**توصيه هاي دارويي و پیشگیری از مسمومیت ها در ارتباط با ايام نوروز (تعطيلات عيد)**

ستاد مركزي اطلاع رساني داروها و سموم، ضمن تبريك به مناسبت فرا رسيدن سال نو و ايام نوروز، براي كليه هموطنان گرامي آرزوي سلامت مي نمايد و توجه شما را به نكات ذيل جهت پيشگيري از بروز برخي مشكلات معمول دارويي در ايام تعطيلات عيد جلب مي نمايد:

**پیش از عید**

**توصیه های دارویی و پیشگیری از مسمومیت در استقبال از عید نورروز**

**سامان دهی قفسه دارویی خانه:**

ضمن انجام خانه تكاني و گردگيري عيد، حتماً در منازل با كيسه هاي دارو محتوی قرص، كپسول و يا شربت نيمه مصرف شده مواجه خواهید شد. توصيه مي شود به شكل زير جعبه يا قفسه دارويي خود را سر و سامان دهید:

1) داروهايي كه تاريخ انقضاء آنها فرا رسيده است، از بسته بندي اصلي خارج نمائيد و داخل کیسه زباله ریخته، معدوم نمائيد. برای جلوگیری از مصرف نابجای داروهای دورریخته 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.

2) تاريخ انقضاء معمولا به تاریخ شمسی یا میلادی روی جعبه مقوایی داروها، همچنین در انتهای ورقه های آلومینیومی بسته بندی قرصها و کپسول ها، بر روی شیشه آمپول و ویالهای تزریقی و درخصوص پمادها و كرمهاي موضعي بر روي انتهاي تيوب پماد و کرم و یا روی جعبه مقوایی آنها حک شده است.

3) شربت های تاریخ گذشته را در فاضلاب خالي كرده و شيشه هاي آن را دور بريزيد. سوسپانسیون آنتی بیوتیک ها را بعد از گذشت ده روز از مصرفشان داخل سطل زباله بیندازید.

4) قطره هاي چشمي كه از باز شدن درب آن یک ماه گذشته است ديگر استريل نمي باشند و بايد دور ريخته شوند.

5) آمپولها و سرنگ هاي تاريخ گذشته را در كيسه زباله بريزيد و معدوم نمائيد.

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

7) کرمها و فرآورده های آرایشی و بهداشتی هم دارای تاریخ انقضایی (بسته به نوع فرآورده) از 6 ماه تا 24 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.)

8) داروهايي كه تاريخ انقضاء آنها فرا نرسيده است ولي استفاده اي در منزل ندارد قابل عودت به داروخانه و مراکز مشابه نمی باشد و بهتر است معدوم گردند. لازم به ذکر است داروخانه های سطح شهر از پس گرفتن دارو معذور می باشند.

ممكن است در ايام تعطيلات عيد دسترسي شما به داروخانه هاي روزانه به دليل تعطيلي آنها مقدور نباشد ولي هميشه دسترسی به داروخانه هاي شبانه روزي و برخي داروخانه هايي كه به صورت شيفت از پيش تعيين فعال می باشد وجود دارد. لذا بايد توجه كرد:

9) چنانچه شما و يا بستگانتان، به دلیل ابتلا به بیماری مزمن، دارويي را به صورت مرتب مصرف مي كنيد، مطمئن شويد دارو را به حد نياز و تا پايان تعطيلات و ضمن سفر در اختيار داريد. چرا كه بسياري از داروها مانند داروهاي ضد تشنج، داروهاي بيماريهاي قلبي و فشارخون، داروهاي ضد افسردگي و اختلالات عصبی، داروهاي ضد ديابت و چربي خون و برخي داروهاي مسكن و همچنين آنتي بيوتيك ها، بايد مرتب مصرف شوند و قطع ناگهاني اين داروها، بيمار را دچار مشكل 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 دچار حوادثی 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:

* + - 1. همیشه در هنگام استفاده از فرآورده هاي شيميايي و شوینده در نور كافي برچسب روي بسته بندي را مطالعه نموده سپس مصرف نمائيد. استفاده از داروها و مواد شيميايي د ر تاريكي مي توانند خطرناك باشد.
      2. در هنگام استفاده از مواد شيميايي و فرآورده هاي شوينده و پاك كننده، پنجره ها را باز كنيد تا هوا به خوبي در محيط جريان داشته باشد. بسیاری از این ترکیبات بخارات سمی ایجاد می کنند که به مخاط دهان، بینی و ریه صدمه می زند.
      3. در زمان نظافت سطوح و استفاده از ترکیبات شوینده و پاک کننده از دستکش لاستیکی ، کفش جلوبسته و درصورت امکان، ماسک استفاده نمایید.
      4. **از اختلاط مواد شيميايي مانند جوهر نمك و مواد سفيد كننده و لک بر جداً خودداري كنيد. بخارات و گازهاي ناشي از اين اختلاط بسيار سمي و خفه كننده مي باشند.**
      5. بسياري از داروها و محصولات خانگي مانند جوهر نمك، مواد شوينده و لك بر، لاک پاک کن، سموم حشره كش و جونده كش (مانند مرگ موش)، تينر، ضديخ، بنزين و نفت مي توانند در صورت بلعيده شدن و تماس با پوست و چشم و يا در صورت تنفس، بسیار سمي باشند.
      6. هميشه پس از استفاده از مواد شيميايي سريعاً درب آن را ببنديد و دقت نمایید که هيچ ظرف دربسته اي از دسترسي كودكان در امان نيست.
      7. در صورتيكه نزدیکان شما ماده اي غير خوراكي و سمی را بلعيد و یا استنشاق نمود، با مركز اورژانس 115و يا مركز اطلاع رساني داروها و سموم 190 تماس بگيريد.
      8. محصولات شيميايي و شوينده، نفت و بنزين و داروها خصوصاً شربت ترک اعتیاد متادون را هميشه در ظرف اصلي آن نگهداري كنيد. **هيچگاه اين فرآورده ها را در ظرف مواد خوراكي (مانند بطري نوشابه) نگهداري نكنيد**. اين عمل سبب خورده شدن اشتباهي اين مواد توسط كودكان و مسمومیت شدید ایشان خواهد شد.

**در سفر**

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

1. در طی سفر داروهای خود را همراه داشته باشید چه بسا تا زمان پیدا کردن داروخانه در مقصد، برای تهیه دارو دچار مشکل شوید.
2. چنانچه ضمن حركت اتومبيل، قطار، كشتي و يا هواپيما، دچار سرگيجه و حالت تهوع مي شويد، به خاطر داشته باشيد با مصرف 1 يا 2 قرص 50 ميلي گرمي ديمن هيدرينات، نيم ساعت قبل از شروع سفر و تكرار يك قرص هر 4 تا 6 ساعت يكبار در طي سفر، مي توان عوارض ناشي از حركت، تهوع و سرگيجه را برطرف كرد. بايد توجه داشت كه در طول 24 ساعت نبايد بيشتر از 8 عدد قرص مصرف شود. در صورت بارداری یا شیردهی، با داروساز یا پزشک مشورت نمایید.
3. چنانچه به امارات متحده عربي (دبي، شارجه، ابوظبي) و یا عربستان سفر مي كنيد، از همراه بردن داروهاي آرامبخش مانند داروهاي ديازپام، اگزازپام، لورازپام و...، داروهاي مسكن كدئين دار (مانند استامينوفن كدئين، اکسپکتورانت کدئین) و تركيبات روانگردان جداً اجتناب نمائيد. براساس قوانين اين كشور، متهمين به حمل اين داروها با مجازات سنگيني مواجه خواهند 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.
4. چنانچه به برخي از كشورهاي افريقايي و يا آسيايي سفر مي كنيد مطمئن شويد كه آيا تزريق واكسن خاصي (مانند مننژیت ویا تب زرد) پيش از سفر مورد نياز است يا خير.
5. جهت پيشگيري از گزش حشرات در محيط هاي گرم و مرطوب و استوایی، پشه بند، حشره كش هاي خانگي و يا پماد و اسپری دافع حشرات همراه داشته باشيد.
6. همراه داشتن جعبه كمك هاي اوليه، خصوصاً در مورد خانواده هايي كه فرزند خردسال دارند، همچنين همراه داشتن پوشک، شيرخشك شيرخوار، درجه تب، داروهاي بدون نسخه مانند شربت تب بر، شربت سرماخوردگی، قطره و يا شربت مولتي ويتامين و آهن، پماد سوختگی، پنبه و گاز استریل و ديگر داروهايي كه كودك در حال مصرف مي باشد در طي سفر ضروري مي باشد.
7. نحوه نگهداري داروها را از دكتر داروساز، هنگام تحويل گرفتن دارو از داروخانه بپرسيد و هيچگاه داروهاي خود را در اتومبيلي كه زير نور آفتاب پارك شده است و يا در شيشه عقب اتومبيل (حتی در زمستان) قرار ندهيد. داروهاي يخچالي را همراه با یخ و یا در داخل ظروفی که دارو را خنك نگه می دارند حمل نماييد.
8. در خصوص بيماران ديابتي كه انسولين تزريق مي كنند توجه به موارد زير در هنگام سفر (براساس توصيه هاي مركز تحقيقات غدد و متابوليسم دانشگاه علوم پزشكي تهران)، ضروري مي باشد:

1- فراهم نمودن انسولين و داروهاي مصرفي و سرنگ براي تمام مدت سفر.

2- همراه داشتن دستگاه يا نوار كنترل قند خون، قند حبه اي، نبات، بيسكوئيت و آب ميوه براي درمان كاهش احتمالي قند خون. همراه داشتن ميان وعده مناسب (مانند ميوه و ساندويچ كوچك).

3- 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 مسمومیت، با موضوعات ذیل و با کارشناسان مراکز اطلاع رسانی داروها و سموم به شماره تلفن 190 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
* مسمومیت با داروها، سموم و مواد شیمیایی، گیاهان و گازهای سمی، گزیدگی ها
* در مسیر سفر توجه کنید که مسموميت با گياهاني مانند خرزهره، ديفن باخيا، كرچك، مخصوصا" قارچهای خودرو مي تواند بسیار خطرناک و کشنده باشد. مراقب کودکان باشید و درصورت وقوع مسموميت با اين عوامل، فرد مسموم را در اسرع وقت به نزديكترين مركز درماني منتقل كنيد.
  + - * جهت كاهش احتمال بروز مسموميت با گاز منوكسيد كربن (كه بي رنگ، بي بو و شديدا" سمي است) بايد يك سيستم تهويه هوا در محيط باشد. ضمن اطمینان از استاندارد بودن وسایل گرمایشی (بخاری نفتی و گازی)، آبگرم کن و پکیج دیواری، دائما" از سلامت عملکرد آنها اطمينان حاصل نمائيد و دودکش این وسایل را خصوصاً اگر محل جدیدی را برای گذران تعطیلات عید درنظر دارید، کنترل کنید.
* هيچگاه در داخل اتومبيل با موتور روشن در مدت هرچند كوتاه، نخوابيد. اين كار سبب بروز مسموميت كشنده با منوكسيد كربن خواهد شد. همچنين از روشن كردن گاز پيك نيكي در داخل چادر و يا اتومبيل و يا در محيط بسته ديگري به منظور تامين گرما، جدا" خودداري نمائيد.
  + - * چنانچه در يك محيط بسته و داراي بخاري نفتي يا گازي حالت تهوع، سرگيجه و خواب آلودگي داشتيد، سريعاً بقيه را در جريان بگذاريد و اگر مشكوك به مسموميت با منوكسيد كربن هستيد محيط را ترك كنيد. هر شخصي كه با گاز منوكسيد كربن در تماس بوده و داراي علايم فوق می باشد بايد فوراً توسط پزشك معاينه شود. نوزادان و افراد مسن، زنان حامله، افرادي كه داراي ناراحتي هاي قلبي عروقي هستند چنانچه با اين گاز در تماس باشند حتي در صورت نداشتن علامت حتماً بايد توسط پزشك معاينه شوند.
      * غذاهاي مسموم كننده ممكن است بو يا مزه ناخوشايندي نداشته باشند. با وجوديكه اكثر مسموميت هاي غذايي معمولاً ظرف 24 ساعت برطرف مي شوند، اما بعضي از آنها مانند مسمومیت با غذای کنسروی مي توانند كشنده باشند.
      * در سفر از محصولات لبنی و خوراکی هایی که دارای بسته بندی دارای نشان سلامت و مجوز بهداشتی هستند استفاده نمایید و از خرید و مصرف فرآورده های خوراکی فله ای جدا اجتناب نمایید.
      * مسمومیت و مرگ ناشی از بوتولیسم، در اثر غذا و کنسرو آلوده بروز می کند و بسیار کشنده است. بیمار مبتلا سریعاً باید به یک مرکز درمانی مجهز، جهت تزریق داروی ضد سم منتقل شود.
      * بوتوليسم نوعي مسموميت غذايي كشنده است كه در اثر مصرف كشك غير پاستوريزه، غذاهاي كنسروي (كه قبل از مصرف حرارت مناسب به آنها نرسيده است) و يا سوسيس و كالباس آلوده بروز مي كند. علايم و نشانه هاي اين مسموميت با تاخير (بعد از 12 تا 24 ساعت) ظاهر مي شود و شامل تاري ديد، دوبيني، افتادگي پلك فوقاني، عدم توانايي حركتي، اختلال تكلم، لكنت زبان، سختي بلع، و خشكي و درد گلو مي باشد. مهمترين اقدام درماني در اين مسموميت تجويز سريع داروی ضد سم (Anti toxin) در مركز درماني مي باشد. در صورت عدم درمان ممكن است فرد مسموم در اثر فلج تنفسي فوت نمايد.
      * **چنانچه در سفر از غذای آماده کنسرو شده استفاده می نمایید، با جوشاندن کنسرو به مدت 20 دقیقه می توان از خطر مسمومیت کشنده بوتولیسم پیشگیری نمود.**
      * هرگز غذاهاي پخته شده را بيش از 2 ساعت (اگر هواي اتاق گرم مي باشد، بيش از يك ساعت) در دماي محيط رها نكنيد. براي دوباره گرم كردن غذاهاي باقيمانده آنها را تا 74 درجه سانتي گراد گرما دهيد تا غذا بخار کند و همچنين غذاهايي كه بيش از 3 روز باقيمانده اند را مصرف نكنيد.
      * هميشه قبل از آماده كردن و يا خوردن غذا، دستهايتان را با صابون بشوييد. نوعي از اسهال ميكروبي در طي سفر و به دليل عدم رعايت بهداشت قابل انتقال است. به خاطر داشته باشيد دستهايتان را بعد از استفاده از سرويسهاي بهداشتي، برداشتن گوشت خام، سيگار كشيدن، دست زدن به حيوانات و دست زدن به زباله ها حتماً بشوئيد**.**
      * علايم و نشانه هاي برخي از مسموميتهاي غذايي با تاخير ظاهر مي شود. يعني ممكن است 12 تا 24 ساعت بعد از مصرف غذاي آلوده، علايم در فرد مسموم بروز نمايد. علايم و نشانه هاي اين مسموميت ها شامل سردرد، تب، خستگي، تهوع، استفراغ، اسهال آبكي شديد، كم شدن آب بدن، ضعف و درد شكم مي باشند.
      * دستور طلائي پيشگيري از مسموميت غذايي: " **پختن غذا و خوردن آن در همان روز** " است.
* رعايت ايمني غذايي مانع بروز مسموميت غذايي مي شود. ضمن سفر از حمل گوشت خام و تخم مرغ خام و فرآورده هاي لبني با ماندگاري كوتاه خودداري نماييد، چرا كه سريعا" فاسد مي شوند.
* از خريد قوطي هاي كنسرو داراي برآمدگي، فرورفتگي و يا نشتي خودداري كنيد و مطمئن شويد كه درپوش آن ها شكسته نشده باشد. اگر فرآورده اي ظاهر و يا بوي ناخوشايندي داشت، به هيچ عنوان آن را نچشيد و کنسروها را قبل از مصرف 20 دقیقه در آب درحال جوشیدن حرارت دهید و سپس مصرف نمایید.
* در طي سفر براي حمل مواد غذايي فاسد شدني، از يخدان مناسب استفاده كنيد. غذاهایی که حاوی سس، تخم مرغ و خامه می باشند خیلی زود فاسد می شوند.
* هنگام بازي كودكان در فضاي باز مراقب آنها باشيد تا توسط گلها و گياهان سمي، مسموم نشوند. تماس پوست با برخي از اين گياهان (مانند گزنه) و يا به دهان بردن آنها (مانند دیفن باخیا و خرزهره) منجر به مسموميت شدید مي شود.
  + - * 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 مارگزیدگیبيمار را آرام كنيد و از حركات بيش از حد او جلوگيري كنيد. عضو محل گزيدگي مار را بايد بي حركت و هم سطح يا كمي پايين تر از سطح قلب نگه داشت. فرد گزیده شده را سریعا به مرکز درمانی منتقل نمایید.
* در مارگزیدگی، يك نوار محكم و پهن، چند انگشت بالاتر از محل گزيدگي مار بويژه اگر محل گزيدگي در دست ها يا پاها باشد ببندید. هر 10 تا 15 دقيقه، به مدت یک دقيقه نوار را باز كرده و دوباره ببنديد. اين كار بايد تا زمان آماده شدن پادزهر در بیمارستان ادامه يابد.
* هر چه سريعتر فرد مار گزيده را به اورژانس بيمارستان منتقل كنيد و زمان را با تلاش براي كشتن و يا گرفتن مار از دست ندهيد همچنین از سرد كردن عضو مارگزیده با آب سرد يا يخ خودداري كرد.
  + - * گزش عقرب مي تواند منجر به بروز درد شديد در ناحيه گزش شود. گرچه علائم تهديدكننده حيات و حوادث منجر به مرگ نیز گاهی رخ مي دهد، ولی فرد مصدوم را باید به نزدیک ترین مرکز درمانی برای تزریق پادزهر منتقل نمایید.
      * تورم ناشي از گزش عقرب، عموماً محدود به ناحيه گزش است و احساس بي حسي و سوزش در ناحيه گزش براي 4 تا 6 ساعت بوجود مي آيد و معمولاً پس از 24 ساعت بهبود مي يابد.
      * زنبور گزيدگي ممكن است در اثر نيش انواع زنبور مانند زنبورعسل و زنبورسرخ بروز نمايد. از دستکاری کندوی زنبور های خصوصاً وحشی خودداری کنید. حمله و گزش دسته جمعی زنبورها می تواند کشنده باشد.
      * نيش زنبورعسل ماده، به كيسه محتوي زهر متصل است و پس از گزش در زخم باقي مي ماند بنابراین برداشتن سريع نيش از روي زخم، جهت جلوگيري از ورود بيشتر سم به زخم ضروري است.
      * اگر فرد زنبورگزيده مشكل تنفسي داشت و يا تورم شديد و سريع در محل گزش بروز كرد، بايد به پزشك مراجعه نمايد.
* اقدامات اوليه در گزش هاي معمولي زنبور عبارتند از: محل زنبور گزيدگي را با آب و صابون بشوئيد، روي محل زنبور گزيدگي كمپرس سرد يا كيسه محتوي يخ قرار دهيد و به طور متوالي هر 15 دقيقه يكبار كيسه يخ را از روي پوست برداريد، از قراردادن مستقيم يخ روي پوست اجتناب نمائيد و از گرم كردن موضع بپرهيزيد.
* در مناطقي كه حشرات زيادی وجود دارد، بهتر است روي پوست بدن مخصوصاً بدن كودك از کرمهای دور کننده حشرات استفاده نمود. اما بايد توجه داشت استفاده دائم از اين مواد سبب حساسيت بيشتر می شود.
* برای پیشگیری از گزش حشرات در محيط‌‌هاي باز، پيراهن آستين بلند و شلوار بلند به كودكان بپوشانید.

**اگر با موارد مسموميت در خانه یا سفر برخورد كرديم، چه بايد بكنيم؟**

1. در مسموميت هاي دارويي و شيميايي بايد بدانيم فرد مسموم چه نوع ماده ای، چه مقدار، چه موقع و از چه راهي مصرف كرده است.
2. اگر بيمار هوشيار بود با مركز اطلاع رساني داروها و سموم به شماره 190 و یا اورژانس 115، تماس گرفته و در خصوص اقدامات بعدي سوال مي نماييد.
3. اگر فرد مسموم هوشيار نبود و يا مواد اسيدي، قليايي و يا نفتي را بلعيده بود، از ايجاد استفراغ در فرد مسموم خودداري كنيد و سريعا" مسموم را به نزديكترين مركز درماني منتقل نماييد.

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **چرا باید تماس بگیریم؟** | **ابتدا این کار را انجام دهید:** | **چه باید بکنیم؟** |
| بعضی از مواد شدیدا کشنده اند و یا اینکه علائمی دارند که باید حتما در یک مرکز اورژانس درمان شود  پزشک اورژانس تنها فردی است که می تواند تعیین کند درمان اضافه تر نیاز است یا خیر | * هرچه سریعتر فرد مسموم باید به هوای آزاد برده شود * از تنفس دود و گازهای تولید شده پرهیز کنید * درها و پنجره ها را باز کنید * اگر فرد مسموم نفس نمی کشد، تنفس مصنوعی را شروع کنید * سپس بااورژانس تماس بگیرید | **مسمومیت از راه تنفس**  مانند مسمومیت با منوکسیدکربن، گاز چاه فاضلاب،  گاز ناشی از اختلاط مواد سفیدکننده و جرم بر |
| بعضی از مواد بسیار قوی هستند و می توانند سبب سوختگی پوست شوند  پزشک اورژانس تنها فردی است که می تواند تعیین کند درمان اضافه تر نیاز است یا خیر | * لباسهای و پوشش آلوده را درآورید * پوست را با آب جاری به مدت 10 دقیقه شستشو دهید * پوست را با آب و صابون بشویید * پوست را خوب آبکشی کنید * سپس بااورژانس تماس بگیرید | **مسمومیت از راه پوست**  مانند مسمومیت با سموم آفت کش،  مواد شیمیایی، اسید و قلیا، مواد شوینده لک بر، جرم بر |
| بعضی از مواد بسیار قوی هستند و می توانند سبب بروز صدمات دائمی در چشم شود. بقیه اقدامات باید در بخش اورژانس بیمارستان صورت گیرد  پزشک اورژانس تنها فردی است که می تواند تعیین کند درمان اضافه تر نیاز است یا خیر | * چشم مصدوم را با آب جاری ولرم 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 15 دقیقه باید ادامه داشته باشد * فرد مسموم باید در حین شستشوی چشم با آب جاری، تا جای ممکن مرتباً چشمها را (مانند چشمک زدن) باز و بسته کند * اصراری به باز نگهداشتن چشمها نداشته باشید * سپس بااورژانس تماس بگیرید | **مسمومیت از راه چشم**  مانند تماس با انواع گاز، اسید و قلیا، مواد شوینده، سموم دفع آفات، مواد شیمیایی، مواد شوینده خانگی و گاز متصاعد شده از آنها، تماس چشمی اشتباه با برخی داروها و سموم |
| بعضی از مواد شدیدا کشنده اند و یا اینکه علائمی دارند که باید حتما در یک مرکز اورژانس درمان شود  بعضی از مواد در صورت خورده شدن، شدیدا کشنده اند. مقادیر بالای داروها، خصوصا در کودکان می توانند تهدیدکننده سلامت باشند  پزشک اورژانس تنها فردی است که می تواند تعیین کند درمان اضافه تر نیاز است یا خیر | * اگر فرد مسموم نفس نمی کشد، تنفس مصنوعی را شروع کنید * اگر فرد مسموم هوشیار است، کنترل کنید آیا می تواند چیزی را ببلعد یا خیر * قبل از هماهنگ نمودن با مرکز کنترل مسمومیت ها (شماره تلفن 190) مسموم را وادار به استفراغ نکنید * در برخی موارد، استفراغ سبب بروز صدمات بیشتر خواهد شد. * نمونه ای از ترکیبی که فرد با آن مسموم شده است را همرا بیمار به بیمارستان ببرید | **مسمومیت از راه دهان**  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 |

**Reference: 2010 An-Najah National University,**Poison control & Drug Information Center

**سالي سرشار از سلامتي و بهروزي براي شما هموطنان آرزو مي نماييم**

**ستاد مركزي اطلاع رساني داروها و سموم**

**دفتر نظارت و پایش مصرف فرآورده های سلامت**

**سازمان غذا و دارو، وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی**

**اسفند 1399- فروردین 1400**