المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية
ISSN: 2682-2865
The Online ISSN : 2682-4248

المجلد 02 / العدد: 04 (2020)، ص ص 21 –61

عشوائية استخدام الدواء في مصر ودور التربية الدوائية في مواجهتها

The randomness of drug use in Egypt and the role of drug education in confronting it

جمال على الدهشان[1]

[1]أستاذ أصول التربية والعميد الأسبق لكلية التربية جامعة المنوفية

وعضو اللجنة العلمية للترقيات تخصص أصول التربية والتخطيط التربوي

Mail: *g_eldahshan@hotmail.com*

تاريخ الاستلام: 2020/08/10 تاريخ القبول: 2020/09/12

انطلاقا من انتشار ظاهرة الاستخدام العشوائي للدواء في مصر - وصلت الى حد وصفها بالفوضى - بصورة أصبحت تسبب مخاطر عديدة منها ما هو طبي وصحي ومنها ما هو اقتصادي، تلك الظاهرة التي تعددت اسبابها الا ان السبب الرئيس قلة وعى الكثيرين بالأمور الخاصة بالاستخدام الرشيد للدواء، وانطلاقا من دور التربية في رفع مستوى الوعي الصحي، فمن خلالها يزود الطلاب وافراد المجتمع بالمعلومات والخبرات بقصد التأثير في معرفتهم وسلوكهم وميولهم الصحية وكذلك صحتهم وصحة مجتمعهم الذي يعيشون فيه كي ينعموا بحياة سليمة.تناقش الورقة الحالية تلك الظاهرة ومخاطرها والدور الذي يمكن ان تلعبه التربية الدوائية في مواجهتها من خلال تناول النقاط التالية:

استعراض المقصود بعشوائية استخدام الدواء وأبرز مظاهر تلك العشوائية؟ استعرض اسباب انتشار عشوائية وفوضى استخدام الدواء في المجتمع المصري والمخاطر التي يمكن ان تترتب على انتشارها، ومداخل مواجهتها.

استعراض المقصود بالتربية الدوائية وأهدافها والياتها في التغلب على العشوائية في استخدام الدواء.

– التوصيات والمقترحات لتفعيل دور التربية الدوائية في مواجهة الاستخدام العشوائي للدواء في مصر.

الكلمات المفتاحية: الدواء؛ التربية الدوائية؛ عشوائية استخدام الدواء

Abstract:

Based on the spread of the phenomenon of indiscriminate drug use in Egypt - reaching the point of describing it as chaotic - in a way that has become causing many risks, some of which are medical and health, and some of which are economic.

One of the role of education in raising the level of health awareness, through which it provides students and community members with information and experiences with the aim of influencing their knowledge, behavior and health tendencies, as well as their health and the health of their community in which they live so that they can enjoy a healthy life.The present paper discusses this phenomenon, its risks, and the role that pharmaceutical education can play in confronting it by addressing the following points:

- Reviews intended by randomization of drug use and the most prominent manifestations of randomness?

- Examine the causes of the random spread and chaos of drug use in Egyptian society, the dangers that could result from their spread, and the approaches to confronting them.

- A review of what is meant by drug education, its goals and mechanisms, in overcoming randomness in drug use.- Recommendations and proposals for activating the role of drug education in facing the indiscriminate use of drugs in Egypt.

Key words: medicine ; drug education ; random use of medicine.

مقدمة :

الصحة كنز من كنوز الدنيا اعطاها لنا الله،لكن لا نعرف قيمتها الا بعدان نفقد جزءا منها او كلها تقريبا، فالصحة تاج على رؤوس الاصحاء لا يشعر بها الا المريض، وبما ان الصحة تاج فوق الرؤوس وحق أساسي من حقوق الانسان الأساسية، كان لزاما علينا ان نحافظ عليها ونهتم بها.

ونظرا لأهمية صحة الانسان وأثرها على رقى المجتمع وتقدمة، فقد اولت جميع المجتمعات فديمها وحديثها هذا الجانب، كثيرا من عنايتها واهتمامها، وأصبح الاهتمام بالتربية الصحية جزء أساسي من فلسفة التربية وتوجهاتها بغية مساعدة الافراد على المحافظة على صحتهم وتحسينها من خلال زيادة معارفهم والتأثير على سلوكهم الصحي الوقائي والعلاجي.

ولذلك اجتهد رجال الطب منذ اول التاريخ في معالجة المرضى لشفائهم، مستخدمين الأدوية لتحقيق ذلك بجانب اكتشاف طرق جديدة للوقاية عوضا عن المعالجة فقط،من خلال الوسائل الخاصة بما يسمى بالطب الوقائي، فالوقاية خير من العلاج، في ظل انتشار الاوبئة الفتاكة والتي تنتشر بين وقت واخر في مساحات واسعة من العالم وتسبب الكثير من الوفيات، كان من اخرها ما تشهده المجتمعات المعاصرة من تفشى جائحة كورونا، والتي تجاوز عدد من اصابهم اكثر من٤٣ مليون مصاب وأكثر من١.١٥ مليون توفوا بسببها.

فتناول الأدوية ضرورة تفرضها حالة اضطرارية هي المرض، غير أن تناولها بطريقة عشوائية دون وصفة من الطبيب المختص ودون مراعاة التعليمات المرفقة قد يسبب مضاعفات خطيرة على الصحة ربما أخطر من المرض الذي استدعى تناولها .

ومن ناحية أخرى تعد الأدوية أحد الأسباب التي ينزل الله عز وجل بها شفاءه على عباده؛ فهي الأمل الذي يتشبث به المريض في مواجهة الأمراض وأخطارها، ولذا جاء الهدي النبوي صريحاً في الأمر بالتداوي، حيث قال النبي صلى الله عليه وسلم: "تداووا، فإن الله عز وجل لم يضع داء إلا وضع له دواء، غير داء واحد الهرم" سنن ابى داود،

وقال عليه السلام: "ما أنزل الله عز وجل داء، إلا أنزل له دواء؛ علمه من علمه، وجهله من جهله" رواه احمد في مسنده.

فمع كثرة الامراض وانتشارها كثر استخدامنا للأدوية بطريق صحيحة وغير صحيحة عن وعى ومعرفة او عن جهل وتجاوز، خاصة في ظل الثورة المعلوماتية والرقمية التي تتطلب ضرورة بالاستخدام الرشيد لتلك الادوية، خاصة في ظل الاثار الجانبية الخطيرة التي وصلت الى حد الوفاة، فانقلبت وظيفة الدواء من جانب علاجيوشافي لمن يعان من امراض الى مصدر خطر بسبب الجهل باستخدامه بطريقة صحيحة، وصلت الى حد يمكن ان نطلق عليه الامية الدوائية والتيهي جزء أساسي من الامية الصحية واحد مجالاتها .

فعلى الرغم من ان الادوية تلعب دوراً مهماً في علاج العديد من الأمراض، الا انها سلاح ذو حدين، فإن استخدمت الاستخدام الأمثل، باتباع إرشادات الطبيب وتوجيهات الصيدلي كان لها أثر إيجابي وفعال، وإن استخدمت بطريقة عشوائية وأسيء استعمالها فإنها تؤدي إلى أضرار بالغة قد تودي بحياة المريض،فمعظم الأدوية التي يتعاطاها المريض تسبب له آثاراً جانبية غير مرغوبة، بعضها يكون أعراضاً خفيفة لا تشكل خطراً على المريض وبعضها قد يهدد حياته.

وفى هذا الإطار اكدت منظمة الصحة العالمية على ان التصدي للضرر المرتبط بالأدوية يعد التحدي العالمي الثالث المتعلق بسلامة المرضى، وان مضاعفات الادوية تعد السبب السادس من أسباب الوفيات في العالم، وان نسبة تتراوح ما بين ٣-١١% من السكان يعانون من امراض لأسباب دوائية.

وانطلاقا من كل ذلك، أصبح لزاما على كافة المؤسسات التربوية ان تقوم بدورها التوعوي والتثقيفي والوقائي بجانب المؤسسات الطبية والصيدلانية، في مجال التعريف بالاستخدام الرشيد للأدوية بالشكل الذي يحقق الهدف من استخدامه وتجنب الاضرار التي يمكن تترتب على سوء وعشوائية استخدامه من قبل كل افراد المجتمع المرضى والاصحاء منهم على حد سواء.

وفى هذا الاطار بدا العديد من الباحثين والكتاب التحدث عن ضرورة محو الامية الصحية خاصة تلك التي تتعلق بالأدوية والعقاقير، في ظل كثرة الاخطاء العديدة المتعلقة بكل جوانب إنتاج الادوية واستخدامها، حيث تشكل الأخطاء الدوائية المشكلة الأكثر شيوعا بين الأخطاء الطبية وتصيب ما لا يقل عن ١.٥ مليون شخص سنويا ،حسب التقرير الجديد الصادر من معهد الطب والأكاديميات الوطنية، والتي اشارت البان تكلفة علاج الأخطاء الدوائية التي تحدث في المستشفيات تجاوزت مبلغ ٣.٥ مليار دولار في السنة، وهذه التقديرات لا تأخذ بعين الاعتبار خسارة الأجور والإنتاجية أو زيادة تكاليف الرعاية الصحية كما يقول التقرير،الامر الذى يتطلب اتخاذ سلسله من الإجراءات للمرضي ومنظمات الرعاية الصحية والهيئات الحكومية وشركات الأدوية للحد من هذه الأخطاء، تشمل هذه الإجراءات خطوات لزيادة التفاعل وتحسين الاتصال بين العاملين في مجال الرعاية الصحية والمرضي، فضلا عن خطوات أخرى يتخذها المرضي لحماية أنفسهم، مع التوصية بإنشاء موارد لمعلومات الأدوية يكون الحصول عليها من المرضي بسهولة وبصورة مبسطة ، وأن تتسم بالموضوعية وتكون سهله الفهم.

إن تكرار أخطاء استخدام الأدوية والآثار الجانبية التي يمكن منعها يثير قلقا بالغا للجميع، الامر الذى يجعلنا بحاجه إلي إتباع نهج شامل لتقليل هذه الأخطاء وهو لا يشمل منظمات الرعاية الصحية والهيئات الحكومية والنقابات المهنية فقط بل، يشمل أيضا الصناعة والمستهلكين، مع التأكيد على ضرورة أن يكون المستهلك على علم تام بكيفية اخذ الأدوية بشكل آمن لتحقيق النتائج المرجوة، وأن يكون لدى مقدمي الرعاية الصحية الأدوات والمعلومات اللازمة لوصف و صرف وإعطاء الأدوية بشكل آمن قدر الإمكان ومتابعه المشاكل الدوائية، بهدف الوصول إلى أفضل رعاية طبية في كل مره يأخذ فيها المريض الدواء."

وتتعدد الأخطاء الدوائية وتشمل مجالات من ضمنها الأدوية التي تصرف بوصفة طبية وكذلك الأدوية اللاوصفية والفيتامينات والمعادن والأدوية العشبية، والاسراف في استخدام المضادات الحيوية والمكملاتالغذائية، وعدم تبنى مفهوم الطب

المُسند بالبراهين Evidence-based medicine (أو الطب المعتمد على البرهان) والمعروف أيضا باسم الممارسة القائمة على الأدلة.

إن الأخطاء شائعة في جميع المراحل من وصف الدواء إلى أخذه ومتابعته لرصد استجابة المريض، وطريقة تخزينه، ويقدر أنه في المتوسط هناك خطأ دوائيا واحدا على الأقل لكل مريض يعالج في المستشفى في كل يوم، وان كان هناك تباين كبير في معدلات الخطأ من مكان لآخر، على الرغم من أنه ليست كل الأخطاء تؤدي إلى إصابة أو وفاه، ولكن عدد الإصابات التي يمكن منعها من خلال التوعية وتدريب الافراد على الاستخدام الرشيد لتلك الادوية.

فنتيجة للتقدم العلميفي مجال الصحة وما انتجته جهود العلماء من الفيض المتدفق لأنواع الادوية والمواد الكيميائية التي تستخدم في الاغراض الطبية كالعلاج والوقاية والتشخيص الطبي ، اصبحت الحاجة ملحة للتوعية باستخدام الدواء وكيفية التعامل معه،حتى لا يصبح وسيلة تدمير لصحة الفرد بسوء استعماله وقلة الوعينحوه، الامر الذي يتطلب ضرورة رفع مستوى إدراك الافراد خاصة الكبار لأبعاد مشكلات الدواء ووقاية المجتمع من اخطاره.

وفى هذا الإطار عقدت الهيئة العامة للغذاء والدواء بالمملكة العربية السعودية المؤتمر الإقليمي الثاني لمراكز التيقظ الدوائي بالدول العربية الذي عقد بفندق الفورسيزونز بمدينة الرياض في الفترة من ٢٥-٢٦ اكتوبر ٢٠١٧، بهدف تبادل الخبرات العلمية والتطبيقية والممارسات الإيجابية، حول التوعية باستخدام الدواء بطريقة صحيحة، وتفعيل إمكانيات الهيئة العامة للغذاء والدواء، وجعلها متاحة للمشاركين كافة للاستفادة منها اليوم ومستقبلاً.

إلى ذلك، أكد المدير التنفيذي للتيقظ وتقييم المنافع والمخاطر في الهيئة، أن التيقظ الدوائي أحد أبرز المهام التي تتولاها الجهات الرقابية لضمان مأمونية الأدوية وسلامتها، مضيفاً أن المؤتمر سيركز على لوائح التيقظ الدوائي الإقليمية والعالمية، وتطبيقات التيقظ الدوائي وأنشطته، مثل كشف الآثار الضارة لسوء استخدام الدواء

وخطط تقليل المخاطر، ومستجدات جهود مراكز التيقظ الدوائي في المملكة وفي الدول العربية، في تجنب المخاطر، ودور الأبحاث في دعم القرار العلمي لمراكز التيقظ الدوائي.

وبحث المؤتمر على اهمية الاستفادة من مخرجات قواعد بيانات التيقظ الدوائي في الدول العربية كنواة للفرضيات البحثية في مجال الأمن الدوائي، ودور وسائل التواصل التقليدية ووسائل التواصل الاجتماعية في توعية الممارسين الصحيين وأفراد المجتمع بأهمية التيقظ الدوائي، واستعراض قصص النجاح العربية في مجال التيقظ الدوائي، فضلاً عن توظيف التقنية الحديثة في تطوير العمل بوحدات التيقظ الدوائي بالدول العربية.

وفى هذا الاطار عقدت كلية الصيدلة بجامعة القصيم والجمعيةالصيدلية السعودية بالتعاون مع نادي الصيادلة في الاحساء، حملة " انت والدواء"، لنشر الوعي والتثقيف في اوساط المجتمعالسعودي ، متضمنه عدة اركان توعوية وتثقيفية لحث الأهالي على الاهتمام بكيفية استخدام الأدوية بشكل السليم وطرق تخزينها والمحافظة عليها ، والمساهمة في رفع معدل الوعي المجتمعي بأهمية خطورة الاستخدامات الخاطئة ومدى تأثيرها على الفرد، كما تم توزيع مطبوعات توعويه وتعريفيه وعرض شرح مبسط لكيفيه استخدام الأدويةالشائعة،وتضممتالحملة ايضا انشطه تفاعليه للأطفال شملت ركن للمرسم الحر والتصوير الفوتوغرافي وركن الصلصال والتراكيب.... الطريق الأسلم للحصول على أفضل نتائج علاجية).

كما عقدت كلية الصيدلة بجامعة المستنصرية ندوة علمية نظمها فرع الصيدلة السريرية الندوة العلمية الثالثة تحت شعار (التوعية الدوائية للمريض ... الطريق الأسلم للحصول على أفضل نتائج علاجية) وذلك يوم الخميس الموافق ٢٠١٥/٤/٢٣، بهدف زيادة الوعي حول مفهوم التوعية الدوائية للمريض وتوضيح دور الصيدلي فيها والتأكيد على دور التثقيف الدوائي في تقليل الاخطاء العلاجية للمرضى بعدها.

وقدمت مجموعة من التوصيات بهدف محو ما اطلق عليها محو الأمية الدوائيةPatient Pharmaceutical Information Literacy كان من ابرزها :

١- تعميق مفهوم التوعية الدوائية ووسائل إيصال المعلومة الصحيحة للمريض من خلال إقامة الدورات المهنية بالاشتراك مع نقابة الأطباء وذوي المهن الطبية، تتبناها نقابة الصيادلة ضمن المنهاج الخاص بدورات الصيادلة.

٢- رفع المستوى التوعوي للمريض بما يخص الاستخدام الأمثل للدواء من خلال تكثيف دور الإعلام المرئي والمسموع بالتنسيق مع وزارة الصحة ونقابة الصيادلة وكذلك إصدار منشورات مبسطة جدا توزع على طلبة المدارس الابتدائية والثانوية تتضمن الخطوط العامة للتعامل مع الدواء، وهكذا يمكن محو الأمية الدوائية Patient Literacyمن مجتمعنا

٣- البدء بمشروع Social Pharmacy بالتنسيق بين وزارة الصحة ونقابة الصيادلة من خلال استحداث غرفة استشارية ضمن شعبة الصيدلة السريرية في كل مستشفى يقوم بإدارتها صيدلي خريج برنامج الصيدلة السريرية ويكون متفرغاً للتواصل مع المريض لتقديم والتوعية الدوائية له قبل وبعد خروجه من المستشفى ضمن برنامج ارشادي معين

٤- اعتماد منشورات ارشادية وتوضيحية مبسطة Pill Chart ترفق مع الأدوية التي تصرف للمريض في الصيدليات الخاصة

٥- مكافحة ظاهرة تداول الدواء من قبل المريض لمريض آخر وبدون توصية من الكادر الطبي مما يسبب سوء استخدام الأدوية وخاصة المزمنة منها من خلال تثقيف المجتمع

٦- وضع برنامج تتبناه المؤسسات الصحية في وزارة الصحة يتضمن تسجيل المعلومات المتعلقة كافة بالمريض يتضمن الحالة المرضية والعلاجات التي يستخدمها لغرض توفيرها ضمن نظام يسمى(Patient record system)

كما قدم الصيدليالسعوديخالد بن حمزة المدني دليلا علميا بعنوان " انت والدواء" بهدف التوعية بالكثير من المعلومات التيتتعلق بالتعريف بالدواء واشكاله، وكيفية استخدامه، وكيفية حفظه، وفاعليته، ومخاطر سوء استخدامه خاصة التي

تتم بدون توصية طبية وكيفية تلافيها،وذلك على شكل جرعات تثقيفية تحقيقاً لمفهوم التنور الدوائي Pharmaceutical Literacy.

كما قام مركز تعليم الكبار بجامعة المنوفية بالتعاون مع كلية الصيدلة بالجامعة بإعداد دليل لمحو الامية الدوائية بهدف اكساب افراد المجتمع الحد الأدنى من المعلومات عن طبيعة الدواء،وأنواع الأدوية والتركيبات العشبية ومستحضرات التجميل وأخطارها، فوائدها، والاستخدام الأمثل لها،والطريقة الصحيحة لحفظها المفاهيم الخاطئة عنها اثارها الجانبية، ليتجنب المواطن والمستخدم العشوائية في التعامل مع الدواء.

اننا في ظل تلك الظواهر السلبية المترتبة على العشوائية في استخدام الدواء في ظل ما نشهده في عصر الرقمة والثورة المعرفية والاتصالية ، من وجود مواقع ومنتديات تقدم معلومات دوائية بعضها جيد والكثير منها يغلب عليه الدعاية والتسويق غير العلمي، فان الامر يتطلب ضرورة وجود برامج موجهة للكبار والصغار بالمدارس والجامعات ومن خلال وسائل الاعلام المختلفة وغيرها من المؤسسات التربوية المقصودة وغير المقصودة النظامية منها وغير النظامية، للتوعية بكل ما يتعلق بالدواء والعقاقير الطبية وغير الطبية بهدف الوصول الى تجنب الافراط والعشوائية في التعامل مع الادوية التي تحدث نتيجة الجهل وضعف الوعى بالاستخدام الرشيد لها، التي يترتب عليها اثار خطيرة على الافراد مرضى واصحاء، وعلى المجتمع واقتصادياته، حيث تشكل صناعة الدواء وتسويقه واستعماله جانب كبير من اقتصاديات الدول، ان عدم وعى الفرد بكيفية التعامل مع الدواء والعقاقير يترتب عليه العديد من المشاكل التي يقع فيها الفرد مثل مشكلة المخدرات، خاصة وان استعمال الدواء زاد في الفترة الاخيرة بطرقة مخيفة حيث بلغ الإنفاق العالمي على الأدوية ما يزيد عن ٣٦٧ مليار دولار حتى ٢٠٢١ ، ٤٠٠ مليار جنيه حجم سوق الدواء في مصر حجم استثمارات صناعة الدواء في مصر تقدر بنحو ٨٠ مليار جنيه "٦.٨% من إجمالي الاستثمارات في ٢٠١٩/٢٠١٨، اضافة الى ما اشارت اليه العديد من الدراسات والبحوث من تدنى التنور الصحيوالدوائي بصفة خاصة لدى الافراد ، الامر الذى يتطلب ضرورة ان تقوم المؤسسات التربوية بدورها في تنمية الوعى الدوائيافراد المجتمع من خلال برامج لتعليم الكباروالصغار- المرضى

والاصحاء- ، في ظل قصور الدور الذى تقوم به المؤسسات التعليمية في هذا المجال، من خلال ما اطلق عليه مصطلح التربية الدوائية وهو ما تسعى الورقة الحالية الى تناوله من خلال تناول النقاط التالية :

- استعراض المقصود بعشوائية استخدام الدواء وأبرز مظاهر تلك العشوائية؟
- استعرض اسباب انتشار عشوائية وفوضى استخدام الدواءفي المجتمع المصري والمخاطر التي يمكن ان تترتب على انتشارها، ومداخل مواجهتها.
- استعراض المقصود بالتربية الدوائية وأهدافهاواليتها في التغلب على العشوائية فياستخدام الدواء.
- التوصيات والمقترحات لتفعيل دور التربية الدوائية في مواجهة الاستخدام العشوائي للدواء في مصر.

أولا: المقصود بعشوائية استخدام الدواء وأبرز مظاهر تلك العشوائية:

الدواء كمنتج يجب عدم اعتباره منتجا تجاريا فحسب وذلك لأن للدواء مميزات خاصه تجعله مختلفا عن أي منتج تجارى اخر حيث أنه:

١- مادة مؤثرة على حياة الانسان فاذا اختفت من الاسواق ليس سهلا تبديلها بمادة اخرى.

٢- لا يمكن للإنسان استبدالها بمحض ارادته بل بوصفة طبيب وليس كالغذاء حيث يمكن للإنسان ان يستبدله حسب مزاجه ورغبته.

٣- الدواء ليس منتجا عاديا ولا يمكن انتاجه بسهولة الا من قبل مختصين وفي مصانع وظروف خاصة.

٤- الدواء يخضع للغش كأي مادة اخرى ولكن الغش فيه قد يودي بحياة الناس ويقتلهم او يذهب بصحتهم بدلا من أن يشفيهم.

٥- أن ظاهرة الغش في الادوية اصبحت شائعة على مستوى العالم وكلما كانت البلدان اكثر تطورا استطاعت ان تقوم بإجراءات صارمة لمنع دخول الادوية المغشوشة.

ان الاستخدام غير الرشيد للدواء مشكلة عالمية ولا تقتصر على واصف وصارف الدواء بل تشمل المستهلك. وتشير الدراسات والبحوث إلى أن حوالي ٥٠ % من الأدوية المتداولة تهدر وأن حوالي ½% من المرضى لا يستخدمون الأدوية بصورة صحيحة، كما أن مئات من المرضى لم يكونوا ليضطروا إلى ارتياد الطوارئ أو حتى التنويم في المستشفيات لولا أنهم تناولوا أدوية خاطئة أو بطريقة خاطئة.

ويعتبر الاستعمال غير الرشيد للأدوية من المشاكل الشائعة والمعقَّدة لتعدُّد ظواهرها ومسبِّباتها والتدخُّلات المختلفة اللازمة لاحتوائها وكثرة التحدِّيات الواجب مواجهتها وعظم الجهود الواجب بذلها لترشيد استعمال الدواء.

الواقعأن هناك أربعة أقسام من الأدوية التي تصرف في الصيدلية وهي:

١- الأدوية التي لا تصرف إلا بموجب وصفة طبية مراقبة من وزارة الصحة وغالباً تشمل الأدوية النفسية والعصبية.

٢- الأدوية التي تصرف بموجب نشرة طبية للمرة الأولى فقط ثم يكررها المريض شهرياً دون الوصفة وهذه تشمل، أدوية الضغط والسكري والقلب.

٣- الأدوية التي تصرف بوصفة طبية حسب حالة المريض وتشمل أدوية الالتهابات أو الامراض الجلدية أو الحساسية حيث لا يلتزم بها غالبية المرضى

٤- الأدوية التي لا تحتاج إلى وصفة طبية لصرفها مثل أدوية الزكام والصداع والسعال والآلام الخفيفة.

المقصود بعشوائية او فوضى استخدام الدواء:

العشوائية في استخدام الدواء تعنى عدم استخدام الدواء المناسب، وبالكمية او الجرعة المناسبة، وللمرض المناسب، وللمريضالمناسب، وفى الوقت المناسب،والذي يصفه الشخص المناسب، ومن المصدر المناسب.

والاستخدام الرشيد للأدوية يعنى ان يحصل المرضى على الأدوية المناسبة لاحتياجاتهم السريرية، بجرعات تلبي احتياجاتهم الخاصةلفترة زمنية كافية وبأقل التكاليف لهم ولمجتمعهم.

مظاهر العشوائية في استخدام الدواء:

تتمثل مظاهر عشوائية الدواء فيما يلي:

عدم قراءة التعليمات المرفقة بالأدوية رغم أهمية ذلك لمعرفة الأخطار المحتملة لتناول العلاج وطرق تناولها والمحاذير الضرورية، فالنشرة الدوائية خارطة طريق للعلاج المناسب والتوعية الأثار الجانبية له.

ذهاب البعض إلى أقرب صيدلية أو مخزن أدوية أو حتى محلبقالة، بل وصل الامر الى بيعها على الأرصفة والعطارين وبائعي العطور والاعشاب،وما أكثرها في عالمنا العربي . لشراء بعض الأدوية بدلا من الذهاب إلى الطبيب المختص لتشخيص الحالة المرضية وتقرير العلاج المناسب وفقا للحالة.

هناك من يتعامل مع الدواء كسلعة قابلة للبيع والشراء بصرف النظر عن المخاطر الناجمة عن سوء استخدامها على حياة الناس.

عدم اكمال المريض المدة المحددة للعلاج، وإيقاف تناول العلاج عند تحسن الحالة الصحية، لأن ذلك يؤدي إلى ظهور البكتيريا مرة أخرى وقد تكتسب مناعة من المضاد بحيث لا تتأثر به مستقبلاً مما يؤدي إلى صعوبة العلاج.

ويوضح الشكل التاليأبرز مظاهر العشوائية في استخدام الدواء.

ويمكن شرح هذه المظاهر بشكل أكثر تفصيلا على النحو التالي:

١- انتشار الادوية المغشوشة[١] واستخدام افراد المجتمع لها :

---

[١] لكل دواء له إسمان أو ثلاثة، وذلك بحسب مدى إمكانية شركات عدة على إنتاجه وتسويقه، ولكل اسم منها قوانين وأنظمة لاستخدامه ولوضعه على عبوات دواء معين. وهي:الاسم "الكيميائي : chemical"اسم المركب الكيميائي الفعلي في الدواء، وعادة لا يهم الناس هذا الاسم، بل يستخدم في مجالات البحث العلمي، واسم "العلامة : brand"ويعتبر علامة تجارية ذات ملكية خاصة للشركة التي امتلكت اختراع وإنتاج الدواء بالأصل، الاسم "العام : generic"ولا يعتبر هذا الاسم ملكية خاصة، ولكنه يدل على الدواء.

إن مصطلح الدواء المغشوش يستخدم لوصف الدواء الذي ينتجه شخص آخر أو هيئة غير الشركة المصنعة الأصلية، عن طريق نسخ أو تقليد المنتج الأصلي من دون سلطة أو حق، بغرض الخداع أو الغش، ومن ثم تسويق نسخ مزورة أو مقلّدة للدواء الأصلي.

فالأدوية المغشوشة هي تلك المواد التي تباع تحت مسميات غير مرخص بها من قبل السلطات المختصة المخولة بذلك، والغش قد يتضمن العلامة التجارية للمنتج (براند) والاسم العلمي (الجنريك)، حيث يموه شكل المادة ومصدرها بطريقة تبدو للناظر أنها أصلية. ويتمثل هذا الغش في عدم وجود المكونات الدوائية الفعالة او وجودها بكميات غير محسوبة بان تكون غير كافية او بأكثر من المفروض، إضافة الى تبديل انتهاء فترة الصلاحية لدواء منتهية صلاحيته وتغير او تقليد وتزييف غلاف الدواء وعلامته التجارية.

وعلى الرغم من ان غش الادوية مشكلة عالمية كبيرة لكونه شائعا في الكثير من بلدان العالم ولا يعرف الحجم الحقيقي للمشكلة، وذلك بسبب صعوبة تتبع الغش لكونه مشكلة كبيرة وتجارة عالمية تدخل فيها مافيات ودول، الا انها أكثر انتشارا في الدول النامية والفقيرة، فقد اشارت منظمة الصحة العالمية الى ان مقدار انتشار الادوية المغشوشة يتراوح بين أقل من ١% في البلدان المتقدمة وحوالي وحوالي ٣٠% في البلدان النامية حسب تقدير منظمة الصحة العالمية وقد تصل الى ٥٠% في دول افريقيا حسب بعض المصادر، وقدأكد المدير العام للمكتب التنفيذي لمجلس وزراء الصحة لدول مجلس التعاون الخليجي خلال كلمته في المؤتمر العربي الثاني للغداء والدواء الذى عقده المكتب في مدينة شرم الشيخ خلال الفترة من ١١الى ١٣ ابريل ٢٠١٥ ان ٣٥% من الأدوية المتداولة في الصيدليات.. مغشوشة.

وتتمثل خطورة غش الادوية في انها قد يؤدي الى الموت،بل موت جماعي للمرضى كما حدث في نيجيريا عام ١٩٩٥ بسبب دواء يستعمل كمضاد حيوي لالتهاب اغشية الدماغ وكان مزيفا مما ادى الى موت المرضى الذين استعمل في علاجهم.وقد اعتبرته بعض الدول وكثيرا ما نشاهد كأطباء عدم فعالية الادوية في شفاء المرضى كما في المضادات الحيوية او تردي وضعهم الصحي مع استمرار الاستخدام او عدم تسكين الألم بالنسبة للمسكنات او عدم خفض درجة حرارة المريض او عدم فائدة المعقمات والمطهرات مما يؤدي الى زيادة نسب التلوث في الردهات وصالات العمليات.

والواقع ان ظاهرة غش الادوية تشكل مشكلة للطبيب والصيدلي والدولة وللمريض نفسه،فعدم اكتساب المريض الشفاء بسبب الدواء المغشوش يؤدي الى التشكيك في عمل وكفاءة الطبيب، كما يؤدي الى القاء اللوم على الصيدلي لأنه الشخص المسؤول عن صرف الدواء، ويؤدي الى ضياع موارد الدولة المالية في استيراد ادوية غير مفيدة بل مضرة تستنزف موارد الدولة وتؤدي الى وفيات او اضرار الى المرضى، كما تؤدي الى التشكيك في كفاءة ونزاهة اجهزة الدولة المسؤولة عن استيراد الادوية او فحصها او مراقبتها في المذاخر والصيدليات.

والواقع ان الدواء المغشوش والتعرف عليه ومنعه هو من مسؤولية الجميع فالمستهلك عليه الدفاع عن صحته وحياته وماله من خلال ملاحظة تاريخ انتهاء المفعول ولون وشكل العلبة والرموز كالباركود الموجود عليها والعلامة الفسفورية وملاحظة أي اختلاف عن دوائه المعتاد - وهناك برامج يمكن تنزيلها على الهواتف النقالة لفحص الباركود الموجود على المنتجات ومنها الادوية والتأكد من صحة وعدم تقليد المادة حيث يمكنها أن تعيننا على تجنب الوقوع في غش الدواء - وعليه التأكد من هذه المعلومات قبل اقتناء الدواء، كما عليه الانتباه الى أي اعراض غير معتادة بعد تناوله الدواء ،وعليه ايضا شراء الدواء من صيدلية مجازة ومعروفة وفي حالة التأخر في اكتساب الشفاء عليه ان يضع في اعتباره امكانية أن يكون الدواء مغشوشا.

والصيدلي عليه أن يعرف أن هذه مسؤوليته ويتحمل المسؤولية القانونية والشرعية والعلمية في حالة حدوث ضرر للمريض لان من واجبه توفير دواء ضمن المواصفات العلمية وحماية صحة وحياة الناس من الغش،اما الطبيب فعليه ايضاح المعلومات للمريض ليجنبه الوقوع في الغش،واما الدولة فواجبها السيطرة على السوق ومنع وجود ادوية غير مفحوصة وغير داخلة بشكل اصولي وفحص الادوية وضبط ومحاسبة تجار الادوية المغشوشة والفاسدة.

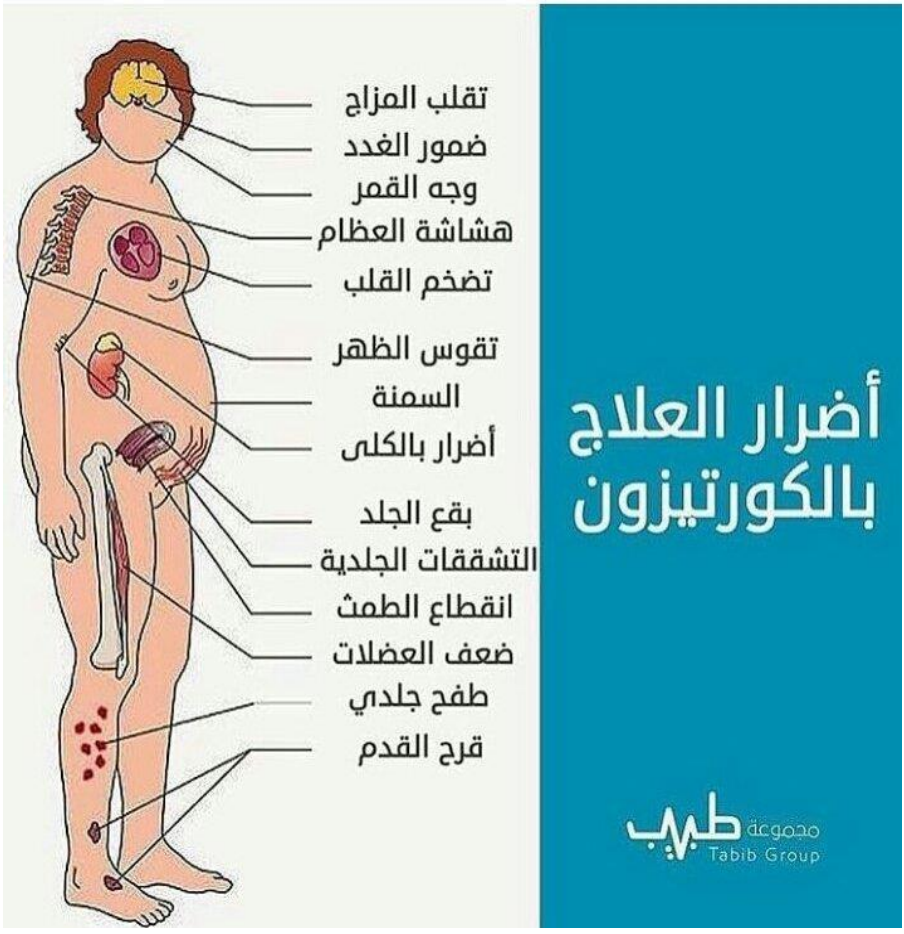
٢- عدم الاخذ في الاعتبار الاثار الجانبية للدواء:

الآثار الجانبية للأدوية هي أمر ملازم لكل الأدوية تقريبًا، فمن المعروف لدى الجميع أن الكثير من الأدوية إن لم يكن كلها لها آثار جانبية على صحة وجسم الإنسان، حيث أن الأدوية ما هي إلا عبارة عن مجموعة من التركيبات الكيميائية التي تحضر في المختبرات الطبية، والمعروف أيضا أن أية مواد كيميائية لها ضرر على صحة الإنسان وتشكل خطر على حياته، وتختلف درجة الخطر الذي يهدد صحة الإنسان بسبب المواد الكيميائية على حسب نوع المادة الكيميائية المستخدمة، وذلك على الرغم من معرفتنا

جميعا أن الأدوية الطبية تستخدم في علاج الإنسان من مرضه ولكن أيضا في نفس الوقت التي تعالج فيه مرض معين أو عضو معين في جسم الإنسان فهي تضر عضوا آخر من أعداء الجسم، لذا فإن معرفة الآثار الجانبية لكل دواء قبل استخدامه من الأشياء ذات الضرورة القصوى في حياة كل إنسان.

هناك نوعين من الآثار الجانبية للأدوية حيث يتم تقسيمهم إلى أعراض عامة شاملة لآثار تشترك فيها الكثير من الأدوية أما النوع الآخر فهو الأعراض الخاصة التي تنتج نتيجة تناول علاج معين، ومن المعروف عن الآثار العامة أنها يصعب التعرف على الدواء المسبب لها فكثير منهم يسبب تلك الأعراض لذا تسمى بالآثار العامة على عكس الخاصة التي تخص دواء بعينه، كما ان هناك نوع آخر من الآثار الجانبية الخاصة والتي تؤدي إلى الإصابة بالتسمم وهي غالبا تكون نتيجة جرعات كبيرة من الدواء، إضافة الى ما يعرف التداخلات الدوائية Drug Interactionsتلك التي تحدث يكون تأثيرُ الدواء في المريض مختلفًا عن التأثير المفترض أو المتوقَّع، لأنَّ ذلك الدواء يتداخل مع دواءٍ آخر يستعمله المريض (التداخل الدوائي-الدوائي)-Drug Drug Interactions، الأغذية أو المشروبات أو المكمِّلات الغذائية التي يتناولها المريض (التداخل الغذائي الدوائي)Drug-Nutrient Interactions، مرض آخر يعاني منه المريض (تداخل دوائي مع المرض)Drug-Disease Interactions، وغالبا ما تكون تأثيراتُ التداخلات الدوائية غير مرغوب فيها عادةً، وتكون ضارَّة في بعض الأحيان. قد تؤدي التداخلات إلى زيادة أو إنقاص تأثيرات دواءٍ أو أكثر، ممَّا يؤدِّي إلى ظهورآثارٍ جانبية أو إلى فشل العلاج، ويمكن أن تحدث التداخلات الدوائية مع المرض عندَ أي فئة عمرية، ولكنها شائعة بين كبار السن، حيث يكون احتمالُ إصابتهم بالأمراض أكبر) .

الشكل التالي يوضح أبرز الأثار الجانبية لعقار الكورتيزون على كل أعضاء الجسم



وعلى الرغم من إن التعرف على الآثار الجانبية لكل دواء من الأمور الصعبة، حيث يتطلب ذلك إجراء تجارب على أشخاص مختلفة ومتعددة يعانون من أنواع مختلفة من الأمراض الأخرى بجانب المرض المعالج بواسطة هذا العلاج ومن ثم القدرة على التعرف على الأثر الجانبي لكل حالة من تلك الحالات، فان إن الإنسان هو الشخص الوحيد القادر على حماية نفسه من خطر الآثار الجانبية الأدوية، فهو أدرى شخص ما إن كان هذا الدواء يساعده فعلا على حل مشكلة مرضه أم أن آثاره الجانبية تغطي على الفائدة من الدواء المستخدم، لذا كان على كل إنسان أن يعرف الكثير عن الآثار الجانبية

من تعريفها وأنواعها المختلفة وأضرارها على حياة الإنسان، ومن ثم ينتبه إلى الحرص على أخذ حذره الكامل من الآثار الجانبية لكل دواء، ومن هنا تأتى أهمية تنمية وعى الافراد بتلك الاثار قبل تعاطى الدواء .

٣- استخدام الادوية منتهية الصلاحية Expiredmedication:

الأدوية ما هي إلا مركبات كيميائية معرضة لأن تفسد بمرور الوقت وتغير الظروف المحيطة ولذلك ومنذ عام ١٩٧٩، وإدارة الغذاء والدواء الأمريكية (FDA) تُلزم شركات الأدوية أن تضع تواريخ انتهاء الصلاحية على جميع الأدوية سواء كانت تصرف بوصف الطبيب أو لا تحتاج إلى وصفة طبية. وفترة الصلاحية الملصقة على عبوة الدواء – الفترة بين تاريخ الإنتاج وتاريخ الانتهاء- هي الفترة التي يضمن لك فيها مصنع الدواء أمانه وفاعليته الكاملة (تركيز المادة الفعالة بين ٩٠%- ١١٥%)، طالما يتم تخزينه بالطريقة المبينة على العبوة؛ أي أنه في الوقت الذي لا يعني فيه انتهاء تاريخ صلاحية الدواء انتهاء فاعليته، لا يوجد ضمان أن الدواء سيكون آمنًا وفعالاً بعد انتهائه.

فقلما يخلو بيت من أدوية غير مستخدمة أو زائدة عن الحاجة، فغالبا ما يتبقى في منازلنا دواء تم التوقف عن استخدامه لتمام الشفاء، أو لقيام الطبيب بتغيير الدواء المستخدم، أو لانتهاء تاريخ صلاحيته فلا يمكن استخدامه.

وقد كشفت هيئة الدواء والغذاء عن ٤ عوامل تمثل خطرًا عند تناول أي دواء منتهي الصلاحية، وتشمل: أولا أن المادة الفعالة للمستحضر ربما تصبح غير مستقرة كيميائيا، وثانيا فعالية الدواء قد تتغير، وثالثا تحلل الدواء قد ينتج مواد سامة تضر المريض، ورابعا مع كل عبوة دواء منتهي الصلاحية تزيد فرصة تسمم الدواء، وأشارت الى أن بعض الأدوية تتكون من مواد كيماوية مع انتهاء مدة صلاحيتها تتحلل وتتحول إلى مركبات أخرى يكون لها تأثيرات أخرى ويجب على الحكومة أن تتدخل لدى الشركات لإجبارها على سحبها من الأسواق لحماية المواطنين.

ومما يزيد من خطورة تلك الظاهرة **ان التخلص من الأدوية غير المستخدمة**، سواء كانت صالحة للاستخدام أو منتهية الصلاحية، **عبر إلقائها مباشرة في القمامة** أمر

فائق الخطورة، وذلك على الرغم من شيوعه، حيث إن ذلك يعرض تلك الأدوية لإعادة استخدامها أو حتى بيعها من قبل بعض الأشخاص، خاصة إذا كانت تلك الأدوية ذات تأثير على الحالة النفسية والمزاجية.كما يقوم بعض الأشخاص ذوي الضمائر الخربة باستغلال حاويات تلك الأدوية الملقاة في القمامة في عمليات الغش الدوائي.

كما ان -التخلص من الأدوية عبر سكبها في المراحيض أو الأحواض أمر ذا خطورة شديدة، إذ إنه يؤثر على البيئة بشكل سلبي، فمياه الصرف المحملة بالمركبات الكيميائية الدوائية قد تختلط بمياه الأنهار والبحار، مما قد يؤثر على البيئة النهرية والبحرية والكائنات المختلفة التي تعيش بها.بجانب هذا، فقد وجد أن تلك المركبات الدوائية تتسرب إلى المياه الجوفية وحتى مياه الشرب، الأمر الذي يعد ذا مخاطر صحية عديدة.

أن الأدوية منتهية الصلاحية إما تُباع في السوق أو يُعاد تدويرها في مصانع «بئر السلم» وتُطْرَح مرة أخرى في السوق بعد تغيير تاريخ الصلاحية، وأخترها وصوله إلى مصانع إعادة التعبئة غير المرخصة."

ويُعدّ إعطاء الأدوية الزائدة عن الحاجة لأشخاص آخرين، أو التبرع بها، من الطرق الشائعة للتخلص من الأدوية في العديد من الدول العربية.. الأمر الذي يتسم بالخطورة الشديدة بسبب ابتعاده عن الإشراف المباشر للطبيب أو الصيدلي، إذ إن إعطاء الأدوية لمرضى أخرين قد يعرض صحتهم للخطر، فليس كل ما يصلح لمريض بعينه قد يصلح لمريض آخر حتى ولو تشابهت الحالة المرضية.

ومما تجدر الإشارة اليه ان تاريخ الصلاحية المبين على العبوة يختلف عن صلاحية استخدام بعض المنتجات بعد فتحها، كقطرات العيون، أدوية الشراب والمضادات الحيوية بعد حلها بالمياه.

وهناك من يرى ضرورة توخي الحذر الكامل قبل تناول الدواء منتهي الصلاحية، مشيراً إلى أن تلك الأدوية يمكن تناولها في حالة الضرورة القصوى فقط، والتي تشمل نقص الصنف الدوائي أو العيش في المناطق النائية التي يصعب وصول الأدوية إليها، أو حتى عدم توافر الأموال اللازمة لشراء دواء جديد.

والواقع انالأدوية منتهية الصلاحية أزمة لا تواجه فقط المرضى بل تواجه ايضا أصحاب الصيدليات، والذين لا يستطيعون التخلص منها، ورغم الوعود المتكررة من شركات الأدوية لهم بسحبها منهم إلا أنها لا تنفذ، خاصة أن الشركات باعت تلك الأدوية وحصلت على ثمنها مقدمًا.

إن مواجهة تلك الظاهرة تتطلب ضرورة توعية أفراد المجتمع من خلال المؤسسات التربوية، بمراجعة تاريخ انتهاء الصلاحية المدون على علبة الدواء، وقراءة نشرة الدواء قبل تناوله، للتحقق من آلية الاستخدام ومن تحديد الشركة لمدة صلاحية محددة بعد فتح العقار، التخلص من الأدوية منتهية الصلاحية، او في حالة طرأ عليها لون أو رائحة مختلفين.

٤- استخدام الادوية بشكل روتيني ومفرط وبجرعات زائدة:

ويتمثل ذلك في استعمال العديد من الأدوية بشكل روتيني، مثل أدوية الحموضة، وأدوية الزكام، أو مجموعة الأدوية التي تحتوي على موسعات الشعب الهوائية، وأدوية التهاب المفاصل بشكل مستمر، وتصبح هذه الأدوية جزءاً من الروتين اليومي لحياة هؤلاء الأفراد، هناك أيضاً الفيتامينات والمقويات التي قد تكون من مصادر نباتية، مثل الجنسنغ والجنكة والعسل وما يشتق منه من غذاء ملكات النحل التي تستخدم بشكل غير صحيح من قبل بعض الرياضيين؛ لأنهم عادة يتناولون مواد غذائية تحتوي على معظم العناصر الغذائية، ومن ثم فإن تناولهم للفيتامينات أمر لا داعي له لزيادة مقادير هذه الفيتامينات عن حاجتهم اليومية.

ولعل من اكبر مظاهر العشوائية في استخدام الدواء في مصر، الاستخدام المفرط الافراط تلك الظاهرة التي تستلزم ضرورة مواجهتها والحد منها، خاصة وان مواجهتها تتطلب مزيد من التوعية بخطورة ذلك من قبل المؤسسات التربوية، تتسبب الجرعات الزائدة من الأدوية في مخاطر صحية عديدة،قد تصل الى التسمم والتي اطلق

عليها سُمِّيَّة الجرعة الزائدة[٢]، وقد تهدد الحياة، فقد ارتفعت الوفيات الناتجة عن الجرعات لزائدة من الدواء على مدى العقديين الأخيرين أصبحت السبب الرئيس للوفاة، كما انه يموتكل يوم اكثر من ١٠٥ أشخاص نتيجة لجرعة زائدة من الأدوية، ويتم التعامل مع ٦٧٤٨ حالة في أقسام الطوارئ بسبب إساءة الاستخدام، وان هناك ما يقرب من ٩ من أصل ١٠ حالات وفاة سببها التسمم الدوائي.

وفى هذا الإطاراكدت منظمة الصحة العالمية. على ارتفع معدل الجرعات الزائدة الأفيونية في السنوات الأخيرة، ويرجع ذلك جزئيا إلى زيادة استخدام المواد الأفيونية في التعامل مع الألم المزمن." وقالت المنظمة "في عام ٢٠١٠، توفي ما يقدر بنحو ١٦.٦٥١ شخص جراء الجرعات الزائدة من المواد الأفيونية الموصوفة طبيا في الولايات المتحدة الأمريكية وحدها."

ويعد الرياضين من اكثر الفئات تأثرابنتائج الاستخدام المفرط في الادوية والعقاقير ويتمثل هذا في الاكثار من استخدام المسكنات التي تعمل على الإقلال أو القضاء على الألم؛ بهدف الزيادة من قدرات التحمل للرياضيين، حيث يعمد الكثيرون إلى تناول المسكنات قبل ممارسة الرياضة، مما قد يساهم في تقليل الألم ويحد من تشنج العضلات، والمضادات الحيوية العادية دون المعرفة بأضرارها وتأثيراتها الجانبية، وكذلك ان ظاهرة إعطاء الرياضي أدوية لتسكين ألمه بعد الإصابة أو تعرضه لأذى، دون الاهتمام بعلاجه وإخراجه من ساحة الملعب . بسبب حاجتهم إلى هذا اللاعب أو عدم وجود بديل له . قد يؤدي إلى تفاقم الإصابة وحدوث أضرار أكبر، وكذلك استخدام أدوية كثيرة دون تشخيص أو وصفة طبية؛ بغرض علاج الإجهاد الجسماني أو الشد النفسي، هناك أيضاً

---

[٢] يُشير مصطلح سميَّة الجرعة الزائدة Overdose toxicity إلى ردَّات فعل سامَّة خطيرة، ومؤذية غالبًا، وقد تكون مُميتة أحيانًا نتيجة استعمال جرعة زائدة دون قصد من الدواء (بسبب خطأ الطبيب أو الصيدلاني أو المريض)، أو استعمالٌ مقصود لجرعة زائدة (القتل أو الانتحار).
وغالبا يكون خطر تعرُّض الأطفال الصغار للتسمم بجرعةٍ زائدة كبيرًا؛ حيث يمكن للأقراص والكبسولات الملونة والزاهية، والتي يحتوي معظمها على جرعاتٍ للبالغين، أن تلفت انتباه الأطفال الرضَّع والصغار. تشترط التشريعاتُ الفيدرالية في الولايات المتحدة أن توزَّع جميع الأدوية الموصوفة المُستعملة عن طريق الفم في عبواتٍ عصيَّة على الأطفال.

الفيتامينات والمقويات التي قد تكون من مصادر نباتية، التي تستخدم بشكل غير صحيح من قبل بعض الرياضيين؛ لأنهم عادة يتناولون مواد غذائية تحتوي على معظم العناصر الغذائية، ومن ثم فإن تناولهم للفيتامينات أمر لا داعي له لزيادة مقادير هذه الفيتامينات عن حاجتهم اليومية.

٥- العشوائية في صرف الادوية وبيعها:

كثيرا ما يغفل البعض أن يكلف نفسه عناء قراءة التعليمات المرفقة بالأدوية [٣] رغم أهمية ذلك لمعرفة الأخطار المحتملة لتناول العلاج وطرق تناولها والمحاذير الضرورية، وكثيرا ما يتجه البعض إلى أقرب صيدلية أو مخزن أدوية أو حتى بقالة . وما أكثرها في عالمنا العربي لشراء بعض الأدوية بدلا من الذهاب إلى الطبيب المختص لتشخيص الحالة المرضية وتقرير العلاج المناسب وفقا للحالة. وعلى الجانب الأخر هناك من **يتعامل مع الدواء كسلعة قابلة للبيع والشراء بصرف النظر عن المخاطر الناجمة عن سوء استخدامها على حياة الناس، اضافة الى الاتجار بالأدوية على الأرصفة خاصة الادوية منتهية الصلاحية والمغشوشة.**

إن هذه الواقعة نتيجة التخاذل في سحب الأدوية منتهية الصلاحية من الأسواق، برغم الاتفاق الذي عقدته وزارة الصحة مع شركات التوزيع لتطبيق سياسية (ووش أوت) التي تعني إنهاء سحب الأدوية منتهية الصلاحية من الأسواق، خاصة أن الشركات لا تسحب إلا القليل من الأدوية منتهية الصلاحية.

---

[٣] **تكمن أهمية النشرة الداخلية للدوا في انها تختوى على معرفة المادة الفعالة للدواء و نسب تركيزه ، ومعرفة الأدوية التي تسبب ضرر عند تناولها مع أدوية أخرى، أو تؤثر علي فائدة الدواء كتناول الكالسيوم و الحديد مع بعض فيعمل الحديد على منع أمتصاص الجسم للكالسيوم، عدم وجود أى سبب طبي يمنع تناول هذا الدواء، معرفة الجرعات المقررة حتى تتجنبي تناول جرعات زائدة تضر جسمك، معرفة مواعيد تناول الدواء مثل قبل الطعام أم بعده، ومعرفة الآثار الجانبية للدواء ولكن لا يجب القلق منها فهي تحدث بنسب قليلة جداً لبعض المرضى فهي للعلم.**

ثانيا: اسباب انتشار عشوائية وفوضى استخدام الدواء في المجتمع المصري والمخاطر التي يمكن ان تترتب على انتشارها، ومداخل مواجهتها.

١- أسباب مادية:

إن الظروف المعاشية الصعبة التي تمر بها شريحة واسعة من أبناء المجتمع وارتفاع أجور الأطباء تجبر هذه الشريحة إلى تجنب زيارة الطبيب قدر الإمكان والتوجه إلى محلات العطارة أو العشابين لانخفاض كلفتها، او يعتمد عدد كبير منهم على توقعاتهم الشخصية وتجارب الغير والمقربين واقتراحات الصيادلة والنصائح غير الصحيحة المقدمة عبر الانترنت، فالذهاب الى العيادات الخاصة والمستشفيات بات مكلف للغاية.

حيث تخطت غالبية الصيدليات المصرية دورها في بيع الدواء لتصبح مستشفى منتشرة في كل مكان توفر الاستشارات الطبية وتحدد الدواء المطلوب للمرضى حيث يلجأ الكثير من المصريين إلى الصيدلي لتشخيص الداء وصرف الدواء مباشرة دون اللجوء إلى الطبيب هربا من قيمة الكشف "الفيزيتا" المغالى فيها التي تصل عند بعض الأطباء إلى ٢٠٠ جنية مصري، ويضطر المصريون للتعامل مع الصيدلي لتوفير أتعاب الدكتور خاصة في الحالات الغير مستعصية والآلام الخفيفة بدلا من إنفاق ميزانية الأسرة في عيادات كبار الأطباء.

٢- أسباب قانونية:

ان عدم تطبيق القوانين المنصوص عليها في نقابتي الأطباء والصيادلة وأهمها التزام الصيدلي بعدم صرف الدواء من دون وصفة طبية، وفى هذا الاطار اكد مؤتمرات عديدة على ضرورةوضع أسس قانونية تتعلق بتجارة وتصنيع الدواء لتحديد صرفها، وكتابتها عن طريق الطبيب والصيدلي لمنع الصرف العشوائي لها، و تطويع التشريعات بما يناسب متطلبات الاستخدام الامن للأدوية .

وسائل الإعلام التي تعمق الجهل والتضليل لدى الافراد:

حيث يشهد سوق الإعلانات عن الادوية في مصر حالة من الفوضى، على الرغم من ان الإعلانات عن الادوية ممنوعة ومجرمة عالميا، فهناك عدد من الأطباء يعتمدوا

على شراء فقرة في التليفزيون للإعلان عن الادوية غير المسجلة بوزارة الصحة والسكان لتحقيق أرباح على حساب صحة المرضى، من خلال الإعلانات وعمليات الترويج في بعض البرامج الصحية التي تشجع على العلاج بالأعشاب، كونها إذا لم تكن نافعة فإنها لا تضر،وهذا الاستخدام يتم بدون استشارة الطبيب، الإعلان عن ادوية غير مسجلة، إضافة الى انتشار لإعلانات الادوية الجنسية التي تخدش الحياء ولن تجرب على ادميين مسبقا،في غياب واضح لدور الدولة لحماية الصحة العامة.

على الرغم من انه توجد قواعد تمنع عرض مثل تلك الإعلانات ولا يوجد قانون واضح يجرم ذلك فمهنة الإعلانات بأكملها تفتقد لوجود قواعد منظمة لها، فالمعلن عن ادوية على الفضائيات او الانترنت يجب ان يستخرج تصريح من ثلاثة جهات جهاز حماية المستهلك والإدارة المركزية للشئون الصيدلانية وهيئة الرقابة الدوائية وهو ما لا يتم، بالإضافة إلى الافتقاد الى دور الإعلام في توعية المرضى عن خطورة استخدام المضادات الحيوية بدون ضابط، ان هذه التجاوزات دفعت العديد من المجتمعات الى وضع قوانين و مدونات لتنظيم معايير وعمليات للترويج الدوائي.

١- احتفاظ بعض المرضى بالأدوية الزائدة عن حاجتهم لاستخدامها في علاج امراض أخرى أن المريض الذي يذهب إلى الطبيب لشكوى معينة ويصف له الدواء فان هناك سلوك شائع بان يحتفظ هذا المريض بالدواء لاستعماله عند كل شكوى مماثلة سواء له أو لغيره من الأفراد وهذا سلوك شائع يؤدي إلى أضرار خطيرة.

٢- ضعف الثقافة الصحية لدى المستهلك مثل الحصول على دواء لمرض معين الم به، بناءا على نصيحة من الأقارب أو الأصدقاء، وقلة الوعي او الجهل بالاستخدام الرشيد للدواء لدرجة أطلق البعض عليه مصطلح الامية الدوائية.

إن عدم وعى الفرد بكيفية التعامل الرشيد مع الدواء والعقاقير يترتب عليه العديد من المشاكل التي يقع فيها الفرد خاصة ما يتعلق منها بأمراض الكبد، خاصة وأن استعمال الدواء زاد في الفترة الأخيرة بطرقة مخيفة، إضافة الى ما اشارت إليه العديد من الدراسات والبحوث من تدنى التنور الصحيوالدوائي بصفة خاصة لدى الأفراد، الأمر الذى يتطلب ضرورة تنمية الوعى الدوائي او ما يطلق عليه محو الامية الدوائية

(التنور الدوائي) لديهم من خلال برامج لتعليم الكبار والصغار- المرضى والأصحاء- ، في ظل قصور الدور الذى تقوم به المؤسسات التعليمية في هذا المجال.

ثالثا تعريف التربية الدوائية والياتها في التغلب على العشوائية في استخدام الدواء:

ان علاقة التربية بالصحة علاقة وثيقة ومتواصلة، اذ تؤثر الواحدة في الأخرى تأثيراً كبيرا فواحدة من مهام التربية الأساسية تغيير سلوك الأفراد واتجاهاتهم بحيث تؤدي إلى المحافظة على الصحة والوقاية من المرض. وهذا يعني أن انخفاض الوعي الصحي أساسه في الواقع أساس تربوي، لأنه يرجع إلى اكتساب الفرد السلوك الصحي السليم، حيث تعد التربية أساس صلاح البشرية، فهي عملية تستطيع تنمية الأفراد وصقل مواهبهم وشحذ عقولهم وأفكارهم وتدريب أجسامهم وتقويتها.

والتربية الصحية هي العملية التربوية التي يتحقق عن طريقها رفع مستوى الوعي الصحي، فمن خلالها يزود الطلاب بالمعلومات والخبرات بقصد التأثير في معرفتهم وسلوكهم وميولهم الصحية وكذلك صحتهم وصحة مجتمعهم الذي يعيشون فيه كي ينعموا بحياة سليمة. ويعبر عن التربية الصحية أيضاً أنها مجموعة من الخبرات التي تعمل على إكساب الطلاب قدراً من المعلومات والعادات والاتجاهات الصحية الايجابية، والتي ينبغي أن تكون منبثقة من تقاليد المجتمع وقيمه، ومنسجمة مع المفاهيم الصحية، فهي كما ترى منظمة الصحة العالمية World Health Organizationمزيج من الخبرات التعليمية المصممة من اجل مساعدة الافراد على تحسين صحتهم من خلال زيادة معارفهم والتأثير على سلوكهم.

إن الهدف من التربية الصحية هو تنمية شعور التلامذة بأهمية الصحة، والاستفادة من الخدمات الوقائية والعلاجية الطبية بأقصى ما يمكن، فضلا عن مساعدتهم في الحصول على الصحة بجهدهم وتصرفاتهم من خلال تحمل هذه المسؤولية بأنفسهم. وتضيف (المنظمة الإسلامية للتربية والعلوم والثقافة ،٢٠٠٢) إن التربية الصحية تسعى إلى تنشئة التلامذة تنشئة صحية شاملة، تساعدهم على مواجهة الحياة وتكاليفها، وعلى الإسهام في تطوير المجتمع ونمائه والمحافظة على أمنه واستقراره.

وعموماً فالتربية الصحية تهدف إلى إكساب الطلاب ثقافة صحية عامة، والتي هي معلومات ومعارف صحية تتعلق بأجهزة أجسامهم وكيفية عملها وبالأمراض التي يتعرضون لها وطرق الوقاية منها، فضلاً عن إكسابهم العادات والمهارات والقيم الصحية التي تصبح جزء من ثقافتهم وتشكل سلوكهم اليومي. وتسعى التربية الصحية أيضا إلى إقناع التلامذة بالمحافظة على صحتهم بكونها وسيلة للعيش وإنها نعمة إلهية لا يشعر بها إلا المرضى وعدم تعريضها للخطر، فضلاً عن إن التربية الصحية تعمل على تدعيم الوعي الصحي والغذائي وتعزيز حس التلامذة الوقائي.

ومع انتشار وباء فيروس كورونا في العصر الحالي فان العناية بالتربية الصحية وما يتعلق بها عادات واتجاهات وسلوكيات ونشر الثقافة الصحية من ضروريات المرحلة القادمة لإعدادالجيل، حيث باتت المؤسسات التعليمية تضع ضمن أهدافها"تعويد الطلاب العادات الصحية السليمة ونشر الوعيالصحي" .

وإذا كانت التربية او الثقافة الصحية تتضمن مجالات وجوانب عديدة، فان من أبرز تلك الجوانب ما يتعلق بالدواء وكيفية استعماله بطريقة صحيحة وتجنب ما يترتب على سوء استعماله من مخاطر، ومن تأتى أهمية العمليات التي تتعلق بالتثقيف الدوائي او التنور الدوائي Medicinal literacy او ما أطلق عليه التربية الدوائية.

واذا كانت الامية تعنى مؤنث الأمي وهى لغة تغنى الغفلة او الجهالة، او " انخفاض مستوى معرفة الفرد فى مجال معين عن المستوى الممكن موضوعياً والمطلوب اجتماعياً والمرغوب فردياً، فانه وفى ظل ما تشهده المجتمعات المعاصرة من متغيرات عديدة وتحديات واضحة، تغير مفهوم الامية ومحوها وتعددت افاقه ومجالاته وامتدت لتشمل كافة مجالات الحياة متجاوزا المهارات الأساسية فى القراءة والكتابة والحساب إلى المستوى الذى يؤهله لمتابعة الدراسة والتدريب، ليشمل الى جانب محو الامية الابجدية ما اطلق عليه، محو الامية الوظيفية، محو الامية البيئية، محو الامية الاسرية، محو الامية الصحة، محو الامية الوجدانية، محو الامية المعلوماتية، محوالامية الدوائية، محو الامية القانونية .. وغيرها.

فالأمية مشكلة تحول بين الإنسان والحياة، وتجعله لا يبرح مكانه تفكيراً وتغييراً وتنمية، ووجداناً، فكما العين مادتها البصر والأذن مادتها السمع واللسان مادته الذوق فكذلك العقل مادته الوعي والتنور.Literacy

يعد التثقيف الدوائي من القضايا الهامة في مجتمعنا والذي يرفع من المستوى الصحي للمستهلك، وفي ظل ما حدث في الآونة الأخيرة من فوضى عارمة في تسويق وبيع الأدوية اشتركت أكثر من جهة في تلك المشكلة وكان المواطن جزء منها، الأمر الذي أوجب رفع ثقافة المستهلك وزيادة وعيه الصحي والدوائي بتشخيص الخلل ومعالجته، وبينت النتائج ان أكثر من نصف العينة ذكور ومن الشباب المثقف ذوي الدخل الجيد من المتزوجين والمعيلين لأسرهم، وحوالي ربع العينة تلتزم بشراء الدواء من المؤسسات الصحية الحكومية وأكثر من نصف العينة تتجه إلى الصيدليات الأهلية وهنالك نسبة قليلة تأخذ الدواء من باعة الأرصفة.

اننا في ظل تلك الظواهر السلبية المترتبة على العشوائية في استخدام الدواء في ظل ما نشهده في عصر الرقمة والثورة المعرفية والاتصالية ، من وجود مواقع ومنتديات تقدم معلومات دوائية بعضها جيد والكثير منها يغلب عليه الدعاية والتسويق غير العلمي فان الامر يتطلب ضرورة وجود برامج موجهة للكبار للتوعية بكل ما يتعلق بالدواء والعقاقير الطبية وغير الطبية بهدف الوصول الى تجنب الافراط والعشوائية في التعامل مع الادوات التي يترتب على عدم الوعى بالاستخدام الرشيد لها اثار خطير على الافراد مرضى واصحاء، وعلى المجتمع واقتصاديات حيث تشكل صناعة الدواء وتسويقه واستعماله جانب كبير من اقتصاديات الدول، ومن هنا جاءت فكرة اعداد دليل يساعد في محو امية الدواء وكيفية استخدامه بصورة جيدة وبعيدة عن العشوائية .

فالثقافة الدوائية هي مجموعة المعارف والسلوكيات والاتجاهات المتعلقة بالاستخدام الصحيح للدواء والتداوي وتصحيح العادات السلبية للمداواة الذاتية وتخزين الدواء وملاحظة تاريخ إنتاجه والاعراض الجانبية الناتجة عن استعماله والتقيد بإرشادات الطبيب والصيدلي المختص في تعاطيه من حيث الوقت والجرعة.

يعد محو الأمية الدوائية [4]بعدًا من ابعاد ومحور محاور محو الأمية الصحية، نظرًا للدور الذي تلعبه الأدوية في إدارة والتعامل مع الامراض، وتجنب حدوث إحداث اضرار ومخاطر نتيجة سوء استخدامها ،بالشكل الذى يؤدى الى الصحة، ومن ثم كناوسنظل في هناك حاجة متزايدة لتعريف دقيق لمحو الأمية الصحية في سياق استخدام الأدوية، فالتنور الدوائي يقصد به "معرفة الأدوية هي الدرجة التي يمكن للأفراد من خلالها الحصول على المعلومات الخاصة بالمريض حول أدويتهم وفهمها والتواصل معها وحسابها ومعالجتها لاتخاذ قرارات مستنيرة بشأن الأدوية والصحية من أجل استخدام أدويتهم بأمان وفعالية، بغض النظر عن الوضع الذي يتم من خلاله يتم تسليم المحتوى (على سبيل المثال كتابيًا وشفهيًا ومرئيًا).

وفى ضوء ذلك يمكن تعريف التربية الدوائية على انها احد أنماط ومجال من مجال التربية الصحية المرتبطة بالدواء وكيفية استخدامه، اذا كانت التربية بصفة عامة تعنى مجموعة الجهود والأنشطة التي تتم لتنمية الأفراد تنمية شاملة متكاملة متوازنة لجميع جوانب شخصياتهم، لتجعل منهم أعضاء إيجابيين قادرين على تطوير أنفسهم ومجتمعهم ويتم عن طريقها تنمية جوانب الشخصية الانسانية في مستوياتها المختلفة، تلك المستويات التي شاع بين المتخصصين أنها ثلاثة مستويات هي مستوى الوعي والادراك المعرفي، ومستوى العاطفة والوجدان ومستوى الحركة والنروع والمهارة، فان التربية الدوائية يقصد بها مجموعة الجهود والأنشطة التي تتم لتنمية معارف وقيم

[4]**Medication literacy is a large dimension of Health Literacy given the role medications play in disease management, and the potential for drug-related adverse events. There has been a growing need for a precise definition of health literacy in the context of medication use.**

"*Medication literacy is the degree to which individuals can obtain, comprehend, communicate, calculate and process patient-specific information about their medications to make informed medication and health decisions in order to safely and effectively use their medications, regardless of the mode by which the content is delivered (e.g. written, oral and visual).*"

"

ومهارات افراد المجتمع حول كيفية التعامل مع الدواء بصورة تجعله يحقق الهدف من استخدامه ويجنب هؤلاء الافراد المخاطر الى يمكن ان تترتب على العشوائية في استخدامه.

والواقع انه ليس المقصود بالمعلومات التي نتناولها من هذا النوع من التربية الواردة من خلالها أن تمثل المشورة المهنية وليس المقصود بها أن تحل محل الاستشارة الشخصية لطبيب، أو الصيدلي، أو اختصاصي رعاية صحية آخر مؤهَّل، ينبغي على الفرد عدم تجاهل النصائح الطبية أو التأخر في طلبها بسبب شيء اكتسبوه من خلالها.

اما فيما يتعلق بأهداف التربية الدوائية والياتها لمواجهة عشوائية استخدام الدواء في مصر:

فانه في ضوء كل ما سبق تتحدد اهداف التربية الدوائية فيما يلي:

١. تزويد افراد المجتمع بالمعلومات والمفاهيم والحقائق المتعلقة بالدواء بصورة وظيفية تسهم في مساعدتهم على مواجهة مشكلاتهم الحياتية والصحية والمتعلقة بالدواء.
٢. تنمية الوعي الصحي والثقافة الصحية المتعلقة بالدواء وما يطلق عليه محو الامية الدوائية او التنور الدوائي.
٣. مساعدة افراد المجتمع واكسابهم العادات الصحيحة في استخدام الدواء التي تساعد هم على السلوك الصحي السليم في مجال الاستخدام الرشيد للدواء والحصول عليه وتخزينه، وتصحيح العادات السلبية للمداواة الذاتية وتخزين الدواء وملاحظة تاريخ إنتاجه والاعراض الجانبية الناتجة عن استعماله والتقيد بإرشادات الطبيب والصيدلي المختص في تعاطيه من حيث الوقت والجرعة.
٤. إكساب افراد المهارات الصحيحة اللازمة للتعامل الرشيد للدواء، مثل المهارات المتصلة باستشارة الطبيب والصيدلي للتعرف على الدواء الذي سوف يستعملونه، والمهارات الخاصة باتباع تعليماتهم، ومهارات التعرف على الدواء المغشوش والدواء منتهى الصلاحية ومهارات التخلص منه بطريقة امنة.

- تكوين الاتجاهات الصحية الايجابية عن الدواء ودوره في تحقيق الشفاء لدى افراد المجتمع، وكيفية استخدامه وتخزينه ونبذ الاتجاهات الخاطئة عن الحصول على الدواء ومصادره الحصول عليه وأساليب تخزينه.
- إكساب الطلاب طريقة التفكير السليمة التي تعتمد على الملاحظة الدقيقة وتقبل الآراء والأحكام ذات الدليل الصحيح، وتحرير أفكارهم من المعتقدات التي لها تأثير سيء في سلوكهم وصحتهم.
- **رابعا:التوصيات والمقترحات لتفعيل دور التربية الدوائية في مواجهة الاستخدام العشوائي للدواء في مصر.**
  - في ضوء ما سبق من عرض لمظاهر العشوائية في استخدام الدواء واهداف التربية الدوائية
- تعزيز دور وسائل الاعلام (بمختلف انواعها) واستخدام الوسائل المثلى لتفادي الاخطاء الدوائية، عليه يجب التركيز في تلك الوسائل على تقديم البرامج الدوائية التثقيفية، بهدف زيادة مستوى الوعي الدوائي لدى الفرد ويجب ان تكون تلك البرامج متنوعة ومبسطة يفهمها المستهلك مهما كانت ثقافته بمعنى تلامس وتؤثر في شريحة واسعة في المجتمع.
- رفع مستوى ثقافة المستهلك الدوائية، بل وكل افراد المجتمع من خلال ادخال موضوعات الثقافة الدوائية في مناهجنا التعليمية بدءا من الدراسة الابتدائية، حيث يجب ان يكون هناك وعي بتعويد الفرد بان يتقدم الى الصيدلي ويساله عن اسم الدواء، تركيزه، طريقة استخدامه، في الحالات المرضية المختلفة، فهذه الرسالة حتى تصل الى المجتمع بمختلف شرائحه يجب ان يتم تفعيلها في المدارس والمعاهد والكليات. هذا جانب، ومن جانب ثاني، رفع مستوى الوعي الدوائي فيما يتعلق بالمخاطر التي يمكن ان تنجم عن الاستخدام الخاطئ للأدوية والتداوي بالأعشاب، والأدوية مجهولة المصدر او المغشوشة ومنتهية الصلاحية.
- تشكيل لجان مراقبة وتفتيش من وزارة الصحة للقيام بحملات على محلات ومخازن الادوية المضمدين والعاملين الصحيين التي انتشرت في المناطق

السكنية بشكل كبير (نتيجة الوضع الامني الصعب) وتشكيل لجان محلية تضم اطباء وصيادلة للعمل بشكل دوري في التوعية حول المخاطر الناجمة عن الاستخدام العشوائي للأدوية، كما يجب ان يكون هناك تعاون فيما بين وزارة الصحة ووزارة التعليم العالي لإجراءالبحوث والدراسات الوبائية حول سوء استخدام المضادات الحيوية والمنشطات،وتوثيق الصلة بين الأطباء والمرضى

- عقد ندوات مستمرة بالمؤسسات التعليمية للتوعية بكافة الأمور التي تتعلق بالدواء واهميته، وواهميه وضرورة استخدامه بطريقة رشيدة، يدعى اليها الأطباء والصيادلة وكل من له صلة بتصنيع وكتابة وتوزيع وبيع الدواء.
- الاستفادة من الأنشطة الطلابية والمسابقات الثقافية في تنمية وعى الطلاب في هذا المجال بحيث تتناول موضوعات خاصة الدواء وكيفية استخدامه وتخزينه وكيفية تجنب اثاره الجانبية، والاستفادة منه في تحقيق الغاية من تناوله.
- الاهتمام بعقد دورات تدريبية مستمرة للمعلمين وكل أطرف العملية التعليمية من مدراء واخصائيين تتناول الموضوعات الخاص بالدواء وارشادات استخدمه وتجنب العادات الخاطئة في هذا المجال، بما يمكنهم من نقل خبراتهم وما تعلموه اثناء هذه الدورات لطلابهم.
- التنسيق والتعاون فيما بين وزارة الصحة ووزارة الداخلية لاستحداث جهاز للرقابة الدوائية وتفعيل دور دائرة الامن الدوائي والاقتصادي.
- رفع كفاءة سلوكيات تعامل الاباء والامهات الصحي السليم مع الحالات المرضية التي يتعرض لها اطفالهم، وهذا بطبيعة الحال يقتضي نشر الثقافة الدوائية من خلال الوسائل الاعلامية.
- من الضروري توفر صيدلية في المنزل تحتوي على مواد تحتوي على مواد واجهزة بالقدر المطلوب بمعنى ادوية خاصة بالإسعافات الاولية فقط دون ان تحتوي على ادوية او عقاقير طبية استخدمت او خزنت لأغراض معينة، اذ لا مجال لاستخدام الادوية الا باستشارة الطبيب او الصيدلي، والانتباه الى وضع صيدلية المنزل في المكان المناسب وبعيدا عن متناول الاطفال.

- تفعيل دور الصيادلة في تثقيف المرضى وتوعيتهم بجميع الجوانب المتعلقة بالدواء بما فيها كيفية الاستخدام والاثار الجانبية المتوقعة والجرعة المناسبة والفاصل الزمني بين جرعة واخرى اضافة الى طريقة حفظ الدواء. عليه، يجب ان يكون هناك توعية لنشر مثل هذه الثقافة بين الصيادلة والتأكيد عليهم بتوعية المريض لرفع مستوى الثقافة الدوائية في المجتمع.
- تصحيح بعض السلوكيات غير المقبولة والمتعلقة بالمداواة الذاتية وتخزين الادوية في المنازل، التداوي بالأعشاب والوصفات الشعبية.
- ترسيخ مفهوم الاستخدام الرشيد للدواء لدى افراد المجتمع من خلال الاجهزة الاعلامية والاضرار الناجمة عن سوء استخدامها.
- توعية افراد المجتمع بالطرق والأساليب الصحيحة لحفظ الادوية بطريقة ملائمة وفقا لطبيع وخصائص كل دواء، ومنها حفظها بعيدا عن متناول الاطفال وحفظها بعيدا عن الحرارة واشعة الشمس المباشرة وعدم حفظ الكبسولات والحبوب في الحمام او المطبخ او الاماكن الرطبة مراعاة عدم تجميد الادوية السائلة وعدم حفظ الادوية في الثلاجة الا إذا نصحت بذلك وعدم ترك الدواء في السيارة لمدة طويلة والتخلص من الادوية منتهية الصلاحية او التي لم يعد هناك حاجة لاستخدامها.
- من الضروري ان تكون هناك جهة علمية محايدة متخصصة تقوم بتحليل ودراسة كل المركبات التي يتعامل معها العطارون لتحديد فعالية كل نبات وتحديد نسب استخدامه وان تقوم شركات بتصنيع عبوات حديثة يمكن للمستهلك التعامل معها بسهولة، مع الحرص الدائم على توافر المعلومات العلمية.
- قيام دور العبادة متمثلة في المساجد والكنائس والاديرة بدورها التربوي بجانب دورها الديني للتوعية بطبيعة الدواء وضرورة ترشيد استخدامه.
- اعداد ملصات ومجلات حائط داخ المؤسسات التعليمية تتناول إرشادات عامة عن استخدام الدواء
- وتتمثل تلك الارشادات فيما يلي:

- افحص اسم الدواء الذي تتناوله.
- افحص أوقات اخذ الدواء وهل من الحاجة اخذ الدواء مع الطعام وهل من مانع لشرب الكحول معه.
- استفسر عن وظيفة الدواء المسجل لك.
- اسأل الصيدلاني عن الاسم العلمي للدواء لان للدواء نفسه أسماء تجاريه مختلفة
- اقرأ اسم الدواء وجرعته قبل أن تتناوله.
- احرص على تناول الدواء في موعد ثابت، مثلا بعد غسل أسنانك أو عند الاستيقاظ في الصباح أو بحسب تعليمات الطبيب أو الصيدلاني.
- لا تقم بتغير كيفية تناول الدواء أو عدم أخذه بدون الاستشارة المسبقة لطبيبك وإعلامه إن حدث أي تغير.
- احرص على اخذ الجرعة المسجلة لك. لا تأخذ وجبه اضافيه (مثلا إذا نسيت) اقل مما سجل لك.
- قم بأخذ وجبه الدواء بالضبط كما سجل لديك فان تناول جرعه أكبر أو أصغر من الجرعة الملائمة لك من الممكن أن تحضر بنجاعة العلاج أو أن تشكل خطر على صحتك.
- عليك بإبلاغ الطبيب أو الصيدلاني عن تناولك أدويه أخرى أو مكملات غذائية أو أدويه طبيعية.
- استفسر عن الأعراض الجانبية لدوائك.
- احرص على عدم تخزين الأدوية،ويتوجب عليك رمي الأدوية التي لست بحاجة إليها في المكان المحدد لهذا الغرض بالصيدلية، مع الحرص على عدم تخزين الأدوية في الحمام ووضعها بمكان ملائم حسب الشروط الموجودة على علبة الدواء،وإبعاد الأدوية عن متناول أيدي الأطفال.
- احرص على التأكد من صلاحية الدواء، لا تتناول دواء بعد تاريخ انتهاء صلاحيته، إن لم يحوي تاريخ الصلاحية المسجل على الدواء يوم الصلاحية الأخير ذلك يعني بان الدواء يصلح حتى اليوم الأخير من انتهاء الصلاحية .

- اذا نسيت تناول دواءك اسأل الصيدلاني عن طرق تسهل عليك أن تتذكر الدواء في موعده.
- تذكر/ي تناول الأدوية بصوره منتظمة تساعد على نجاح ونجاعة العلاج الطبي.
- اشتري أدويه من صيدليه مرخصة فقط، إذا كنت غير متأكد قم بإبلاغ وزارة الصحة.

قائمة المراجع

١. ابراهيم كاظم فرعون: التربية الصحية والبيئية– مطبعة الرائد النجف الاشراف العراق – مايو ٢٠١٦.

٢. أحمد برقاوي : لا إحصاءات تبين حجم مشكلة الاستعمال غير الرشيد للدواء متاح على http://assabeel.net/news/2015/6/19/%d9%84%d8%a7-%d8%a5%d8%ad%d8%b5%d8%a7%d8%a1%d8%a7%d8%aa

٣. احمد مغيرظاهرة غش الأدوية - صحيفة المثقف - العدد٥١٦١ ٢٠٢٠/١٠/٢٢ - متاح على http://www.almothaqaf.com/a/b7/928852

٤. أحمد مكاوي : الآثار الجانبية للأدوية : كيف تتجنب آثار الدواء الجانبية ؟متاح على https://www.ts3a.com/?p=22328

٥. **ادلة MSD الارشادية للمعرفة الطبية: سُمِّيَّة الجرعة الزائدة– متاح على** https://www.msdmanuals.com/ar/home/%D8%A7%D9%84%D8%A3%D8%AF%D9%88%D9%8A%D8%A9/%D8%A7%D9%84%D8%AA%D8%A3%D8%AB%D9%8A%D8%B1%D8%A7%D8%AA%D9%8F

٦. الاستخدام المفرط للأدوية فى الولايات المتحدة الامريكية، بيان الحقائق متاح على https://www.albayan.ae/balsam/facts-figures/2013-08-03-1.1935293

٧. أمنية حسين: ماذا سيحدث لو تناولت دواءً منتهي الصلاحية؟ متاح على https://www.ida2at.com/what-would-happen-if-i-took-an-expired-medication/

٨. اية أشرف:إعلانات الأدوية المجهولة» فوضى تغزو الفضائيات.. «الحق في الدواء»: تسبب أضرارا على الصحة وتصرف دون وصفة طبية.. «حماية المشاهدين»: تروج لأنواع غير مجربة مسبقا.. ونحتاج لقوانين واضحة لتجريمها

متـــــــــــــــــــــــــــــــاح علـــــــــــــــــــــــــــــــــــى
http://www.soutalomma.com/Article/432591/%C2%AB%D8%A5%D8%B9%D9%84%D8%A7%D9%86%D8%A7%D8%AA-%D8%A7%D9%84%D8%A3%D8%AF%D9%88%D9%8A%D8%A9

٩. ترشـــــيد اســـــتهلاك الأدويـــــة مهمتنـــــا جميعـــــاً متـــــاح علـــــى http://www.albayan.ae/balsam/pharmacy/2013-10-10-1.1976844

١٠. جمال على الدهشان: محو الامية الدوائية(التنور الدوائي) Pharmaceutical Literacy ضرورة صحية ومجتمعية للمحافظة على سلامة اكبادنا" متاح على https://sadaalmokhtar.com/2019/11/21/%d9%85%d8%ad%d9%88-%d8%a7%d9%84%d8%a7%d9%85%d9%8a%d8%a9-

١١. جمال على الدهشان: محو الأمية الدوائية (التنور الدوائي) ضرورة مجتمعية للقضاء على فوضى استخدام الدواء في المجتمعات العربية متاح على https://elshare3news.com/2018/02/02/%d9%85%d8%ad%d9%88-

١٢. جمال على الدهشان واخرون: دليل محو الأمية الدوائية – مركز تعليم الكبار – جامعة المنوفية – ٢٠١٨.

١٣. جمال على الدهشان: محو الامية المعلوماتية الدوائية Pharmaceutical Information Literacy أحد مجالات تعليم الكبار في العصر الرقمي- المؤتمر السنوي السادس عشر لمركز تعليم الكبار بجامعة عين شمس تعليم الكبار في العصر الرقمي«التحديالعربي الكبير «خلال الفترة من ١٦ - ١٨ /٢٠١٨ بدار الضيافة بجامعة عين شمس.

١٤. جمال على الدهشان: نحو افاق جديدة لمحو الامية المجتمعية في المجتمعات المعاصرة- المجلة التربوية كلية التربية جامعة سوهاج العدد٥٣ – يوليو ٢٠١٨. معرف الوثيقة الرقمي10.12816/EDUSOHAG.2018.17175 :

١٥. حسن محمد صندقجي: وصف الأدوية الخطأ.. خطأ طبي قاتل، متاح على https://altibbi.com/%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D8%A7%D8%AA-%D8%B7%D8%A8%D9%8A%D8%A9/%D8%B5%D8%AD%D8%

١٦. خالـــــد بـــــن حمـــــزة المـــــدني: أنـــــت والـــــدواء: متـــــاح علـــــى https://www.tbeeb.net/ask/showthread.php?t=130469

١٧. روان صالح النملة: التربية الصحية وجدواها في مدارسنا متاح على https://makkahnewspaper.com/article/1512361/%D8%AA%D9%81%D8%A7%D8%B9%D9%84/%D8%A7%D9%84%D8%AA%D8%B1%D

١٨. زينب حمدى: كارثة طبية اسمها النشرات الدوائية متاح على https://www.masress.com/rosaweekly/22696

١٩. سنن أبي داود« كتاب الطب« باب في الرجل يتداوى

٢٠. سوزان برباري: الاستخدام غير الرشيد للأدوية مشكلة عالمية تهدد صحة المريض !فبراير ٢٦، ٢٠١٧ متاح على http://greenarea.me/ar/203984/%d8%a7%d9%84%d8%a7%d8%b3%d8%aad8%ba%d9%8a%d8%b1-%d8%ae%d8%af%d8%a7%d9%85-%

٢١. سوزان زمزم: دور الإدارة المدرسية في تحقيق التربية الصحية المدرسية لطلاب مرحلة التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية- مجلة جامعة تشرين للبحوث والدارسات العلمية – المجلد ٣٨ العدد ٢ ٢٠١٦.

٢٢. صالح محمد صالح: فعالية برنامج مقترح في التربية الصحية في تنمية التنور الصحي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية بشمال سيناء – مجلة التربية العلمية – المجلد الخامس – العدد الرابع – ٢٠٠٢.

٢٣. عاطف سالم حسن: فاعلية برنامج مقترح في الثقافة الصحية على تنمية الوعي الغذائي والوعي الدوائي لدى طالب كلية التربية بالمملكة العربية السعودية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة حائل - ٢٠١٣.

٢٤. عبدالملك عبداللطيف : مراحل عمل الدواء : http://keefwiki.com/health/2015/03/31/%D9%83%D9%8A%D9%81%D9%8A%D8%A9-%D8%B9%D9%85%D9%84-

٢٥. عماد طعمه عزيز واخرون: الثقافة الدوائية في كتاب علم الاحياء للصف الثالث المتوسط ومدى تضمين الطلاب لها في سلوكهم – كلية التربية جامعة القادسية – ٢٠١٧.

٢٦. عماد عبد الحميد، مرفت عبد الحميد: النشرة الدوائية، خريطة طريق للعلاج المناسب والتوعية بالآثار الجانبية متاح على https://www.albayan.ae/health/features/2016-12-25-1.2805704

٢٧. عماد عيسى، أماني السيد. دور المكتبات العامة في تنمية الوعي الصحي ومكافحة الأزمات الصحية العالمية: دراسة استكشافية مقارنة لبرامج وأنشطة

المكتبات في ضوء وباء الأنفلونزا. . في: المؤتمر العشرون للاتحاد العربي للمكتبات والمعلومات تحت عنوان "نحو جيل جديد من نظم المعلومات والمتخصصين: رؤية مستقبلية"، الدار البيضاء المغرب، ٩-١١ ديسمبر ٢٠٠٩.

٢٨. قيس الجفري: ترشيد الدواء أو استعمال الدواء متاح على http://www.e-moh.com/vb/t106608/

٢٩. كنزة حامدي، مبني نورالدين: واقع التربية الصحية في المناهج التعليمية الجزائرية - المدرسة الابتدائية نموذجا- مجلة افاق علمية– المجلد ١١- العدد ٤- ٢٠١٩.

٣٠. المحب محمد: طرق استخدام الأدوية بشكل صحيح وسليم متاح على http://www.ce4arab.com/vb7/showthread.php?t=219447

٣١. محمد السنباطي: التخلص من الادوية بطريقة امنة متاح على https://www.sehatok.com/info/2017/10/24/%D8%A7%D9%84%D8%AA%D8%AE%D9%84%D8%B5-%D9%85%D9%86-

٣٢. محمد العواجى، سامية العيسى: 35% من الأدوية المتداولة في الصيدليات.. مغشوشة متاح على https://wtn.sa/a/258761

٣٣. محمد معوض عبدالهادي فايد: دور التعليم الثانوي في تنمية الوعي الدوائي لدى الطلاب: دراسة ميدانية– رسالة ماجستير غير منشورة– كلية التربية جامعة أسيوط – ٢٠٠٤.

٣٤. محمد منصور: هل يمكن تناول الأدوية منتهية الصلاحية؟ متاح على https://www.alroeya.com/172-68/2061951-%D9%87%D9%84

٣٥. منظمة الصحة العالمية : الجرعات الزائدة من المواد الأفيونية تقتل ٧٠ ألف شخص سنويا متاح على https://news.un.org/ar/story/2014/11/212482

٣٦. منظمة الصحة العالمية: ترشيد استخدام الأدوية متاح على https://www.who.int/medicines/areas/rational_use/ar/

٣٧. نجاح السعدى المرسى عرفات، هالة سعيد احمد باقادر العمودي: فعالية وحدة مقترحة فى التنور الدوائي لدى طالبات كلية التربية للبنات بالمملكة العربية السعودية– دراسات في المناهج وطرق التدريس – ع ١٣٢- ابريل ٢٠٠٨.نها محمد سعيد: اتساب مهارة اتخاذ القرار نحو بعض قضايا التربية

الحياتية من خلال التعامل مع العقاقير – رسالة ماجستير غير منشورة – كلية التربية - جامعة القاهرة فرع الفيوم – جامعة القاهرة – ١٩٩٥.

٣٨. هيام حايك: محو الأمية المعلوماتية الصحية والتعلم عبر ممارسة الطب المُسند بالبراهين Evidence-based medicine متاح على : http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3016648/

٣٩. الهيئة العامة للغذاء والدواء بالمملكة العربية السعودية: المؤتمر الإقليمي الثاني لمراكز التيقظ الدوائي بالدول العربيةالذي عقد بفندق الفورسيزونز – الرياض في الفترة من – ٢٠١٧/٢٦/٢٥.

٤٠. وفا- بسام أبو الرب : فوضى استخدام المضادات الحيوية في فلسطين ومحاولات تقنينه متاح على http://www.wafa.ps/ar_page.aspx?id=bR0U7ja749803386189abR0U7j

٤١. ياسر سليمان محمد عبده: برنامج مقترحلتنمية المفاهيم الصحيةلدىطلبة الصف السادس بمحافظات غزة – رسالة ماجستير – كلية التربية- الجامعة الإسلامية بغزة – ٢٠٠٣.

42. Brach, C. A guide for developing and purchasing successful health information technology. Power-point presentation at the Institute of Medicine (IOM) workshop on health literacy, e-Health, and communication: Putting the consumer first. Washington, DC, March 17. CDC (Centers for Disease Control and Prevention). 2008. Prevention research centers. http://www.cdc.gov/prc/ Accessed May 14, 2010

43. Daphne E. Smith Marsh , Overdose Toxicity,College of Pharmacy, University of Illinois at Chicago Last full review/revision Sep 2018| Content last modified Sep 2018,https://www.who.int/medicines/areas/rational_use/ar/

44. McKinney J, Kurtz-Rossi S. Culture, Health, and Literacy: A Guide to Health Education Materials for Adults With Limited English Skills. Boston, MA: World Education; 2000

45. Shalini S. Lynch , Drug Interactions,University of California San Francisco School of Pharmacy Last full review/revision Aug 2019| Content last modified Aug 2019, https://www.msdmanuals.com/home/drugs/factors-affecting-response-to-drugs/drug-interactions

46. U.S. FOOD&DRUG ADMENISTRATION: Administration Disposal of Unused Medicines: What You Should, learn how to dispose of unused or expired drugs, Disposal of Unused Medicines: What You Should Know Learn how to dispose of unused or expired drugs.