

توصیه های دارویی و پیشگیری از مسمومیت ها در ارتباط با ایام نوروز

(تعطیلات عید)

ستاد مرکزی اطلاع رسانی داروها و سموم سازمان غذا و دارو وزارت بهداشت

تلفن مشاوره دارویی: ۱۴۹۰

نهاده نوروز



معاونت غذا و دارو یزد، ضمن تبریک به مناسبت فرا رسیدن سال نو و ایام نوروز،
برای کلیه همشهریان و هموطنان گرامی آرزوی سلامت می نماید و توجه شما را به
نکات ذیل جهت پیشگیری از بروز برخی مشکلات معمول دارویی در ایام تعطیلات
عید جلب می نماید:

پیش از عید

توصیه های دارویی و پیشگیری از مسمومیت در استقبال از عید نوروز

سامان دهی قفسه دارویی خانه:



ضمن انجام خانه تکانی و گردگیری عید، حتماً در منازل با کیسه های دارو محتوی قرص، کپسول و یا شربت نیمه مصرف شده مواجه خواهید شد. توصیه می شود به شکل زیر جعبه یا قفسه دارویی خود را سر و سامان دهید:

(۱) داروهایی که **تاریخ انقضاء** آنها فرا رسیده است، از بسته بندی اصلی خارج نمایید و داخل کیسه زباله ریخته، معدوم نمایید. برای جلوگیری از مصرف نابجای داروهای دور ریخته شده، بهتر است قرص ها و کپسولها را با زباله های تر مانند تفاله چای مخلوط نمایید تا ظاهر ناخوشایند آن مانع مصرف داروها توسط کودکان و ... شود.

(۲) **تاریخ انقضاء** معمولاً به تاریخ شمسی یا میلادی روی جعبه مقوایی داروهای، همچنین در انتهای ورقه های آلومینیومی بسته بندی قرصها و کپسول ها، بر روی شیشه آمپول و ویالهای تزریقی و درخصوص پمادها و کرمهای موضعی بر روی انتهای تیوب پماد و کرم و یا روی جعبه مقوایی آنها حک شده است.

(۳) **شربت های تاریخ گذشته** (به جز آنتی بیوتیک ها) را در فاضلاب خالی کرده و شیشه های آن را دور بریزید. سوسپانسیون آنتی بیوتیک ها را بعد از گذشت ده روز از مصرفشان داخل سطل زباله بیندازید.

(۴) **قطره های چشمی** که از باز شدن درب آن یک ماه گذشته است دیگر استریل نمی باشند و باید دور ریخته شوند.

(۵) **آمپولها و سرنگ های تاریخ گذشته** را در کیسه زباله بریزید و معدوم نمایید.

۶) بهتر است داروهایی که داخل زباله ریخته می شود با مواد دیگر مانند **تفاله چای** آلووده شوند تا از مصرف اتفاقی آن توسط انسان و حیوان پیشگیری شود.

۷) **کرمها و فرآورده های آرایشی و بهداشتی** هم دارای تاریخ انقضایی (بسته به نوع فرآورده) از ۶ ماه تا ۲۴ ماه پس از بازکردن درب ظرف می باشند که به صورت یک عدد در کنار تصویر یک قوطی با درب باز شده روی بسته بندی فرآورده ترسیم می شود. (بسیاری از لوازم آرایشی هم بعد از مدت اعلام شده بر روی بسته بندی، در صورت استفاده ایجاد عوارض می نمایند).

۸) داروهایی که تاریخ انقضای آنها فرا نرسیده است ولی استفاده ای در منزل ندارد می تواند به مراکز منتخب **جمعیت هلال احمر** جهت استفاده اهداء شود. لازم به ذکر است داروخانه های سطح شهر از پس گرفتن داروهایی که قبلاً به صورت آزاد یا بیمه فروخته شده معذور می باشند.

ممکن است در ایام تعطیلات عید دسترسی شما به داروخانه های روزانه به دلیل تعطیلی آنها مقدور نباشد ولی همیشه **داروخانه های شبانه روزی** و برخی داروخانه هایی که ملزم به باز بودن داروخانه به صورت شیفت از پیش تعیین شده می باشند، قابل دسترسی هستند.

لذا باید توجه کرد:

۹) چنانچه شما و یا بستگانتان، به دلیل ابتلا به **بیماری مزمن**، دارویی را به صورت مرتب مصرف می کنید، مطمئن شوید دارو را به حد نیاز و تا پایان تعطیلات و ضمن سفر در اختیار دارید. چرا که بسیاری از داروها مانند داروهای ضد تشنج، داروهای بیماریهای قلبی و فشارخون، داروهای ضد افسردگی و اختلالات عصبی، داروهای ضد دیابت و چربی خون و برخی داروهای مسکن و همچنین آنتی بیوتیک ها، باید مرتب مصرف شوند و قطع ناگهانی این داروها، بیمار را دچار مشکل خواهد کرد.

نظافت منزل:



پیش از شروع تعطیلات نوروز، بر اساس سنتی قدیمی، نظافت و شستشوی خانه ها آغاز می شود. علاوه بر آنکه باید مراقب باشیم چار حواشی مانند سقوط از ارتفاع نشویم، باید توجه داشت که استفاده نابجا و بدون آگاهی از مواد شوینده و پاک کننده شیمیایی می تواند خطرات جبران ناپذیری را ایجاد نماید. بنابراین با رعایت نکات زیر سلامت خود را تضمین نمایید:

۱. همیشه در هنگام استفاده از **فرآورده های شیمیایی** و شوینده در نور کافی برقسب روی بسته بندی را مطالعه نموده سپس مصرف نمایید. استفاده از داروها و مواد شیمیایی در تاریکی می تواند خطرناک باشد.
۲. در هنگام استفاده از مواد شیمیایی و فرآورده های شوینده و پاک کننده، پنجره ها را باز کنید تا هوا به خوبی در محیط جریان داشته باشد. بسیاری از این ترکیبات **بخارات سمی** ایجاد می کنند که به مخاط دهان، بینی و ریه صدمه می زند.
۳. در زمان نظافت سطوح و استفاده از ترکیبات شوینده و پاک کننده از **دستکش لاستیکی**، کفش جلوبرسته و در صورت امکان، ماسک استفاده نمایید.
۴. **از اختلاط مواد شیمیایی مانند جوهر نمک و مواد سفید کننده و لک بر جا خودداری کنید. بخارات و کازهای ناشی از این اختلاط بسیار سمی و خفه کننده می باشند.**
 ۵. بسیاری از داروها و محصولات خانگی مانند جوهر نمک، مواد شوینده و لک بر، لاک پاک کن، سموم حشره کش و جونده کش (مانند مرگ موش)، تینر، ضدیخ، بنزین و نفت می توانند در صورت **بلغیده شدن** و تماس با پوست و چشم و یا در صورت تنفس، بسیار سمی باشند.
 ۶. همیشه پس از استفاده از مواد شیمیایی سریعاً درب آن را ببندید و دقت نمایید که هیچ ظرف دربسته ای از **دسترسی کودکان** در امان نیست.
 ۷. کیف دستی، **ساق خرید** و کیسه های نایلونی را دور از دسترس کودکان قرار دهید. ممکن است داخل آنها وسایلی باشد که توسط کودک بلعیده شود و یا کودک ضمん بازی آنها را روی سر خود کشیده و سبب خفگی وی شود.
 ۸. در صورتیکه کودک شما ماده ای غیر خوراکی را بلعید، با مرکز اورژانس ۱۱۵ و یا **مرکز اطلاع رسانی داروها و سموم** ۱۴۹۰ تماس بگیرید.
 ۹. محصولات شیمیایی و شوینده، نفت و بنزین و داروها خصوصاً شربت ترک اعتیاد **متادون** را همیشه در ظرف اصلی آن نگهداری کنید. هیچگاه این فرآورده ها را در ظرف مواد خوراکی (مانند بطری نوشابه) نگهداری نکنید. این عمل سبب خوردگشدن اشتباهی این مواد توسط کودکان و مسمومیت شدید ایشان خواهد شد.

در سفر

توصیه های دارویی و پیشگیری از مسمومیت، در ایام تعطیلات عید نوروز



- (۱) در طی سفر **داروهای** خود را همراه داشته باشید چه بسا تا زمان پیدا کردن داروخانه در مقصد، برای تهیه دارو دچار مشکل شوید.
- (۲) چنانچه ضمن حرکت اتومبیل، قطار، کشتی و یا هواپیما، دچار سرگیجه و حالت تهوع می شوید، به خاطر داشته باشید با مصرف ۱ یا ۲ قرص ۵۰ میلی گرمی **دیمن هیدرینات**، نیم ساعت قبل از شروع سفر و تکرار یک قرص هر ۴ تا ۶ ساعت یکبار در طی سفر، می توان عوارض ناشی از حرکت، تهوع و سرگیجه را برطرف کرد. باید توجه داشت که در طول ۲۴ ساعت نباید بیشتر از ۸ عدد قرص مصرف شود. در صورت بارداری یا شیردهی، با داروساز یا پزشک مشورت نمایید.
- (۳) چنانچه به **امارات متحده عربی** (دبی، شارجه، ابوظبی) و یا عربستان سفر می کنید، از همراه بردن داروهای آرامبخش مانند داروهای دیازپام، اگزازپام، لورازپام و...، داروهای مسکن کدئین دار (مانند استامینوفن کدئین، اکسپکتورانت کدئین) و ترکیبات روانگردان جداً اجتناب نمایید. براساس قوانین این کشور، متهمن به حمل این داروها با مجازات سنگینی مواجه خواهد بود. در صورت نیاز به مصرف این داروها، نسخه پزشک معالج را همراه داشته باشید و یا نسبت به جایگزینی داروها با پزشک یا داروساز مشورت نمایید.
- (۴) چنانچه به برخی از کشورهای **افریقایی** و یا آسیایی سفر می کنید مطمئن شوید که آیا تزریق واکسن خاصی (مانند منزیت و یا تب زرد) پیش از سفر مورد نیاز است یا خیر.
- (۵) جهت پیشگیری از **گزش حشرات** در محیط های گرم و مرطوب و استوایی، پشه بند، حشره کش های خانگی و یا پماد و اسپری دافع حشرات همراه داشته باشید.
- (۶) همراه داشتن **جعبه کمک های اولیه**، خصوصاً در مورد خانواده هایی که فرزند خردسال دارند، همچنین همراه داشتن پوشک، شیرخشک شیرخوار، درجه تب، داروهای بدون نسخه مانند شربت تب بر، شربت سرماخوردگی، قطره و یا شربت مولتی ویتامین و آهن، پماد سوختگی، پنبه و گاز استریل و دیگر داروهایی که کودک در حال مصرف می باشد در طی سفر ضروری می باشد.

۷) نحوه نگهداری داروها را از دکتر دارو ساز، هنگام تحويل گرفتن دارو از داروخانه پرسید و هیچگاه

داروهای خود را در اتومبیلی که زیر نور آفتاب پارک شده است و یا در شیشه عقب اتومبیل (حتی در زمستان) قرار ندهید. داروهای یخچالی را در همراه با یخ و یا در داخل ظروف خنک کننده حمل نمایید.

۸) در خصوص **بیماران دیابتی** که انسولین تزریق می کنند توجه به موارد زیر در هنگام سفر (براساس

توصیه های مرکز تحقیقات غدد و متابولیسم دانشگاه علوم پزشکی تهران)، ضروری می باشد:

۱- فراهم نمودن انسولین و داروهای مصرفی و سرنگ برای تمام مدت سفر.

۲- همراه داشتن دستگاه یا نوار کنترل قند خون، قند حبه ای، نبات، بیسکوئیت و آب میوه برای درمان کاهش احتمالی قند خون. همراه داشتن میان وعده مناسب (مانند میوه و ساندویچ کوچک).

۳- در خصوص بیماران مبتلا به فشار خون بالا، بهتر است دستگاه فشار سنج و داروهای مصرفی همراه بیمار باشد و از مصرف مواد غذایی حاوی نمک مانند آجیل و تنقلات و مواد غذایی چرب خودداری شود.



بطور کلی در صورت نیاز می توانید سوالات خود را در زمینه اطلاعات دارویی و موارد

سمومیت، با موضوعات ذیل و با کارشناسان مرکز اطلاع رسانی داروها و سموم به شماره

تلفن ۱۴۹۰ درمیان بگذارید:

• نحوه نگهداری و مصرف صحیح داروها

• تداخل مصرف همزمان داروها با هم و با مواد غذایی

• مصرف داروها در دوران بارداری و شیردهی

• عوارض جانبی ناشی از مصرف داروها

• سازگاری و نحوه اختلاط داروهای تزریقی

• سمومیت با داروها، سموم و مواد شیمیایی، گیاهان و گازهای سمی، گزیدگی ها

نوروز را با توجه به نکات زیر و آگاهی از خطرات برای خود و همراهان خاطره انگیز کنید:



✓ در مسیر سفر توجه کنید که مسمومیت با **گیاهانی** مانند **خرزهه**، دیفن باخیا، کرچک و برخی از قارچهای خودرو می تواند بسیار خطرناک باشد. مراقب کودکان باشید و در صورت وقوع مسمومیت با این گیاهان مصدوم را در اسرع وقت به نزدیکترین مرکز درمانی منتقل کنید.

✓ جهت کاهش احتمال بروز مسمومیت با **گاز منوکسید کربن** (که بی رنگ، بی بو و شدیداً سمی است) باید یک سیستم تهویه هوا در محیط باشد. ضممن اطمینان از استاندارد بودن وسایل گرمایشی (بخاری نفتی و گازی)، آبگرم کن و پکیج دیواری، دائماً از سلامت عملکرد آنها اطمینان حاصل نمایید و دودکش این وسایل را خصوصاً اگر محل جدیدی را برای گذران تعطیلات عید درنظر دارید، کنترل کنید.

✓ هیچگاه در داخل اتومبیل با **موتور روشن** در مدت هرچند کوتاه، نخوابید. این کار سبب بروز مسمومیت کشنده با منوکسید کربن خواهد شد. همچنین از روشن کردن گاز پیک نیکی در داخل چادر و یا اتومبیل و یا در محیط بسته دیگری به منظور تامین گرما، جدا "خودداری نمائید.

✓ چنانچه در یک محیط بسته و دارای **بخاری نفتی** یا گازی حالت تهوع، سرگیجه و خواب آلودگی داشتید، سریعاً بقیه را در جریان بگذارید و اگر مشکوک به مسمومیت با منوکسید کربن هستید محیط را ترک کنید. هر شخصی که با گاز منوکسید کربن در تماس بوده و دارای عالیم فوق می باشد باید فوراً توسط پزشک معاینه شود. نوزادان و افراد مسن، زنان حامله، افرادی که دارای ناراحتی های قلبی عروقی هستند چنانچه با این گاز در تماس باشند حتی در صورت نداشتن علامت حتماً باید توسط پزشک معاینه شوند.



غذاهای **مسوم کننده** ممکن است بو یا مزه ناخوشایندی نداشته باشند. با وجودیکه اکثر مسمومیت های غذایی معمولاً ظرف ۲۴ ساعت برطرف می شوند، اما بعضی از آنها مانند مسمومیت با غذای کنسروی می توانند کشند باشند.

✓ مسمومیت و مرگ ناشی از **بوتولیسم**، در اثر غذا و **کتسرو** آلوده بروز می کند و بسیار کشنده است. بیمار مبتلا سریعاً باید به یک مرکز درمانی مجهز، جهت تزریق داروی ضد سم منتقل شود.

✓ **بوتولیسم** نوعی مسمومیت غذایی کشنده است که در اثر مصرف کشک غیر پاستوریزه، غذاهای کنسروی (که قبل از مصرف حرارت مناسب به آنها نرسیده است) و یا سوسیس و کالباس آلوده بروز می کند. علایم و نشانه های این مسمومیت با تاخیر (بعد از ۱۲ تا ۲۴ ساعت) ظاهر می شود و شامل تاری دید، دویینی، افتادگی پلک فوکانی، عدم توانایی حرکتی، اختلال تکلم، لکنت زبان، سختی بلع، و خشکی و درد گلو می باشد. مهمترین اقدام درمانی در این مسمومیت تجویز سریع داروی ضد سم (Anti toxin) در مرکز درمانی می باشد. در صورت عدم درمان ممکن است فرد مسموم در اثر فلچ تنفسی فوت نماید.

✓ چنانچه در سفر از **غذای آماده کنسرو شده** استفاده می نمایید، با جوشاندن کنسرو به مدت ۲۰ دقیقه می توان از خطر مسمومیت کشنده بوتولیسم پیشگیری نمود.

✓ **هرگز غذاهای پخته شده** را بیش از ۲ ساعت (اگر هوای اتاق گرم می باشد، بیش از یک ساعت) در دمای محیط رها نکنید. برای دوباره گرم کردن غذاهای باقیمانده آنها را تا ۷۴ درجه سانتی گراد گرما دهید تا غذا بخار کند و همچنین غذاهایی که بیش از ۳ روز باقیمانده اند را مصرف نکنید.



- ✓ همیشه قبل از آماده کردن و یا خوردن غذا، دستهایتان را با **صابون بشویید**. نوعی از اسهال میکروبی در طی سفر و به دلیل عدم رعایت بهداشت قابل انتقال است. به خاطر داشته باشید دستهایتان را بعد از استفاده از سرویس‌های بهداشتی، برداشتن گوشت خام، سیگار کشیدن، دست زدن به حیوانات و دست زدن به زباله‌ها حتماً بشوئید.
- ✓ علایم و نشانه‌های برخی از **سمومیتهای غذایی** با تاخیر ظاهر می‌شود. یعنی ممکن است ۱۲ تا ۲۴ ساعت بعد از مصرف غذای آلوده، علایم در فرد مسموم بروز نماید. علایم و نشانه‌های این مسمومیت‌ها شامل سردرد، تب، خستگی، تهوع، استفراغ، اسهال آبکی شدید، کم شدن آب بدن، ضعف و درد شکم می‌باشند.
- ✓ دستور طلائی پیشگیری از مسمومیت غذایی: **"پختن غذا و خوردن آن در همان روز"** است.
- ✓ رعایت این‌نی غذایی مانع بروز **سمومیت غذایی** می‌شود. ضمن سفر از حمل گوشت خام و تخم مرغ خام و فرآورده‌های لبنی با ماندگاری کوتاه خودداری نمایید، چرا که سریعاً فاسد می‌شوند.
- ✓ از خرید **قوطی‌های کنسرو** دارای برآمدگی، فرورفتگی و یا نشتنی خودداری کنید و مطمئن شوید که درپوش آن‌ها شکسته نشده باشد. اگر فرآورده‌ای ظاهر و یا بوی ناخوشایندی داشت، به هیچ عنوان آن را نچشید و کنسروها را قبل از مصرف ۲۰ دقیقه در آب درحال جوشیدن حرارت دهید و سپس مصرف نمایید.
- ✓ در طی سفر برای حمل مواد غذایی فاسد شدنی، از **یخدان** مناسب استفاده کنید. غذاهایی که حاوی سس، تخم مرغ و خامه می‌باشند خیلی زود فاسد می‌شوند.

هنگام **بازی کودکان** در فضای باز مراقب آنها باشید تا توسط گلها و گیاهان سمی، مسموم نشوند. تماس پوست با برخی از این گیاهان (مانند گزنه) و یا به دهان بردن آنها (مانند دیفن باخیا و خرزهره) منجر به مسمومیت شدید می شود.

در سفر از خوردن گیاهان و **قارچهای** خودرو اجتناب نمایید و گیاهان یا قارچها را به دلیل مصرف آنها توسط جانوران، غیر سمی تلقی ننمایید. زیرا تشخیص گیاهان و قارچهای سمی از انواع بی خطر بسیار مشکل است.

در صورتیکه **کودک** شما ماده ای غیر خوراکی را بلعید، با مرکز اورژانس ۱۱۵ و یا مرکز اطلاع رسانی داروها و سموم ۱۴۹۰ تماس بگیرید.

هنگام تفرج در **دشت و جنگل** از دستکاری سنگها و راهپیمایی بدون کفش برای جلوگیری از گزش مار سمی و عقرب خودداری نمایید.

در هنگام **مارگزیدگی** بیمار را آرام کنید و از حرکات بیش از حد او جلوگیری کنید. عضو محل گزیدگی مار را باید بی حرکت و هم سطح یا کمی پایین تر از سطح قلب نگه داشت.

گزش **عقرب** می تواند منجر به بروز درد شدید در ناحیه گزش شود اما با اینکه علائم تهدیدکننده حیات و حوادث منجر به مرگ به ندرت رخ می دهد، مصدوم را به نزدیک ترین مرکز درمانی برای تزریق پادزه ر منتقل نمایید.



زنبور گزیدگی ممکن است در اثر نیش انواع زنبور مانند زنبور عسل و زنبور سرخ بروز نماید. از دستکاری کندوی زنبور های خصوصاً وحشی خودداری کنید. حمله و گزش دسته جمعی زنبورها می تواند کشنده باشد.

نیش زنبور عسل ماده، به کیسه محتوی زهر متصل است و پس از گزش در زخم باقی می ماند بنابراین برداشتن سریع نیش از روی زخم، جهت جلوگیری از ورود بیشتر سم به زخم ضروری است.

✓ اگر فرد **زنبور گزیده** مشکل تنفسی داشت و یا تورم شدید و سریع در محل گزش بروز کرد، باید به پزشک مراجعه نماید.

✓ در **مار گزیدگی**، یک نوار محکم و پهن، چند انگشت بالاتر از محل گزیدگی مار بویژه اگر محل گزیدگی در دست ها یا پاها باشد ببندید. هر ۱۰ تا ۱۵ دقیقه، به مدت یک دقیقه نوار را باز کرده و دوباره ببندید. این کار باید تا زمان آماده شدن پادزه را در بیمارستان ادامه یابد.

✓ هر چه سریعتر فرد **مار گزیده** را به اورژانس بیمارستان منتقل کنید و زمان را با تلاش برای کشتن و یا گرفتن مار از دست ندهید همچنین از سرد کردن عضو مار گزیده با آب سرد یا یخ خودداری کرد.

✓ اگر طی ۵ تا ۷ سال اخیر مصدوم مار گزیده، واکسن **کزان** تزریق نکرده است به پزشک اطلاع دهید.

✓ **تورم** ناشی از گزش عقرب، عموماً محدود به ناحیه گزش است و احساس بی حسی و سوزش در ناحیه گزش برای ۴ تا ۶ ساعت بوجود می آید و معمولاً پس از ۲۴ ساعت بهبود می یابد.

✓ اقدامات اولیه در گزش های معمولی زنبور عبارتند از: محل زنبور گزیدگی را با آب و صابون بشوئید، روی محل زنبور گزیدگی کمپرس سرد یا کیسه محتوی یخ قرار دهید و به طور متواالی هر ۱۵ دقیقه یکبار کیسه یخ را از روی پوست بردارید، از قراردادن مستقیم یخ روی پوست اجتناب نمایید و از گرم کردن موضع بپرهیزید.

✓ در مناطقی که **حشرات** زیادی وجود دارد، بهتر است روی پوست بدن مخصوصاً بدن کودک از کرمهای دور گنده حشرات استفاده نمود. اما باید توجه داشت استفاده دائم از این مواد سبب حساسیت بیشتر می شود.

✓ برای پیشگیری از **گزش** حشرات در محیط های باز، پیراهن آستین بلند و شلوار بلند به کودکان بپوشانید.

اگر با موارد مسمومیت در خانه یا سفر برخورده کردیم، چه باید بکنیم؟

۱. در مسمومیت های دارویی و شیمیایی باید بدانیم فرد مسموم چه نوع ماده ای، چه مقدار، چه موقع و از چه راهی مصرف کرده است.
۲. اگر بیمار هوشیار بود با مرکز اطلاع رسانی داروها و سموم به شماره ۱۴۹۰ و یا اورژانس ۱۱۵، تماس گرفته و در خصوص اقدامات بعدی سوال می نمایید.
۳. اگر فرد مسموم هوشیار نبود و یا مواد اسیدی، قلیایی و یا نفتی را بلهیده بود، از ایجاد استفراغ در فرد مسموم خودداری کنید و سریعاً "سموم را به نزدیکترین مرکز درمانی منتقل نمایید.



"در صورت بروز مسمومیت، پیش از رسیدن به مرکز درمانی چه باید بکنیم؟"

چرا باید تماس بگیریم؟	ابتداین کار را انجام دهید:	چه باید بکنیم؟
<p>بعضی از مواد شدیداً کشنده اند و یا اینکه عالئمی دارند که باید حتماً در یک مرکز اورژانس درمان شود</p> <p>پزشک اورژانس تنها فردی است که می‌تواند تعیین کند درمان اضافه‌تر نیاز است یا خیر</p>	<ul style="list-style-type: none"> هرچه سریعتر فرد مسموم باید به هوای آزاد برده شود از تنفس دود و گازهای تولید شده پرهیز کنید درها و پنجره‌ها را باز کنید اگر فرد مسموم نفس نمی‌کشد، تنفس مصنوعی را شروع کنید سپس با اورژانس تماس بگیرید 	<p>مسمومیت از راه تنفس مانند مسمومیت با منوکسیدکربن، گاز چاه فاضلاب، گاز ناشی از اختلاط مواد سفیدکننده و جرم بر</p>
<p>بعضی از مواد بسیار قوی هستند و می‌توانند سبب سوختگی پوست شوند</p> <p>پزشک اورژانس تنها فردی است که می‌تواند تعیین کند درمان اضافه‌تر نیاز است یا خیر</p>	<ul style="list-style-type: none"> لباسهای و پوشش آلوده را درآورید پوست را با آب جاری به مدت ۱۰ دقیقه شستشو دهید پوست را با آب و صابون بشویید پوست را خوب آبکشی کنید سپس با اورژانس تماس بگیرید 	<p>مسمومیت از راه پوست مانند مسمومیت با سموم آفت کش، مواد شیمیایی، اسید و قلیاً، مواد شوینده لک بر، جرم بر</p>
<p>بعضی از مواد بسیار قوی هستند و می‌توانند سبب بروز صدمات دائمی در چشم شود. بقیه اقدامات باید در بخش اورژانس بیمارستان صورت گیرد</p> <p>پزشک اورژانس تنها فردی است که می‌تواند تعیین کند درمان اضافه‌تر نیاز است یا خیر</p>	<ul style="list-style-type: none"> چشم مصدوم را با آب جاری و لرم شستشو دهید روش انجام این کار آن است که فرد زیر دوش آب حمام بایستد و اجازه دهد جریان آب روی پیشانی ریخته و سپس به سمت هر دو چشم رفته، هر دو را شستشو دهد این عمل ۱۵ دقیقه باید ادامه داشته باشد فرد مسموم باید در حین شستشوی چشم با آب جاری، تا جای ممکن مرتباً چشمها را (مانند چشمک 	<p>مسمومیت از راه چشم مانند تماس با انواع گاز، اسید و قلیاً، مواد شوینده، سموم دفع آفات، مواد شیمیایی، مواد شوینده خانگی و گاز متصاعد شده از آنها، تماس چشمی اشتباه با برخی داروها و سموم</p>



	<p>زدن) باز و بسته کند اصراری به باز نگهداشتن چشمها نداشته باشید سپس با اورژانس تماس بگیرید</p>	
<p>بعضی از مواد شدیداً کشنده اند و یا اینکه علائمی دارند که باید حتماً در یک مرکز اورژانس درمان شود</p> <p>بعضی از مواد در صورت خورده شدن، شدیداً کشنده اند. مقادیر بالای داروها، خصوصاً در کودکان می‌ توانند تهدیدکننده سلامت باشند</p> <p>پزشک اورژانس تنها فردی است که می‌تواند تعیین کند درمان اضافه تر نیاز است یا خیر</p>	<p>اگر فرد مسموم نفس نمی‌ کشد، تنفس مصنوعی را شروع کنید</p> <p>اگر فرد مسموم هوشیار است، کنترل کنید آیا می‌تواند چیزی را ببلعد یا خیر قبل از هماهنگ نمودن با مرکز کنترل مسمومیت‌ها (شماره تلفن ۱۴۹۰) مسموم را وادار به استفراغ نکنید</p> <p>در برخی موارد، استفراغ سبب بروز صدمات بیشتر خواهد شد.</p> <p>نمونه‌ای از ترکیبی که فرد با آن مسموم شده است را همراه بیمار به بیمارستان ببرید</p>	<p>سمومیت از راه دهان</p> <p>مانند مصرف اشتباه داروها، مواد قلیایی و اسیدی، ترکیبات نفتی، مواد روانگردان و مخدر، مواد شوینده خانگی، باتری دیسکی یا مینیاتوری، سموم دفع آفات، شربت ترک اعتیاد متادون</p>

Reference: ۲۰۱۰ An-Najah National University, Poison control & Drug Information Center

سالی سرشار از سلامتی و بهروزی برای شما هموطنان آرزو می‌نماییم

ستاد مرکزی اطلاع رسانی داروها و سموم
سازمان غذا و دارو، وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی

معاونت غذا و دارو یزد

www.ssu.ac.ir/yazdfdo