



"با افزایش آگاهی، مانع مسمومیت دارویی شویم"



دانشکده علوم پزشکی و خدمات

بهداشتی درمانی اسدآباد

مدیریت غذا و دارو

- لحظات اولیه پس از بروز مسمومیت، برای نجات فرد مسموم حیاتی می باشند. بلافاصله پس از برخورد با موارد مسمومیت با تلفن ۱۹۰ و یا ۱۱۵ تماس بگیرید .
- شایعترین علت بروز مسمومیت در جهان، مصرف داروها بیش از مقادیر درمانی است
- دهان، شایعترین راه ورود سموم به بدن است.
- ایجاد استفراغ در فرد مسموم، همیشه بهترین راه خارج کردن سم از بدن نیست و ایجاد استفراغ در مسمومیت با مواد نفتی و برخی از داروها جان بیمار را به خطر میاندازد .
- از خوراندن مایعات به فرد مسمومی که بیهوش است، خودداری نمایید.
- هرگز سعی نکنید با چشیدن و یا بوییدن یک ماده ناشناخته آن را شناسایی کنید.

ایمن سازی منازل از نظر بروز مسمومیت ها

۱- داروها، محصولات شوینده و فرآوردههای آرایشی- بهداشتی را دور از دسترس کودکان نگهداری کنید.

۲- از قرار دادن ظروف حاوی مواد شیمیایی در کنار مواد غذایی خودداری نمایید .

۳- از قرار دادن مواد شوینده در کمد های زیر ظرفشویی اجتناب نمایید. خطر مسمومیت در کودکان نوپا و کنجکاو از این طریق بسیار بالا است.

۴- برچسب ظروف سموم و مواد دفع آفات را ابتدا کاملاً مطالعه کنید و سپس دقیقاً مطابق آن عمل نمایید .

۵- مخلوط کردن فرآوردههای سفیدکننده با ترکیبات جرم بر به دلیل ایجاد گاز سمی خفه کننده، مطلقاً ممنوع است.

[مسمومیت با قرص برنج]

* هموطن گرامی از خرید قرص برنج قاچاق و نگهداری و مصرف آن در منزل که باعث به خطر انداختن جان عزیزانتان خواهد شد خودداری کنید.

* بر اساس گزارشهای واصله، سه نفر از اعضای یک خانواده (مادر و دو کودک) در اثر استنشاق تدریجی گاز حاصل از قرص برنج داخل کیسه های برنجی که در گوشه اتاق نگهداری می کردند، فوت نموده اند.

* برای پیشگیری از آفت زدگی غلات و حبوبات در منزل، بجای استفاده از قرص برنج که بسیار سمی و کشنده است، از سیر و نمک که کاملاً بی خطر است استفاده نمایید.

* قرص برنج کالایی قاچاق است و خرید، توزیع و ارائه آن توسط هر فردی خصوصاً عطاریها و سم فروشرها ممنوع می باشد .

* در صورت مسمومیت با قرص برنج، مصدوم باید بدون اتلاف وقت به بیمارستان منتقل شود



دانشکده علوم پزشکی و خدمات

بهداشتی درمانی اسدآباد

مدیریت غذا و دارو



- شایعترین علت بروز مسمومیت در جهان، مصرف داروها بیش از مقادیر درمانی است.
- با مصرف خودسرانه داروها بدون تجویز پزشک، سلامت خود را به خطر نیندازید.
- مقادیر بالای برخی از داروهای به ظاهر کم خطر، می توانند برای فرد کشنده باشد.
- بر مصرف داروی افراد مسن خانواده نظارت داشته باشید چراکه ایشان ممکن است داروی خود را به اشتباه یا به طور تکراری مصرف نمایند.
- داروها را مطابق با توصیه پزشک یا داروساز و نه بیشتر از آن مصرف نمایید چراکه با مصرف چند برابر مقادیر درمانی داروها به طور خودسرانه، نه تنها روند درمان شما سریعتر نمیشود بلکه دچار عوارض سوء و یا مسمومیت با داروها خواهید شد .
- مصرف بیش از مقادیر توصیه شده داروهای مسکن سبب تخریب کبد و کلیه ها خواهد شد .
- مصرف خودسرانه داروی استامینوفن جهت درمان درد و تب بیش از مقادیر درمانی، منجر به صدمات کبدی خواهد شد.
- در برخورد با فرد مسموم غیر هوشیاری که در کنارش بسته های داروی خورده شده وجود دارد، ضمن حفظ خونسردی خود و عدم القاء استفراغ در این فرد، بسته های دارویی را همراه بیمار به بیمارستان ببرید .
- در مسمومیت های تعدمی با دارو، بهتر است در صورت هوشیاری فرد مسموم، نام دارو یا داروهای مصرفی و تعداد هر یک از آنها را از وی پرسید و به کادر درمانی اطلاع دهید.





- داروها را دور از دید و دسترس کودکان و در ارتفاع بالا و در کمد مجهز به قفل نگهداری نمایید.
- در هنگام بیماری کودکان مراقب باشید تا دوز تکراری دارو به وی ندهید
- برای کاهش تب در کودکان، داروی استامینوفن را بر اساس وزن و سن کودک و با مشورت پزشک و داروساز به کودک بدهید. مقادیر بیش از حد درمانی استامینوفن میتواند ایجاد مسمومیت نماید.
- داروهای خود را در مقابل چشم کودکان مصرف نکنید، چراکه کودکان از رفتار بزرگسالان تقلید میکنند و ممکن است دور از چشم والدین داروها را به دهان ببرند .
- اگر به کودک خود دارو بدهید به او تفهیم کنید که این دارو است و از کلماتی مثل آبنبات، شکلات و یا خوراکی استفاده نکنید
- در هنگام استفاده از محصولات شیمیایی و پاک کننده چنانچه مجبور شدید به زنگ درب ورودی و یا تلفن جواب دهید، قبل از هر چیز درب ظرف را ببندید و هرگز از کودک خود چشم بردارید .
- مسمومیت اتفاقی در اثر بلع نفت در کودکان بسیار خطرناک است. در صورت بلع نفت توسط کودک هر چه سریعتر او را نزدیکترین مرکز درمانی منتقل نمایید. اگر کودکی نفت را بلعد کشنده نیست ولی اگر کودک وادار به استفراغ شود این امر میتواند منجر به مرگ وی شود.
- داروهای مصرفی افراد خانواده را دور از دسترس کودکان نگهدارید.
- در هنگام بروز مسائل و مشکلات خانوادگی، بیشتر مراقب کودکان باشید. در این شرایط کودکان در برابر حوادث و مسمومیت اتفاقی آسیب پذیرترند.





به نقل از سازمان پزشکی قانونی کشور، ۹۲۶ نفر از هموطنانمان در سال ۱۳۹۹ و ۱۸۴ نفر در شش ماه نخست سال ۱۴۰۰، در اثر مسمومیت با مونوکسید کربن جان باخته اند.

آیا میدانید حضور در گاراژهای دربسته که در آن اتومبیل با موتور روشن وجود دارد خطر بروز مسمومیت با مونوکسیدکربن را به همراه دارد؟

آیا میدانید در دود سیگار مقادیری از گاز مونوکسیدکربن موجود است و این گاز میتواند در اثر مصرف طولانی مدت سیگار سبب بروز مسمومیت مزمن در افراد سیگاری گردد؟

- با شروع فصل سرما باید قبل از راه اندازی مجدد وسایل گرمایشی گازسوز و نفتی منزل، آنها را از نظر اتصالات و دودکش کنترل کنیم.
- سرد بودن لوله دودکش بخاری، دلیل بر خارج نشدن دود و گاز سمی است .۷. استفاده از آبگرمکن نفتی یا گازی و یا دستگاه پکیج در داخل محیط حمام و یا محیطهای کوچک دربسته منجر به سوخت ناقص و مسمومیت با گاز خواهد شد
- علائم تماس طولانی با مونوکسیدکربن، سردرد، گیجی، ضربان شدید شقیقه ها، وزوز گوش و خواب آلودگی است. در ادامه تماس، فرد مسموم دچار تهوع، استفراغ و تپش قلب میشود.
- آیا میدانید مواردی از مسمومیت های کشنده با مونوکسیدکربن در رانندگانی گزارش شده است که برای گرم کردن خودروی خود در فصول سرد سال از گاز پیکنکی استفاده نموده اند .
- استفاده از بخاری های بدون دودکش تنها در محیط هایی که دارای تهویه و جریان مناسب هوا میباشند مجاز است. از بکار بردن این وسایل در محیط های بسته و فاقد جریان هوا خودداری نمایید .
- اولین اقدام در برخورد با فردی که با گاز مونوکسیدکربن مسموم شده است، انتقال مصدوم به هوای آزاد است .
- از خوابیدن در داخل اتومبیل روشن درحالیکه کولر و یا بخاری آن روشن است خودداری نمایید.



دانشکده علوم پزشکی و خدمات
بهداشتی درمانی اسدآباد
مدیریت غذا و دارو

چهارم آبان: روز پیشگیری از مسمومیت با مواد غذایی،
قارچ ها و گیاهان سمی



آیا میدانید نوعی از مسمومیت غذایی موسوم به " بوتولیسم " از کشنده ترین انواع مسمومیتها به شمار میرود؟

- بوتولیسم در اثر مصرف مواد غذایی مانند سوسیس، کالباس، کنسرو ماهی، کنسرو ذرت، کنسرو لوبیا، کشک خام و عسل طبیعی که در شرایط نامناسب و غیربهداشتی تهیه و نگهداری شده اند ایجاد میشود.
- از مصرف کنسروهایی که در قوطی آنها آثار نشت، برآمدگی و فرورفتگی و زنگ زدگی مشاهده میشود خودداری کنید.
- علائم و نشانه های بوتولیسم به صورت تأخیری (۱۲ تا ۲۴ ساعت بعد از مصرف غذای آلوده به باکتری) و به صورت تاری دید، دوبینی، افتادگی پلک، عدم توانایی حرکتی، سختی در بلع، اختلال تکلم و بیبوست ظاهر میشود.
- مسمومیت با گیاهانی مانند خرزهره، دیفن باخیا، گل انگشتانه، آزالیا، شوکران و کرچک میتواند کشنده باشد. در صورت وقوع مسمومیت با این گیاهان بیمار را در اسرع وقت به نزدیکترین مرکز درمانی منتقل کنید.
 - مسمومیت با قارچهای سمی بسیار خطرناک است. از مصرف قارچ هایی که نوع آنها را نمیشناسید جداً خودداری کنید.
 - برخی از داروهای گیاهی در صورت مصرف بیش از حد یا نابجا میتوانند مسمومیتهای منجر به مرگ ایجاد نمایند.
 - بخور اکالیپتوس در صورتیکه به اشتباه خورده شود، حتی در مقادیر کم (یک قاشق) میتواند کشنده باشد. از القای استفراغ در مسمومیت با این فرآورده خودداری نموده و مصدوم را سریعاً به بیمارستان منتقل نمایید.



دانشکده علوم پزشکی و خدمات
بهداشتی درمانی اسدآباد
مدیریت غذا و دارو

پنجم آبان: روز پیشگیری از مسمومیت با سموم دفع آفات نباتی و مواد شیمیایی

- در هنگام استفاده از مواد شیمیایی و فرآورده های شوینده و پاک کننده پنجره ها را بازکنید تا هوا به خوبی در محیط جریان داشته باشد .
- از اختلاط مواد شیمیایی مانند جوهر نمک و جرم بر با فرآورده های سفیدکننده مانند وایتکس جداً خودداری کنید. بخارات و گازهای ناشی از این اختلال بسیار سمی و خفه کننده است.
- هرگز سموم دفع آفات را در ظروف مشابه مواد خوراکی و آشامیدنی (مانند بطری نوشابه) نگهداری نکنید .
- استفاده بی رویه از سموم دفع آفات نه تنها باعث بروز مقاومت در آفات میشود بلکه میتواند از طریق ایجاد باقیمانده در محصولات و آلودگی محیط زیست برای انسان مضر محسوب گردد.
- در صورت تماس پوست و یا چشم با مواد اسیدی و یا قلیایی پوست و چشم را با مقادیر فراوان آب شستشو داده و مصدوم را به مرکز درمانی منتقل کنید.
- در صورت بلع مواد با خاصیت خورندگی مانند اسیدها و قلیاها، هرگز بیمار را وادار به استفراغ نکنید. این کار میتواند سبب وخیم شدن وضع بیمار گردد.
- از دسترسی کودکان به اسباب بازیهای پلاستیکی بازیافت شده و یا اسباب بازیهای رنگآمیزی شده ای که دارای ورقه های پوسته پوسته رنگ میباشند خودداری نمایید.
- اگر به واسطه شغل خود با مشتقات سرب در تماس هستید، برای جلوگیری از انتقال آلودگی، قبل از ورود به منزل لباس کار خود را تعویض کنید .
- برخی از لوازم آرایش خصوصاً غیراستاندارد و حتی سرمه، حاوی مقادیر بالای سرب میباشند. از مصرف آنها خودداری کنید
- در صورت تماس سموم دفع آفات با پوست، ناحیه آلوده را با مقادیر فراوان آب و صابون شستشو دهید. هرگونه مصرف خوراکی با سموم دفع آفات را جدی بگیرید و بیمار را برای درمان در اسرع وقت به نزدیکترین مرکز درمانی منتقل کنید.



دانشکده علوم پزشکی و خدمات
بهداشتی درمانی اسدآباد
مدیریت غذا و دارو



فرد گزیده شده را سریعاً به بیمارستان منتقل کنید.

به هیچ وجه کندوی زنبور عسل را دستکاری و زنبورها را تحریک نکنید .

اگر زنبور در نزدیکی خود دیدید به جای نابود کردن آن با مگس کش، موقتاً آن منطقه را ترک کنید.

اگر در محل زندگی درختان زیادی وجود دارد باید برای پنجره های خانه از توری استفاده شود و در پارک ها از آویختن لباسها روی درخت خودداری شود.

روی محل زنبور گزیدگی کمپرس سرد یا کیسه محتوی یخ قرار دهید و بهطور متوالی هر ۱۵ دقیقه یکبار کیسه یخ را از روی پوست بردارید. از قرار دادن مستقیم یخ روی پوست اجتناب نمایید و از گرم کردن موضع بپرهیزید.

اقدامات اولیه در گزشهای معمولی زنبور شستشوی محل زنبور گزیدگی با آب و صابون است.

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

عضو محل گزیدگی مار را باید بی حرکت و همسطح یا کمی پایینتر از سطح قلب نگه داشت

بستن یک نوار محکم و پهن، چند انگشت بالاتر از محل مارگزیدگی به ویژه اگر محل گزیدگی در دستها یا پاها باشد، ضروری است

بستن نوار بالاتر از محل مارگزیدگی نباید آنقدر سفت باشد که جریان خون اندام را مختل کند. اگر ورم باعث سفت شدن نوار شد، آن را باز کنید و از محلی بالاتر ببندید. هر ۱۰ تا ۱۵ دقیقه، به مدت ۱ دقیقه نوار را باز کرده و دوباره ببندید. این کار باید تا زمان آماده شدن پادزهر ادامه یابد.



دانشکده علوم پزشکی و خدمات
بهداشتی درمانی اسدآباد
مدیریت غذا و دارو



هفتم آبان: روز پیشگیری از مسمومیت ناشی از سوء مصرف مواد مخدر، مواد محرک و الکل

- مسمومیت با مواد مخدر یکی از مرگبارترین انواع مسمومیتها محسوب میگردد
- امتحان کردن مصرف مواد در جمع دوستان و از روی کنجکاوی، آغاز حرکت در مسیر بیبازگشت اعتیاد است.
- مصرف مواد توهم زا مانند حشیش، اکستازی، LSD و شیشه میتوانند سبب بروز حوادث مرگبار مانند سقوط از ارتفاع، تصادف، نزاع، ارتکاب به جنایت و خودکشی در فرد مصرفکننده شوند
- مصرف انواع داروهای هورمونی باهدف بدنسازی در جوانان میتواند سبب بروز عوارض وخیمی مانند عقیمی، نارسایی قلبی و کبدی، کوتاهی قد و بزرگ شدن سینه در مردان و پرمویی و خشونت صدا در خانمها گردد.
- استفاده خودسرانه از فرآوردههای قاچاق و بدون مجوز جهت بدنسازی و پرورش اندام در جوانان، خطر ابتلا به انواع اختلالات جسمی و روانی را برای مصرف کننده در بردارد.
- سردرد، تهوع، استفراغ و اختلال در تعادل اسید-باز بدن فرد مسموم از علائم مسمومیت با متانول است که در صورت عدم درمان منجر به مرگ فرد خواهد شد.
- توصیه می شود در صورت مشاهده علائم اولیه در فردیکه به نوعی با الکل و متانول در تماس بوده است، فرد مسموم هرچه سریعتر به مراکز درمانی منتقل و اقدامات درمانی برای رفع سمیت و تثبیت بیمار صورت پذیرد