



## النشرة الدورية لمركز المعلومات الدوائية كلية الصيدلة جامعة كفرالشيخ

العدد الاول - الاصدار الخامس - أكتوبر ٢٠١٩

## الخلطة السحرية:-



مع تقلبات الطقس تكثر الإصابة بنزلات البرد و يلجأ البعض لخلط بعض الحقن ببعضها بما يعرف باسم **الخلطة السحرية** او حقنة البرد التي غالباً ما تحتوي على مسكن و مضاد حيوي و معهم ديكساميثازون. لا ينصح باستخدام هذه المجموعة من الادوية مخلوطة سووية وذلك لعدة أسباب منها :- لا يوجد علاج لنزلات البرد لكن يتم استخدام ادوية لتخفيف حدة الاعراض الناتجة و تساعد في الشعور بالتحسن.

المضادات الحيوية تعد من العلاجات غير الناجحة لنزلات البرد حيث انها تستخدم فقط لعلاج العدوى التي تسببها البكتريا اما نزلات البرد غالباً تكون ناتجة عن مجموعة من الفيروسات التي لا تحتاج الى علاج كما ان الاستخدام المفرط للمضاد الحيوي يؤدي الى مقاومة المضادات الحيوية. مسكن الالام مثل الديكلوفيناك قد يسبب مشاكل صحية لمرضى القلب و الكبد والربو و السكري كما انه عند الافراط في الاستخدام يسبب قرحة المعدة و اختلال وظائف الكلى.

وما يزيد الامر سوءاً هو خلطهم جميعاً في سرنجة واحدة مما يخلق فرصة لتفاعل هذه الادوية مع بعضها حيث انه لم يتم اختبار مدى ثبات او صلاحية هذه الادوية بعد خلطها سووية

## النصائح العامة للعناية بالقدم السكري:-



تجنب المشي حافي القدمين او تركهم مبتلة



يجب تنظيف القدمين جيداً و ترطيبها لتجنب الحكة او التشققات



تجنب ازالة البثور الا بواسطة الطبيب



يجب فحص القدمين دورياً بواسطة الطبيب لمنع حدوث المضاعفات



تجنب استخدام الكهادات الدافئة



يجب فحص القدمين يومياً جيداً للتأكد من عدم وجود جروح او بثور او احمرار او تورم او شعور بالتهليل



تجنب غسل القدمين بالماء الساخن



تجنب ارتداء الجوارب السموية او الضيقة



يجب فحص النحذية قبل ارتدائها للتأكد من عدم وجود أشياء غريبة بداخلها



## الربو عند الأطفال

الربو هو عبارة عن التهابات تحدث في مجرى الهواء داخل الرئتين مما يؤدي الى الإصابة بنوبات من صعوبة التنفس (نوبات الربو)

**أسباب الربو** الحساسية و نزلات البرد و ممارسة الأنشطة الرياضية و الاتربة

يمكن السيطرة على الربو عن طريق علاج الالتهاب بالادوية و تجنب المسببات على قدر الإمكان قد يكون من الصعب تشخيص الربو و السيطرة عليه في الأطفال الذين تقل أعمارهم عن ٥ سنوات و في حالات الرضع حيث تتشابه اعراضه مع حالات مرضية أخرى كما تصعب استخدام اختبارات قياس مدى جودة التنفس وكذلك يحظر استعمال بعض الادوية مع الأطفال لهذا الأسباب تتطلب السيطرة على الربو عندهم مراقبة دقيقة و متكررة نسبيا و يجب زيارة الطبيب على الفور اذا كان لديه مشكلة في التنفس يساعد العلاج المبكر في السيطرة على الاعراض و منع حدوث نوبات الربو حيث يجب تحديد موعد لزيارة الطبيب في الحالات الاتية :-

١ - السعال المستمر او المتقطع او الذي يبدو مرتبط بالنشاط البدني

٢ - وجود صوت ازيرز او صفير مصاحب للزفير

٣ - ضيق او سرعة في التنفس او وجود شكوى من ألم الصدر

٤ - في الحالات الشديدة قد يشعر الطفل بزيادة ضربات القلب و تعرق و ألم في الصدر و يجب طلب الطوارئ للطفل اذا كان يتوقف في منتصف الطريق لالتقاط انفاسه

٥ - تتسع انفة عند التنفس يحاول بقوة بحيث تدخل البطن تحت ضلوع القفص الصدري عندها

### خطوات السيطرة على الربو عند الأطفال

١ - وضع خطة عمل مكتوبة عن طريق الطبيب المختص يمكن استخدامها في المنزل و مشاركتها مع المدرسة و تتضمن اسم الطفل و عمره و بيانات الاتصال بالطبيب و الطوارئ نوع الادوية و جرعتها و موعدها قائمة بمسببات الربو الشائعة لدى الطفل و نصائح لتجنبها

٢ - المتابعة و التسجيل : يجب الاحتفاظ بسجل للاعراض التي تظهر على الطفل و الجدول المني لعلاجها للاطلاع الطبيب عليه فهذا السجل يساعد في تحديد اذا كانت خطة العمل فعالة او تحتاج تعديلات لادخالها عليها ينبغي ان تتضمن المعلومات التي يتم تسجيلها ما يلي :- وقت نوبة الربو وهدتها و اعراضها و مدى استجابتها للعلاج الاثار الجانبية للعلاج

٣ - السيطرة على مسببات الربو

وفقا لمسببات الربو لدى الطفل يتم تعديل نمط الحياة و عمل تغييرات بالبيئة المحيطة بالطفل كالمنزلة و منشآت رعاية الطفل مثل :

- ❖ تنظيف المنزل بعناية للسيطرة على الاتربة و الغبار و وبر الحيوانات الليلية
- ❖ ابعاد المنتجات التي قد تكون مهيجة للربو
- ❖ إعطاء ادوية حساسية للطفل بما يتفق مع توجيهات الطبيب
- ❖ تعليم الطفل غسل اليدين و غير ذلك من العادات الصحية للحد من نزلات البرد



## مرضى ارتفاع ضغط الدم

انقاص الوزن و ضبط محيط الخصر فزيادة الوزن تسبب ارتفاع الضغط و قد تسبب اضطراب في التنفس اثناء النوم مما يعمل أيضا على ارتفاع ضغط الدم. يحدث ارتفاع ضغط الدم الثانوي كنتيجة عن الإصابة بأمراض أخرى و بمجرد علاج السبب عادة ما قد يعود ضغط الدم الى الحالة الطبيعية.

### الوقاية من مرض ارتفاع ضغط الدم

- ❖ تقليل ملح الطعام
- ❖ اتباع أنظمة صحية في الطعام
- ❖ تقليل الوزن الزائد
- ❖ ممارسة التمارين الرياضية
- ❖ و الاقلاع عن التدخين
- ❖ و الإقلاع عن الكحوليات

### ومن اسباب ارتفاع ضغط الدم الثانوي

- ❖ متلازمة الايض
- ❖ تسهم الحول
- ❖ اضطراب الغدة الدرقية
- ❖ القصور الكلوي
- ❖ ادمان الكحوليات



## التسمم الغذائي

يعتبر التسمم الغذائي من الامراض الخطيرة التي تحدث بصورة نسبية نتيجة تناول الطعمه الملوثة ( مثل الفسيخ ) بالبكتريا الضارة التي تفرز السموم التي تؤثر على الجهاز العبي حيث تبدأ الاعراض في الظهر و خلال ١٢ - ٣٦ ساعة من التعرض.

### الاعراض :-



- ❖ القي و الغثيان
- ❖ ضعف العضلات
- ❖ الهفص الاسهال
- ❖ عدم وضوح الرؤية
- ❖ صعوبة في البلع صعوبة في التنفس

العلاج بواسطة مضادات السموم التي تمنع تأثير السموم على الجهاز العصبي مع إعطاء بعض العلاجات التدعيمية التي تساعد على تحسين الاعراض.

في حالة ظهور اعراض التسمم يرجى التوجه للاقرب مركز سموم تابع لك الوقاية عن طريق التأكد من سلامة النطعمه قبل تناولها و معرفة مصدرها وهدى نظافة الأماكن المختصة لتصنيعها و طرق حفظها لمنع تلوثها

