

أفصح عن مخاوفك™

بشأن أدويةك

إن أمان الأدوية هو جهد جماعي. أنت، وطبيبك، والصيدلي، ومقدمو الرعاية الآخرون منوط بكم جميعًا دور في التأكد من حصولك على الدواء الصحيح، وتناول الجرعة الصحيحة، وتجنب التفاعلات الضارة. من المهم معرفة الأسئلة التي ينبغي طرحها حول الدواء الجديد والتحدث أو الإفصاح إذا كان هناك شيء لا يبدو صحيحًا.



قائمة الأدوية الخاصة بك هي أولى مسؤولياتك

تأكد من تحديث قائمة الأدوية الخاصة بك عندما وصف أي دواء جديد لك. احرص على حمل قائمتك معك، وأطلع عليها طبيبك، والصيدلي وغيرهم من مقدمي الرعاية. يجب أن تتضمن قائمتك ما يلي:



- أدوية الوصفات الطبية
- الأدوية المتاحة بدون وصفة طبية
- الفيتامينات والمكملات الغذائية الأخرى
- الأعشاب
- العلاجات الطبيعية

- أسئلة لطرحها على طبيبك بشأن الأدوية الجديدة
- كيف سيساعدني هذا الدواء؟
- هل هناك أي آثار جانبية؟ ما هي وإلى متى سوف تستمر؟
- هل هناك أدوية أخرى أو أطعمة يجب أن أتجنبها أثناء تناول هذا الدواء؟

- هل يجب أن أتناول هذا الدواء مع الطعام؟ أو قبل أن أخلد إلى النوم، إذا كان يسبب النعاس؟
- ماذا يجب أن أفعل إذا نسيت جرعة ما؟
- هل يمكنني التوقف عن تناول الدواء بمجرد أن أشعر بالتحسن، أم يجب أن أتناوله حتى تنتهي كل الأعراض؟
- ماذا علي أن أفعل إذا لم يكن بإمكانني تحمل تكلفة الدواء؟

أسئلة لطرحها على الصيدلي بشأن الأدوية الجديدة

- إذا كان الدواء سائلًا، فهل يجب رجه قبل الاستخدام؟
- إذا كان الدواء عبوة عن حبة أو كبسولة، فهل أحتاج إلى بلعها أم مضغها؟ هل يمكنني تقسيمها أو طحنها إذا كنت بحاجة لذلك؟
- هل من الآمن شرب الكحول مع هذا الدواء؟



نصائح لأمان الأدوية

- تعرّف على الدواء الذي تم وصفه لك.
- اطلب من طبيبك أن يذكر في الوصفة سبب أخذك للدواء، بحيث يتم وضعه أيضًا على ملصق الدواء.
- إذا كنت تعتقد أنه تم وصف دواء ما عن طريق الخطأ، فاتصل بالصيدلية لتسأل عما إذا كانت الوصفة الطبية قد تم صرفها بشكل صحيح. إذا كان الأمر كذلك، فاتصل بطبيبك.

نصائح لأمان الأدوية في المستشفى

- تأكد من قيام مقدمي الرعاية بالاطلاع على سوار معصمك أو السؤال عن اسمك قبل إعطائك الدواء.
- أخبر ممرضتك إذا كنت تعتقد أنك على وشك الحصول على الدواء الخطأ إذا كان يبدو مختلفًا.
- أخبر ممرضتك إذا كنت تحصل على كمية أكبر أو أقل من الأدوية التي تتناولها عادة.
- أخبر طبيبك إذا كنت لا تشعر بتحسن بعد تناول الدواء.
- إذا كنت لا تشعر بالقدرة على القيام بهذه الأشياء، فاطلب من صديق أو قريب مساعدتك.

نصائح لحفظ الأدوية بأمان

- احفظ الدواء في مكان بارد وجاف بعيدًا عن ضوء الشمس — مثل خزانة أو درج.
- تأكد من أن غطاء الأمان للأطفال يعمل، واحفظ الدواء في مكان لا يستطيع الأطفال الوصول إليه.



- تخلص من الأدوية غير المستخدمة بطريقة صديقة للبيئة. ليست كل الأدوية يمكن إلقاؤها وتصريفها في المراض أو رميها في سلة المهملات.
- تعرّف على ما إذا كان هناك برنامج لاستعادة الأدوية في الصيدلية المحلية أو مركز الشرطة.
- اسأل الصيدلي عن كيفية التخلص من الأدوية غير المستخدمة، بما في ذلك السرنجات وأجهزة الحقن الأخرى.

إذا كانت لديك شكوك حول دواء ما، أو كانت لديك أسئلة، أو كنت تعاني من آثار جانبية أو تفاعلات تثير قلقك، فلا تتردد في سؤال طبيبك، أو الصيدلي أو مقدم الرعاية عن ذلك. أفصح عن مخاوفك بشأن أدويةك!

يتمثل الهدف من برنامج Speak Up™ (أفصح عن مخاوفك) في مساعدة المرضى والمنصرين لهم على أن يؤدوا دورًا فعالًا في رعايتهم. إن مواد برنامج Speak Up™ مخصصة للعامة وقد تم وضعها في تنسيق مبسط (أي سهل القراءة) من أجل الوصول إلى جمهور أوسع. وليس المقصود منها أن تكون بيانات شاملة لتفسير المعايير أو متطلبات الاعتماد الأخرى، كما أنها لا تهدف إلى تمثيل الممارسات الإكلينيكية القائمة على الأدلة أو إرشادات الممارسة الإكلينيكية. وبالتالي، يجب توخي الحذر عند استخدام محتوى مواد Speak Up™. تتوفر مواد Speak Up™ لجميع مؤسسات الرعاية الصحية؛ ولا يشير استخدامها إلى أن المؤسسة معتمدة من اللجنة المشتركة.