

(51)

## كن حذراً عند الجمع بين الأدوية

كثير من الأدوية تكون فعالة وآمنة عند تناولها بمفردها، ولكنها تفقد نفعها ولا تكون مجدية عندما تؤخذ مع دواء آخر. عندما تتعاطى الأدوية التي لا تحتاج إلى وصفة طبية تذكر أن عليك فهم آثار الدواء على ضوء أي شيء آخر تتناوله. عندما تتعاطى الأدوية الموصوفة طبياً تأكد من أن الطبيب على علم بكل الأدوية التي تتناولها. ويفضل أن تأخذ كل أدويةك من الصيدلية نفسها حتى يتمكن الصيدلاني من متابعة كل الأدوية التي تتعاطاها وينبهك إذا كان أي منها يبطل مفعول الآخر.

•••

أظهر الاستطلاع الذي أجراه فريق المستهلكين المحليين أن نصف الأشخاص تقريباً الذين تم استجوابهم قالوا بأنهم تجاوزوا عن قصد وعلم الجرعة المطلوبة من المسكنات التي لا تحتاج إلى وصفة طبية. وأقل من 20% قالوا بأنهم قرؤوا نشرة الدواء بأكملها.

تخيف مثل هذه النتائج جماعات المستهلكين والمسؤولين عن الصحة، الذين لاحظوا أن معظم المئة والخمس والسبعين مليون

أمريكي يتعاطون المسكنات غير الموصوفة كل سنة لا يدركون المخاطر الممكنة. ونتيجة لذلك، يقول الخبراء، بأن كثيرين سيئون استخدام هذه الأدوية المشهورة، التي تستخدم لمعالجة آلام الصداع، والتهاب المفاصل، والحمى وآلام العضلات.

يؤكد مسؤولو الصحة بأن معظم المسكنات غير الموصوفة والأكثر شهرة، بما في ذلك الأسبرين، أكتامينوفين، إيبوبروفين، ونابروكسين، كلها آمنة إذا استخدمت حسب التوجيهات المذكورة. تكمن المشكلة في أن العديد من الشعب الأمريكي يتعاطون الحبوب المباعة بكثرة من غير تفكير، "ويبلغونها وكأنها حلوى"، وذلك نقلاً عن مختص الكلى الدكتور وليام لي.

يشير الدكتور لي إلى دواء مشهور يخفف الزكام فيه تحذير للمرضى من تجاوز الجرعة عن أربع حبات في فترة الأربع والعشرين ساعة في اليوم. "ولكن لم يذكر في النشرة بأن الخطر لا يكمن فقط في تجاوز الجرعة إلى خمس حبات ولكن في تناوله أيضاً مع أي عدد من المسكنات المشهورة. وكثيراً ما نرى مثل هذه الأمور - أدوية تحذرك من الخطأ في تعاطي الدواء نفسه بالتحديد ولكن تهمل الاحتمالية الكبرى لتناولك دواء آخر معه في الوقت نفسه".



إن الأشخاص الذين يتناولون الأسبرين باستمرار ليحميهم من النوبات القلبية قد يبطلون فعاليتها بتناول مسكنات أخرى مثل: أيوبروفين باستمرار، وذلك نقلاً عن الأطباء في جامعة أيوا.

