى ظهور الأعراض غير المرغوب فيهاأو حدوث التسمم .

oمدى التزام المريض بالإرشادات الطبية:

كلما زاد التزام المريض بالإرشادات الطبية التي تعطى له من الطبيب والصيدلي أدى ذلك إلى حسن استجابة للدواء , وحدوث التأثير المطلوب- بإذن الله - أما إذا حدثت مخالفات لهذه الإرشادات فان ذلك سيؤدي إلى ضعف التأثير أو ربما كان سببا لتفاقم المرض أو حدوث التسمم.

فعالية الدواء

متى يبدأ مفعول الدواء ؟

تتفاوت الأدوية في سرعة ظهور تأثيرها، ومدى استمرارية هذا التأثير ، ويعتمد ذلك على :

* الشكل الصيدلاني للدواء وطريقة تناوله، فالحقن الوريدية مثلا يبدأ مفعولها بشكل مباشر، بينما لا يبدأ مفعول الحقن العضلية إلا بعد فترة من تناولها، إلا أنه يستمر لفترة أطول قد تصل إلى عدة أشهر.
* طبيعة المادة الفعالة نفسها وتركيبها الكيميائي، فبعض المركبات تبدأ مفعولها بشكل سريع، ويستمر تأثيرها لفترة قصيرة بسبب عدم ذوبانها في الدهون مثلا، بينما تذوب مركبات أخرى في الدهون بشكل أفضل وبالتالي يعد تأثيرها لفترة أطول.

وكلا النوعين من الأدوية مطلوب، وقد يستخدم أحيانا أكثر من دواء، بحيث يعطي الدواء الأول مفعولاً سريعاً يشعر المريض بتأثيره، ويرفع تركيز المادة الفعالة في الدم، ويطيل الدواء الثاني - الذي يعطى بعد ذلك بشكل مستمر - مفعول الدواء، ويضمن عدم تذبذب مستوى الدواء في الدم.

oوزن المريض:

يعتمد انتشار الدواء في الجسم على وزن المريض , فكلما زاد وزن المريض كبر حجم الماء أو الدهن الذي ينتشر فيه الدواء داخل جسمه , بحيث يحتاج الجسم إلى جرعة أكبر من الدواء.

oتناول بعض الأدوية والأغذية :

تؤدي بعض الأدوية إلى تقليل أو إبطال فعالية أدوية أخرى أو زيادتها. كما تؤثر بعض العناصر الغذائية على فعالية الدواء أو خطورته..

oعمر المريض وحالته الصحية :

تختلف درجة تأثير الدواء أيضا باختلاف عمر المريض فبعض الأدوية قد تحدث أضرارا بالغة لدى الأطفال والمسنين بسبب انخفاض كفاءة وظائف بعض الأعضاء التي تلعب دورا هاما في أيض الدواء وإخراجه كالكبد والكلى وتتأثر أيضا بالحالة الصحية للمرضى المصابين بقصور في وظائف بعض الأعضاء ستكون استجابتهم للدواء سلبا أو إيجابا مختلفة عن الأصحاء.

جمع ومراجعة :
المعيد ص. بندر عسيري - المعيدة ص. ساره الأسمري
المصادر :
الجمعية الصيدلية السعودية
NPS MedicineWise
Health Information Translations

الأدوية والأطفال

تعاملي بعناية عندما تعطي أي أدوية للأطفال أو الرضع ، حتى لو كانت أدوية لا وصفية (هي الأدوية التي تعطى بدون وصفة طبية).

إليك بعض النصائح:

دائماً اقرئي النشرة الداخلية لأدوية طفلك اللاوصفية: من المهم أن تختاري الدواء الآمن وأن تقرئي النشرة الداخلية قبل أن تعطي الدواء لطفلك وأن تتأكدي من فهم النشرة بوضوح من حيث جرعة الدواء ووقت استخدامه.

معرفة المادة الفعالة في أدوية أطفالك:

يجب معرفة المادة الفعالة (هي المادة التي تعطي الدواء مفعوله العلاجي) في أدوية طفلك وذلك من النشرة الداخلية للدواء، أحيانا تكون المادة الفعالة في الدواء تستخدم لعلاج عدة أمراض لذلك قد توجد المادة الفعالة في عدة أدوية لعلاج عدة أمراض، مثل : أدوية البرد والصداع تحتوي على نفس المادة الفعالة لذا إذا كنت تعطين طفلك دواء لعلاج الصداع ودواء آخر لعلاج البرد فهناك احتمال بأنك قد ضاعفت الجرعة.

وإذا كنت غير متأكدة من أدوية طفلك استشيري الطبيب أو الصيدلي.

العلاج المناسب بالجرعة المناسبة لأطفالك:

ليست كل الأدوية مناسبة للأطفال أو الرضع. هناك أدوية تحمل اسم تجاري موحد وتباع على تراكيز مختلفة للأطفال والرضع والكبار، والإرشادات والجرعات تختلف على حسب العمر والوزن.

دائماً أعطي الدواء الصحيح واتبعي التعليمات بدقة و لا تعطي جرعة أكبر من الموصى بها حتى لو كان طفلك يبدو أكثر مرضاً من المرة السابقة.

ما الذي يجب فعله في حالة نصح مقدمي الرعاية الصحية الآباء أو الأمهات بعدم استخدام أدوية الكحة و نزلات البرد للأطفال الذين تقل أعمارهم عن السنتين؟

بإمكانك استخدام شاطف الأنف المطاطي اليدوي لطفلك و ذلك لإزالة احتقان الأنف، كما يمكن ترطيب السائل المخاطي باستخدام قطرات من ملح كلوريد الصوديوم 0.9 ملجم و ذلك لتسهيل عملية إزالةالاحتقان.

هل أدوية الكحة و نزلات البرد آمنة للأطفال الذين تقل أعمارهم عن السنتين ؟

لا يوجد توصية من هيئة الغذاء والدواء الأمريكية بخصوص جرعة آمنة لهذه الفئة العمرية ولكن هذه الأدوية قد تكون ضارة أو فتاكة في حالات نادرة. لذا يجب على الآباء أو الأمهات و مقدمي الرعاية الصحية توخي الحذر عند إعطاء هذه الأدوية للأطفال الذين تقل أعمارهم عن السنتين.

استشيري طبيبك أو الصيدلي عن الأدوية التي يمكن أن تخلط مع المشروبات أو المأكولات والأدوية التي لا يمكن خلطها:

ليست كل الأدوية والفيتامينات يمكن خلطها مع الأطعمة أو المشروبات، ومقدمي الرعاية الصحية يمكنهم مساعدتك في ذلك.

استخدمي أدوات القياس التي تأتي مع الأدوية مثل القطارة أو أكواب القياس:

هناك فرق بين ملعقة الطعام وملعقة الشاي يجب أن تعلمي بأن جرعة ملعقة الطعام تعادل ثلاثة أضعاف ملعقة الشاي .

معرفة وزن طفلك:

تعليمات الاستخدام لمعظم الأدوية تعتمد على الوزن. لا تخمني إطلاقاً كمية الدواء المفترض إعطاؤها لطفلك و تقومين بحسابها بناء على جرعة الأشخاص البالغين.

إذا لم تذكري الجرعة بناء على عمر أو وزن طفلك فلا تترددي بالاتصال على الطبيب أو الصيدلي

امنعي حدوث التسمم باستخدام الأغطية المقاومة للأطفال:

أعيدي إغلاق الدواء بإحكام بعد كل استخدام.

احفظي جميع الأدوية في مكان آمن :

معظم الأدوية ذات طعم جيد، ملونة، والعديد منها قابل للمضغ، فيظن الأطفال انها حلوى.

لمنع التعرض للتسمم: احفظي جميع الأدوية والفيتامينات في مكان امن وبعيد عن متناول الأطفال.

لا تترددي في الاتصال باحد مراكز معلومات الأدوية والسموم في حالة تناول طفلك لكمية كبيرة من الأدوية.

قومي بفحص الدواء ثلاث مرات:

اولاً:افحصي الغلاف الخارجي و تأكدي من عدم وجود شقوق او شروخ.

ثانياً: قبل الوصول إلى البيت تاكدي من ان ملصق العبوة الداخلية مطابق للعلاج المطلوب.

(تاكدي من إغلاق العبوة و بأنها غير مفتوحة مسبقا).

ثالثاً: افحصي لون، شكل، حجم، ورائحة الدواء وفي حالة وجود ملاحظات اسالي الصيدلي عن ذلك.

لا تعطي جرعة أكبر من الموصى بها حتى لو كان طفلك يبدو أكثر مرضاً من المرة السابقة

جمع ومراجعة :
المعيدة ص. ساره الأسمري - المعيد ص. بندر عسيري
المصادر :
الجمعية الصيدلية السعودية
هيئة الغذاء والدواء الأمريكية

الأعراض الجانبية للأدوية

"الدواء سلاح ذو حدين إن استُخدم بالطريقة الصحيحة كان علاجاً شافياً، وإن طوّع لغير ذلك كان سمّاً قاتلاً"

هل تحدث الأعراض الجانبية لأي شخص؟

كل شخص يمكن أن يتعرّض لآثار الدواء السلبية بشكل أو بآخر، فالأشخاص الذين يتناولون أكثر من 3 إلى 4 أدوية يومياً هم أكثر عرضة لآثار الدواء ومساوئه، وكذلك الأشخاص الذين يتناولون دواءين متعارضين في التأثير مما قد يتسبب في مشكلات لامحدودة، مثل: التأثير المضاعف (بحيث يزيد الدواء الأول من تأثير الدواء الثاني مما يؤدي إلى التأثير السمي لذلك الدواء) أو أن يصبح الدواء عديم الفائدة وهذا ما يسمى بالتأثير المضاد.

-السبيل الوحيد لتقليص فرصة حصول الأعراض الجانبية للأدوية هو استشارة طبيبك المختص للحد من عدد الأدوية الموصوفة قدر الإمكان. أخبر طبيبك بالأدوية التي تتناولها، بالإضافة إلى تلك التي تستخدمها لفترة قصيرة، الصيدلي هو الشخص الوحيد والمدرّب للكشف عن الأدوية والنظر في إمكانية أن تتسبب في عرض جانبي أو لا.

هل الأدوية الوصفية (التي تصرف بوصفة طبية) هي المسببة للأعراض الجانبية؟

ليس صحيحاً، فقد تكون الأعراض الجانبية مصاحبةً للأدوية اللاوصفية (الأدوية التي تصرف بدون وصفة طبية) والتي بإمكانها أن تتفاعل مع بعضها أو مع الأدوية الوصفية وتنتج أعراضاً جانبية. ويمكن للمكملات الغذائية أو الفيتامينات والأدوية العشبية الموجودة بالشاي أو الأقراص أن تسبب في حدوث آثار ضارة عند تناولها مع أدوية محددة، لذا، كن متواصلاً مع طبيبك المعالج والصيدلي عند بدئك في تناول مثل هذه المستحضرات.

كيف بإمكاني معرفة أصابتي بعرض جانبي لدواء معين؟

- عند بدئك في تناول دواء ما، فإنه من المهم ملاحظة أي تغيرات تطرأ على الصحة، وإخبار الطبيب عن حدوث أي شئ غير مألوف، ورصد ذلك مباشرة لمركز التيقظ الدوائي لدى هيئة الغذاء والدواء السعودية.

- إنه من الصعب معرفة ما إذا كان ذلك العرض الجانبي ناتجاً عن الدواء نفسه أو نتيجة لمضاعفات المرض، لذا يجب إعلام الطبيب متى ما بدأت الأعراض الجانبية إذا كانت مختلفةً عن أعراض المرض. وهذه قائمة ببعض الأعراض الجانبية التي غالباً ما تحدث نتيجة استعمال الأدوية ويلاحظها المريض، وتشمل:

- احمرار بالجلد.
- نزيف.
- قابلية الجلد للجروح بسهولة.
- إعياء وتقيؤ شديدين.
- إسهال.
- إمساك.
- صعوبة في التنفس.
- دوخة وفقد السيطرة.

هل يستطيع الطبيب مساعدتي في حال تعرضي لعرض جانبي ما؟

طبيبك والصيدلي هما من يستطيع إفادتك ما إذا كان ذلك العرض الجانبي هو نتيجة لتناول الدواء أو غيره، وهما من يقرر توقفك عن تناول الدواء أو الاستمرار فيه حسبما تستدعيه الحالة، وربما استخدام البدائل الأخرى سيكون حلاً ناجحا لإخفاء ذلك العرض الجانبي. أما إذا كان العرض الجانبي خطيراً، فذلك يستدعي منك التوجه لأقرب مستشفى أو مركز صحي، ولاتحاول التوقف عن استعمال العلاج من تلقاء نفسك، عليك باستشارة طبيبك والصيدلي أولاً قبل اتخاذك القرار بذلك.

جمع ومراجعة :
المعيد ص. بندر عسيري - المعيدة ص. ساره الأسمري
المصادر :
الهيئة العامة للغذاء والدواء السعودية

الاستخدام الأمثل للأدوية

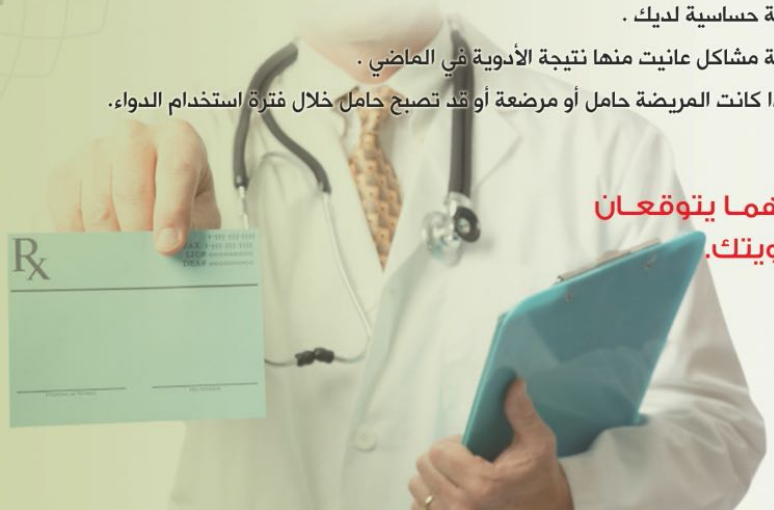
استخدم أدويتك حسب توجيهات طبيبك أو الصيدلي، للحصول على أفضل النتائج يجب استخدام الدواء بالجرعة الصحيحة، وبالطريقة الصحيحة، وللمدة الصحيحة أيضا.

يمكن استخدام الأدوية :

- كجرعة تؤخذ عند الضرورة، مثل أخذ جرعة باراسيتامول لمعالجة الصداع مع الانتباه إلى الحد اليومي من الجرعات
- لمدة محددة، مثل أخذ المضادات الحيوية لمعالجة بعض أنواع العدوى
- لمدة طويلة، مثلا عندما تعاني من مشكلة صحية مزمنة مثل ارتفاع ضغط الدم.

لضمان الاستفادة القصوى من دوائك، أخبر طبيبك أو الصيدلي عن الأمور التالية:

- المشاكل الصحية التي تعاني منها .
- كل الأدوية التي تستخدمها، بما فيها: الأدوية الموصوفة طبياً، والأدوية التي لا تحتاج لوصفات طبية، والفيتامينات، والأدوية العشبية ،والمكملات الغذائية(قد يؤدي أي من هذه الأدوية إلى تفاعلات ضارة عند أخذها معاً، لذلك من المهم أن يعرف طبيبك والصيدلي عن كل الأدوية التي تأخذها) .
- أية حساسية لديك .
- أية مشاكل عانيت منها نتيجة الأدوية في الماضي .
- إذا كانت المريضة حامل أو مرضعة أو قد تصبح حامل خلال فترة استخدام الدواء.



تحدث إلى طبيبك أو الصيدلي عن صحتك وأدويتك، إذ أنهما يتوقعان منك أن تطرح أسئلة؛ وذلك لتعزز فهمك بحالتك الصحية وأدويتك.

- هل هناك أية أدوية يجب ألا أستخدمها في ذات الوقت مع هذا الدواء؟
- هل يمكنني السياقة أثناء استخدام هذا الدواء؟
- هل أحتاج لمراقبة أو إجراء تحليل مختبر؟ مثلا هل أحتاج إلى قياس معدل السكر في دمي ؟
- كيف يجب أن أخزن هذا الدواء؟

أسئلة تطرحها على طبيبك والصيدلي

استفسر عن مشكلتك الصحية

- هل هي مشكلة صحية قصيرة أو مزمنة، مثلا هل هي نزلة برد أو مشكلة في ارتفاع ضغط الدم؟
- اسأل عن الغرض من الدواء؟
- ما هو اسم هذا الدواء؟
- ما هو سبب استخدامي للدواء؟
- متى سأبدأ في ملاحظة تغييرات في صحتي؟

إذا نسيت جرعة دوائك

- **إذا فات موعد تناول الجرعة، ولم تتذكر إلا بعد ذلك، فتصرف كالآتي:**
- إذا كانت الفترة الفاصلة بين تذكرك وموعد الجرعة السابقة قصيرة فتناول الجرعة فوراً، وتناول الجرعة التالية في موعدها المعتاد. مثال: دواء تتناوله كل 12 ساعة (الساعة 6 ص و الساعة 6م) وفاتت جرعة 6ص ولم تتذكرها الا 8 ص ، فتناولها الساعة 8 ص.
- إذا كانت الفترة الفاصلة بين تذكرك وموعد الجرعة السابقة طويلة، وأقرب ما تكون للموعد التالي ، أخّر تناول الجرعة إلى الموعد التالي، واستمر في تناول الجرعات التالية في مواعيدها، المثال السابق، ولم تتذكر جرعة 6 ص إلا الساعة 4 م فتناولها عند 6م (لا تضاعف الجرعة)

لا تستعجل!!!!!

يستعجل بعض الناس حصول التأثير الدوائي، وقد يترك العلاج إذا لم يشعر بتحسن فوري، وبالمقابل يترك الكثيرون الدواء عند ظهور أول تحسن وكلا الأمرين خطأ، ويشكل خطورة على المريض من عدة جوانب:

- احتمال عودة المرض، وانتكاس حالة المريض بعد بداية تماثله للشفاء.
- مقاومة العدوى الجرثومية للمضادات الحيوية التي استخدمها، بحيث لا تؤثر فيها مستقبلاً.

اسأل عن كيفية استخدام الدواء

- في أي وقت من اليوم يجب أن استخدم الدواء؟
- ما الذي يجب أن أفعله إذا نسيت أخذ جرعة منه؟
- اسال عن الوقت الذي يجب أن تتوقف فيه عن استخدام أي من أدويتك
- هل يجب أن أكمل استخدام كل الدواء أو أن أستخدمه فقط إلى حين الشعور بالتحسن أو أستخدمه لفترة طويلة؟
- عندما أبدأ في استخدام دواء جديد، هل علي التوقف عن استخدام أي من الأدوية الأخرى؟

اسأل عن كيفية استخدام الدواء

- هل أستخدم دوائي قبل وجبات الطعام أو بعدها؟
- إذا كان علي اتباع طريقة معينة لاستخدام الدواء كما هو الحال مثلا في استخدام القطرات أو البخاخات، ما هي الطريقة الصحيحة لاستخدامه؟

اسأل عن الآثار الجانبية

- ما هي الآثار الجانبية التي يجب التنبه لها؟
- ما الذي يجب أن أفعله إذا حصل لي تأثير جانبي؟

ما يساعدك على عدم نسيان الجرعة

- اختر مواعيد تناول أدويتك لتتناسب مع ظروفك الحياتية : مواعيد تناول طعامك مثلا، مواعيد النوم والاستيقاظ
- لتكن الأدوية في مكان بارز وآمن تراه بشكل مستمر عند دخولك وخروجك .
- استعن ببعض الأهل والأصدقاء لتذكيرك بمواعيد الجرعات .
- اضبط جوالك أو ساعتك أو مفكرتك الإلكترونية لتقوم بتنبيهك في مواعيد تناول الجرعات.

تنبيهات عامة

- على الرغم من أن الأدوية يمكن أن تريحك وتساعدك على التحسن، فمن المهم أن تعرف أن لهذه الأدوية بما فيها الأدوية الموصوفة طبيا أو الأدوية التي لا تحتاج إلى وصفة أو الأدوية العشبية ، بعض المخاطر إلى جانب الفوائد المأمولة منها
- تشمل بعض المخاطر المصاحبة لاستخدام الأدوية ما يلي:
  - ردات فعل (حساسية)
  - تفاعلات ضارة عند الجمع بين الدواء وأنواع معينة من الطعام، والمشروبات، والفيتامينات، والأدوية الأخرى الوصفية واللاوصفية وغيرها.
  - تسبب الدواء في آثار غير مرغوب فيها على جسمك. وهي تُعرف باسم الآثار الجانبية
- يفضل معظمنا عدم استخدام الأدوية. غير أنك قد تحتاج لأخذ دواء معين لسنوات أو لمدى الحياة على الرغم من أنك تشعر بصحة تامة، قد يكون من الضار لك أن توقف دواء موصوفاً لك على المدى الطويل أو تغير طريقة أخذه. إذا أردت أن تتوقف عن استخدام الدواء أو أن تستخدمه بطريقة مختلفة عما أوصي لك به، ناقش الأمر مع طبيبك أو الصيدلي أولا.
- إذا كنت تعاني من مشكلة صحية مماثلة لمشكلة لدى صديق لك، فقد يكون من المغري تبادل أدويتكما أو مشاركتها. لا تتشارك مع أي شخص آخر في استخدام أدويتك، حيث أوصي باستخدامها لمشكلتك الصحية الشخصية ويمكن أن تؤذي الشخص الآخر، حتى لو كنت تعتقد أن لديه أعراضك ذاتها.

جمع ومراجعة :
المعيد ص. بندر عسيري - المعيدة ص. ساره الأسمري
المصادر :
الجمعية الصيدلية السعودية
NPS MedicineWise

الأدوية المستخدمة

لبعض الأمراض الشائعة خلال فترة الحمل

مرض السكري

- مرض السكري من الامراض التي قد تسبب خطورة على صحة الأم والجنين خلال فترة الحمل إن لم يتم التعامل معه بحرص .
- توصي الجمعية الأمريكية لمرض السكري بقياس مستوي السكر في الدم على الأقل ثلاث مرات يوميا ومرة واحدة اسبوعيا لسكر الهيمجلوبين A1c .
- توصي الجمعية ايضا بوضع الأم على نظام غذائي علاجي يعتمد على مستويات السكر في الدم بالاضافة إلى الوزن والطول .
- توصي كل من الجمعية الامريكية للغدد الصماء والجمعية الامريكية لمرض السكري باستخدام الأنسولين لعلاج السكر خلال فترة الحمل .
- كما أن خافضات السكر الفموية غير قادرة على ضبط مستوى سكر الحامل ولهذا يعتبر الأنسولين الخيار المفضل

مرض الربو

معظم أدوية الربو آمنة عند استخدامها أثناء فترة الحمل حيث أنه من المهم أن تتم السيطرة على مرض الربو لأن عدم استخدام أدوية لمعالجته يتسبب في مخاطر كبيرة على الأم والجنين، وينبغي تجنب دواء سينقولر -Sin gulair (مونلوكاست) نظرا لعدم ضرورته للتحكم بأعراض الربو ولعدم توفر بيانات طبية كافية عنه.

الغثيان و القيء

- يفضل عدم استخدام أيّ أدوية لها إلاّ في الحالة الضرورية بعد تقييم الطبيبة المُشرفة على الحالة.
- يمكن الاستعاضة عن الادوية باستخدام المنتجات الطبيعية كمشروب وحلوى الزنجبيل و مشروب النعناع والقرنفل .

مرض ارتفاع ضغط الدم

- يتم تعريف مرض ارتفاع ضغط الدم في الحمل بارتفاع ضغط الدم ل 140/90 أو اكثر لمرتين متتابعتين يفصل بينهم على الأقل 6 ساعات .

"يعتبر (ميثايل دوبا) أكثر خافضات الضغط آمناً خلال الحمل واكثرهم تفضيلا " .

- كما يمكن استخدام أدوية أخرى تحت ظروف معينة يقررها الطبيب المختص .

أعراض البرد

- عند الحاجة يمكن استخدام البارسيتامول (الأدول - الفيفادول العادي), كذلك يمكن استنشاق القطرت الملحيه والغرغرة بالماء الساخن و المالح .
- ولا ينصح بإستخدام مضادات الالتهابات الغير استرودية مثل الأسبرين والبروفين ، حيث أنها قد تسبب أضرار كلوية وقلبية للجنين كما أن تأثيرها المرخي لعضلة الرحم يؤدي إلى تأخير موعد الولادة (المخاض).

الصداع

- أكثر الأدوية أمناً في حالة الصداع البارسيتامول (الأدول-الفيفادول العادي) مع تجنب الإكثار منه ، ويجب تجنب مضادات الالتهاب الغير ستيرودية و التي قد تسبب تشوهات أو إجهاض.

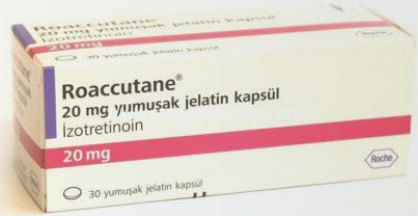
الإكتئاب

- ينبغي قبل الحمل مراجعة الأمر مع الطبيب المختص وعدم الانقطاع عن الأدوية ، حتى يضع خطة مناسبة سواء بقطع الدواء أو استبداله بدواء آمن مع مراعاة تجنب أخذه خلال الفترة الثالثة من الحمل الأشهر الثلاثة الأخيرة خوفاً من ظهور أعراض إنسحابية على المولود.

أدوية يجب تجنبها خلال فترة الحمل

. الأدوية المشتقة من فيتامين (أ)

- مثل روأكيوتَين وهي أدوية تستخدم لعلاج حب الشباب وبعض الأمراض الجلدية وبعض الأورام مثل الصدفية حيث أنها تسبب تشويه الجنين بشكل فضيع يشمل كامل الوجه والجهاز العصبي المركزي.
- يجب على المرأة التي تستخدم هذه الأدوية أن توقفها قبل أن تقرر الحمل بمدة لا تقل عن سنة لأن مفعولها يستمر لمدة طويلة جدا قد تصل إلى سنة.



- الأدوية المستخدمة في علاج تضخم الغدة الدرقية

- يمكن أن تستخدم أثناء فترة الحمل وطبيبك المعالج سوف يختار أقل جرعة ممكنة من الدواء وقد يعمل أي تغيير يلزم في الخطة العلاجية لذلك من المهم اخبار الطبيب المعالج عند معرفتك بالحمل أو عند تخطيطك لذلك

- الأدوية التي تستخدم لزيادة سيولة الدم (الوارفرين)

- هنالك بعض التحذيرات التي يجب الأخذ بها عند استخدام الأدوية المسيلة أثناء الحمل على سبيل المثال دواء الوارفارين يمكن أن يتسبب في مشاكل للجنين لذلك من المهم إيقاف استخدامه قبل الحمل

. أدوية الصرع

- التي تسبب تشوهات خطيرة للجنين ويحظر استخدام أنواع كثيرة منها لذلك يجب مناقشة الأمر مع الطبيب المُشرف على الحالة قبل الحمل أو حال العلم به .

ملاحظة مهمة

المضادات الحيوية

- في حالة موافقة الطبيبة فإنه ينبغي التقيّد التام بالجرعة المناسبة للمضاد خلال اليوم في الوقت المحدد والالتزام بإنهاء الفترة كاملة وإن ظهرت أعراض تحسن.

تجنب نوع من المضادات الحيوية يُسمى (التتراسيكلين) خاصة في الشهر الرابع وذلك لتسببه في تلوّن أسنان المولود.

- تجنب بعض أنواع المضادات التي لها تأثيرات مشوّهة على غضاريف مفاصل الجنين .

جمع ومراجعة :
د. عادل أبو علي – المعيدة ص. ساره الأسمري – المعيد ص. بندر عسيري

المصادر :
الهيئة العامة للغذاء والدواء السعودية
الجمعية الأمريكية لمرض السكري
الجمعية الأمريكية للغدد الصماء