

«Барлығы дәрі туралы».

Дәрі дегеніміз не? Дәрі-дәрмектерді қалай дұрыс қабылдау керек? / Үйде дәрілік заттарды ұтымды қолдану, сақтау және қауіпсіз жою.

ХАЛЫҚҚА АРНАЛҒАН ДӘРІЛІК БЮЛЛЕТЕНЬ

2025 жыл



Дәрілік зат (дәрі) – бұл аурулардың алдын алу, диагностика жасау және емдеу, сондай-ақ ағза функцияларына әсер ету үшін қолданылатын құрал.

Әр адам, дәріні өзі қабылдағанда немесе оны балаға бергенде, мынаны түсінуі тиіс: кез келген дәрі пайдалы әсерімен қатар, жанама әсерлер мен асқынулар тудыруы мүмкін. Сондықтан тек шын мәнінде қажет дәрілерді ғана қабылдау керек.

Жеңіл сырқаттарда, мысалы, тұмау кезінде, дәрі қабылдау туралы шешімді адам фармацевтпен кеңесіп, өзі қабылдай алады. Алайда гипертония, қант диабеті немесе астма сияқты күрделі аурулар кезінде дәрі-дәрмекті тек дәрігер ғана тағайындауы керек. Мынаны түсіну маңызды: мүлде қауіпсіз дәрі-дәрмек болмайды. Қолдану тәсіліне (ауыз арқылы, мұрын арқылы, теріге жағу, көздің тор қабығы арқылы, тік ішекке, қынапқа және т.б.) қарамастан, кез келген зат ағза үшін белгілі бір қауіп төндіруі мүмкін.

Дәріні дұрыс қабылдау деген нені білдіреді?

Бұл дегеніміз – нұсқаулықта көрсетілген ұсынымдарды қатаң сақтау: дозасын, қолдану тәсілін, уақытын және қолдану ұзақтығын. Тек осы жағдайда ғана қажетті нәтижеге қол жеткізіп, мүмкін болатын зиянды азайтуға болады.

Бұл ұсынымдарды дәрі-дәрмек тағайындаған кезде дәрігер де міндетті түрде береді. Бұл нұсқауларды орындамау емдеу тиімділігінің төмендеуіне немесе денсаулыққа кері әсерлерге әкелуі мүмкін. Дәрі қабылдағанда келесі аспектілерді ескеру маңызды:

- Қабылдау жиілігі;
- Дәріні тамақпен бірге немесе бөлек қабылдау ерекшелігі;
- Дәрілердің өзара үйлесімділігі;
- Дәріні «бөлшектеп» қабылдау мүмкіндігі;
- Дәріні қандай сұйықтықпен ішу керектігі;
- Қолдану тәсілі.

Қабылдау жиілігі

Дәрі-дәрмекті қабылдау аралықтарын қатаң сақтай отырып қабылдау қажет. Егер дәрігер препаратты:

күніне 2 рет қабылдауды тағайындаса – қабылдаулар арасындағы аралық 12 сағат болуы керек,

күніне 3 рет – әр 8 сағат сайын,

күніне 4 рет – әр 6 сағат сайын.

Бұл дәріні тек қана ояу кезде емес, **тәулік бойы біркелкі аралықтармен** қабылдау керек дегенді білдіреді.

Мұндай режим әсіресе **антибиотиктерді** қабылдағанда өте маңызды, себебі аралықтарды сақтамау олардың тиімділігін төмендетіп, бактериялардың емге төзімділігінің дамуына әкелуі мүмкін.

Қолдану тәсілдері

Кейбір таблеткаларды тамақ ішу уақытына байланыссыз қабылдауға болады — бұл өте ыңғайлы. Алайда, өкінішке қарай, мұндай дәрілер көп емес. «Тамаққа дейін» қабылдау тағайындалған дәрі аш қарынға немесе кем дегенде алдыңғы тамақтан кейін 2 сағат өткен соң ішілуі керек.

Асқазан тамақ пен асқазан сөлінен бос болуы керек, себебі қышқыл ортада мұндай дәрілер жай ғана ыдырап кетеді. «Тамақ ішу кезінде» дәрі қабылдау – бұл түсінікті әрі қарапайым. Ал «тамақтан кейін» тағайындалатын таблеткалар, әдетте, ас қорыту процесін қалыпқа келтіруге немесе асқазанның шырышты қабығын тітіркендіретін әсерді азайтуға арналған. Айта кету керек, «тамақ» деп міндетті түрде толыққанды таңғы, түскі немесе кешкі асты емес, тіпті алма, банан немесе бір стақан компот сияқты аз мөлшердегі тағам да есептеледі.



Дәрілердің үйлесімділігі

Егер сізге бірден бірнеше дәрі-дәрмек тағайындалса, оларды бір уақытта қабылдауға бола ма, әлде аралық сақтау қажет пе – бұл туралы дәрігерден нақтылап сұрау маңызды. Себебі барлық дәрілердің өзара әрекеттесуі толық зерттеліп болмағандықтан, егер дәрігер арнайы нұсқау бермесе, оларды бірден «уысымен» қабылдауға болмайды. Егер бір мезгілде қабылдауға тыйым салынса, әр түрлі дәрілер арасында кем дегенде 30 минуттық аралық сақтау қажет.

«Бөлшектенген» дозаларды қолдану мүмкіндігі

Кейде жоғары дозадағы таблеткаларды сатып алып, оларды 2 немесе 4 бөлікке бөліп қабылдау үнемдірек болады. Алайда мұны барлық дәрілермен жасауға болмайды. Қабықпен қапталған таблеткаларды бөлуге болмайды — бұл олардың әсерін бұзады. Егер таблетканың бетінде бөлу сызығы болса, оны бөлуге болады, өйткені өндіруші мұндай мүмкіндікті алдын ала ескерген. Ал егер таблеткада бөлу сызығы болмаса, онда оны сындыруға болмайды — мұндай жағдайда әр бөлікте қажетті дәрі мөлшері болатынына сенімді болу мүмкін емес.

Ішуге арналған сұйықтық

Көп жағдайда таблеткаларды тек бөлме температурасындағы қайнатылған сумен ішу керек. Шай, кофе немесе шырынмен ішуге болмайды, өйткені олар дәрінің әсеріне кері әсер етуі мүмкін. Кейбір ерекше жағдайларда дәріні сілтілі минералды сумен, сүтпен немесе қышқыл сусындармен ішу қажет болады — бірақ бұл сирек кездесетін жағдайлар және олар әрқашан қолдану нұсқаулығында көрсетіледі.



Қолдану тәсілдері

Кейбір дәрілер шайнап қабылдауға арналған — олар «шайнайтын таблеткалар» деп аталады. Сондай-ақ ауызда баяу еритін дәрілер де бар. Ал драже түріндегі препараттарды шайнамай, қабығын бүлдірмей бүтіндей жұту қажет. Бұл ұсынымдарды сақтау өте маңызды: қабылдау тәсілін бұзған жағдайда дәрі күткен нәтиже бермеуі немесе әсері кешігуі мүмкін.

Дәрілік заттарды үй жағдайында ұтымды пайдалану, сақтау және қауіпсіз жою.

Дәрілік заттарды ұтымды пайдалану (ДЗҰП) — емдеудің тиімділігі мен қауіпсіздігін қамтамасыз етуге бағытталған. Бұл препараттар тек медициналық көрсеткіштер бойынша тағайындалып, қолданылатынын және пациенттер оларды қабылдау мақсаты мен дұрыс қолдану тәсілін жақсы білетінін білдіреді.

Айта кету керек, ұтымды көзқарас тек дәріні қабылдаумен шектелмейді, сонымен қатар оны сақтау ережелерін сақтауды да қамтиды. Себебі сақтау шарттарының бұзылуы дәрінің тиімділігін төмендетіп қана қоймай, оны денсаулыққа қауіпті етіп жіберуі мүмкін.

Дәрілерді қалай сақтау керек. Дәрілерді сақтау үшін арнайы пластмасса немесе металл контейнерлерді қолданған жөн. Әсіресе зауытта дайындалған, бірнеше бөліктері бар дәрілік қобдишалар (кейс, жәшік немесе сөмке түріндегі) өте қолайлы — олар дәрілер мен қажетті құралдарды реттеп орналастыруға мүмкіндік береді. Мұндай контейнерді қажет болған жағдайда өзіңізбен бірге немесе науқастың төсегінің қасына қоюға болады.

Сондай-ақ дәрілерді таза картон қорапта сақтау да рұқсат етіледі, бастысы — ол кең әрі қолдануға ыңғайлы болуы керек.

Дәрі-дәрмектер міндетті түрде жеке зауыттық қаптамасында және қолдану нұсқаулығымен бірге сақталуы тиіс. Барлық препараттардың атауы мен жарамдылық мерзімі көрсетілген жапсырмасы болуы қажет.

Флакандарды тығыз жабық күйінде сақтау керек, себебі кейбір заттар ауамен жанасқанда буланып кетуі, оттегімен реакцияға түсуі немесе бөтен иістерді сіңіруі мүмкін.

Дәрілерді қалай сақтау керек. Ең алдымен, дәрі-дәрмек сатып алғаннан кейін оның сақтау шарттарына назар аудару қажет. Бұл мәліметтер әдетте қолдану нұсқаулығында және сыртқы қаптамасында көрсетіледі. Егер нұсқаулықта сақтау температурасының шегі мен ерекшеліктері нақты жазылса – бұл өте қолайлы. Алайда, көптеген препараттарда жай ғана: «Бөлме температурасында сақтау», «Салқын, жарықтан қорғалған жерде сақтау», «Құрғақ, жарықтан қорғалған жерде сақтау» және т.б. деп көрсетіледі.

Біліп жүріңіз:

“ егер қолдану нұсқаулығында бөлме температурасында сақтау ұсынылса немесе температура көрсетілмесе, бұл препаратты +15°C-тан +25°C-қа дейінгі температурада сақтау керек дегенді білдіреді;
“ егер салқын жерде сақтау ұсынылса, бұл препаратты +8°C-тан +15°C-қа дейінгі температурада сақтау қажет деген сөз;
“ қараңғы жерде сақтау дегеніміз — дәріні күн сәулесінен қорғалған жерде сақтау қажет;
“ құрғақ жерде сақтау — бұл препаратты салыстырмалы ылғалдылығы 60 пайыздан аспайтын бөлмеде сақтау керек дегенді білдіреді.

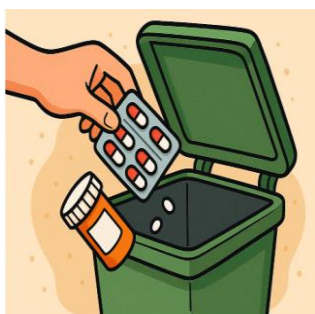
Мысалы: Дәрі жапсырмасында: «Салқын, жарықтан қорғалған жерде сақтау» деп жазылған болса, бұл оны 15°C-тан жоғары емес температурада, яғни тоңазытқышта сақтау керек дегенді білдіреді. Сондай-ақ, 5°C-тан жоғары емес температурада сақтау ұсынылған препараттарды да тоңазытқышқа қою қажет.

NB! Өте маңызды:

-бүлінген немесе бастапқы қаптамасы бұзылған дәрілерді сақтамаңыз. Мысалы, жарты таблетка, суппозиторий немесе ашылған ампулаларды жиі сақтайды – мұндай препараттарды қолданбаған жөн;

-жарамдылық мерзімі өтіп кеткен дәрілерді мүлдем сақтамаңыз әсіресе, қолданбаңыз;

- үйдегі дәрілік қобдишаның ішін үнемі тексеріп, дәрілердің күйін және жарамдылық мерзімін қарап отырыңыз. Мерзімі өткен, ылғал тиген немесе зақымдалған дәрілерді еш өкінбестен тастау қажет, өйткені қажет сәтте мұндай дәрілерге мән бермей қалуыңыз мүмкін.



Дәрі-дәрмектерді үй жағдайында жою қауіпсіздік шараларын сақтай отырып жүргізілуі тиіс — бұл адамдар мен жануарларды уланудан қорғау және қоршаған ортаны сақтау үшін маңызды. Мерзімі өткен дәрілерді қоқыс жәшігіне жай ғана тастауға болмайды, өйткені олар қоқысты ақтарып жүргендер үшін қауіпті болуы мүмкін

Дәрі-дәрмектерді үй жағдайында жою бойынша ұсынымдар:

1. Дәрілерді унитазға немесе кәріз жүйесіне тастауға болмайды, себебі бұл судың ластануына әкелуі мүмкін.
2. Дәрілерді түпнұсқа қаптамасымен қоқыс жәшігіне тастауға болмайды, өйткені бұл адамдар мен жануарлардың қызығушылығын тудыруы мүмкін.
3. Утилизация алдында дәріні блистерден, қаптамадан шығарып, ұсақтап алыңыз (егер мүмкіндік болса).
4. Ұсақталған дәрілерді жеуге жарамсыз қалдықтармен араластырыңыз – мысалы, кофе қалдығы, мысықтарға арналған құм немесе ескі топырақпен. Бұл дәріні адамдар мен жануарлар үшін тартымсыз етеді.
5. Қоспаны герметикалық пакетке немесе контейнерге салыңыз және мықтап жабыңыз.
6. Осылайша дайындалған дәріні қоқыс жәшігіне тастаңыз.
7. Қаптамадағы жеке деректерді (аты-жөніңіз, рецепт нөмірі және т.б.) бояп немесе өшіріп тастаңыз және оны бөлек тастаңыз.
8. Қолданылған шприцтер мен инелерді **қоқысқа тастамаңыз**. Оларды қалың пластик қақпағы бар арнайы контейнерге жинаңыз
9. **Егер сіздің қалаңызда ескі дәрілерді қабылдайтын арнайы пункттер болса, дәрілерді сол жерге өткізген дұрыс.**