



المركز الأردني للمعلومات الدوائية والسموم
JORDAN DRUG INFORMATION
AND TOXICOLOGY CENTER

نصائح السلامة العامة لتفادي حالات التسمم



نصائح عامة للتعامل مع الأدوية

- اتبع التوجيهات الموجودة على الملصق عند إعطاء أو تناول الأدوية.
- قم بتشغيل الضوء عند إعطاء أو تناول الأدوية ليلاً حتى تعرف أن لديك الكمية الصحيحة من الدواء المناسب.
- احتفظ بالأدوية في زجاجاتها أو عبواتها الأصلية.
- لا تشارك أبداً الأدوية الموصوفة لك مع أحد آخر.
- لا تتناول أبداً أكثر من الجرعة المحددة لك أو لطفلك حسب إرشادات الطبيب أو الصيدلي.
- تخلص من الأدوية غير المستخدمة أو منتهية الصلاحية وذلك حسب إرشادات الطبيب أو الصيدلي.
- عليك أن تخبر الطبيب إن كنت تعاني من أي نوع من أنواع الحساسية أو تتناول أي أدوية أخرى أو مكملات غذائية و ذلك لمنع حدوث تداخلات دوائية أو مضاعفات جانبية.
- احتفظ بمواعيد الجرعات جيداً وإذا نسيت أخذ الجرعة، خذها بأقرب وقت ممكن. وأحرص على ألا تأخذ الجرعة المفقودة إذا كان وقت تناول الجرعة التالية قريب.
- احرص على استكمال مدة العلاج للمضادات الحيوية التي يصفها لك الطبيب حتى وإن شعرت بتحسن لا توقف العلاج من نفسك فقد يؤدي هذا لنمو البكتيريا من جديد أو سهولة إصابتك بعدوى أخرى.
- تخلص من الأدوية في حال انتهاء صلاحيتها حتى لو كانت تحتوي على الدواء بداخلها.
- في حالات الحمل أو الرضاعة يجب أن تخبري الطبيب بهذا لكي يراعي وصف مضاد حيوي يتماشى مع صحة الحامل ولا يؤثر على صحة الجنين أو على الرضاعة.



نصائح عامة عند استخدام المواد الكيميائية

- اقرأ الملصق دائمًا قبل استخدام أي منتج منزلي.
- احتفظ بالمنتجات الكيميائية في زجاجاتها أو عبواتها الأصلية. لا تستخدم حافظات المواد الغذائية مثل: الأكواب أو الزجاجات أو المرطبات لتخزين المنتجات الكيميائية مثل مساحيق أو محاليل التعقيم و التنظيف.
- لا تخلط المنتجات المنزلية معًا أبدًا. على سبيل المثال، يمكن أن يؤدي خلط مواد التبييض والأمونيا إلى ظهور غازات سامة.
- ارتد ملابس واقية (قفازات، وأكمام طويلة، وسراويل طويلة، وجوارب، وأحذية) إذا كنت تقوم برش المبيدات الحشرية أو غيرها من المواد الكيميائية.
- احرص على التهوية الجيدة وفتح النوافذ عند استخدام المنتجات الكيماوية مثل المنظفات المنزلية.
- احرص على حفظ المنظفات و المبيدات الحشرية و المعقمات بعيدا عن متناول الأطفال.

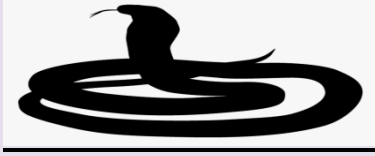


نصائح عامة لتفادي لدغات العقارب والأفاعى

- تجنب الأماكن التي يعيشون فيها، تفضل الأفاعى العشب الطويل والمناطق الصخرية والتقوُب العميقة في الأرض.
- تختبئ العقارب تحت الحجارة أو الصخور في الهواء الطلق، والخزائن وغيرها من الأماكن الهادئة المظلمة في الداخل، لذا انتبه إلى المكان الذي تخطو فيه والمكان الذي تجلس فيه عندما تكون بالخارج.
- احرص على ارتداء السراويل الطويلة الفضفاضة والأحذية الجلدية السميكة أو المطاطية العالية في حال الخروج للأماكن المفتوحة و العشبية.
- نفض حذائك وملابسك قبل ارتدائها في المناطق التي يمكن أن تنتشر فيها العقارب.
- لا تتعامل أبدًا مع الأفعى، حتى لو كنت تعتقد أنها ميتة. قد لا تزال الأفاعى المقتولة مؤخرًا تلدغ من خلال رد الفعل.

نصائح عامة للتعامل مع لدغات الأفاعى و العقارب

في حال تعرضك للدغة الأفعى :



- ⚡ اطلب الإسعاف فورًا
- ⚡ حاول أن نكون هادئًا؛ فهذا يمكن أن يبطئ انتشار السم في الجسم.
- ⚡ حاول أن تتذكر شكل ولون الثعبان للمساعدة في العلاج.
- ⚡ قم بالاستلقاء أو الجلوس، مع محاولة وضع الطرف المصاب في وضع مريح.
- ⚡ قم بإزالة أي شيء مشدود حول الجزء المصاب من الجسم (مثل: الخواتم أو الأساور) لأنها يمكن أن تسبب الضرر في حالة حدوث تورم.
- ⚡ قم بتغطية مكان اللدغة بضمادة نظيفة وجافة.
- ⚡ يجب عدم ربط أي منطقة قريبة من المنطقة المصابة.
- ⚡ تجنب جرح المنطقة المصابة أو مص السم.
- ⚡ تجنب وضع الثلج أو غمر الجرح بالماء.



في حال تعرضك للدغة العقرب:

- ⚡ اطلب الإسعاف فورًا.
- ⚡ حاول أن نكون هادئًا؛ فهذا يمكن أن يبطئ انتشار السم في الجسم.
- ⚡ قم بوضع الثلج بشكل مباشر على المنطقة المصابة، ولكن تجنب غمر الطرف المصاب في الماء البارد.
- ⚡ يجب عدم أخذ أي نوع من المهدئات.
- ⚡ إذا كان في الاستطاعة أخذ العقرب إلى الطوارئ مع أخذ الحيلة والحذر.

لمزيد من المعلومات يرجى الإتصال بنا...

المركز الأردني للمعلومات الدوائية و السموم

الرقم المجاني: 080022540

رقم الهاتف المباشر: 06/5804524