

## الصيدلية المنزلية – Pharmacy of Home

وهي ضرورة حياتية لمواجهة أي طارئ قد يفاجئ أحد أفراد الأسرة، كما أنها مهمة للاستفادة من أي أدوية تزيد على الحاجة أو تحتفظ بصالحيتها للاستعمال. وهي إحدى الطرق الصحيحة لحفظ الأدوية لتجنب الأضرار التي قد تحدث من سوء التخزين وان أخطر ما في الحوادث المنزلية أنها تحدث بصورة مفاجئة تباغت الجميع وهم في غير وضع الاستعداد للتعامل معها. وفي هذه الحالة فإن عدم توافر بعض الأشياء البسيطة كالمطهر أو القطن والشاش واللاصق الطبي في المنزل قد يسبب مشكلة يعاني منها المصاب ؛ ولذلك يجب توفر حقيبة طوارئ أو صيدلية منزلية في كل بيت.

### الشروط الواجب توفرها في الصيدلية المنزلية

- 1- وضعها في مكان ظاهر بالمنزل وحفظ مفتاحها في مكان آمن.
- 2- تكتب أسماء العقاقير على الزجاجات والأواني بخط واضح.
- 3- يكتب على العقاقير الخطرة والمعقدة كلمة (سام) لتمييزها عن العقاقير الباطنية البسيطة وتحفظ في مكان خاص بالصيدلية.
- 4- تحفظ الأربطة والضمادات في علب أو صناديق صغيرة حتى ال يصل إليها الغبار.
- 5- تكون بعيدة عن متناول الأطفال ويمكن قفلها.
- 6- تكون بعيدة عن ضوء الشمس المباشر.
- 7- تكون في مكان بارد وجاف.
- 8- أن تكون بحجم كاف لترتيب الأدوية وأدوات الإسعافات الأولية.

### محتويات الصيدلية المنزلية

- 1- لفافات من القطن.
- 2- شاش معقم .
- 3- شاش برفين لتغطية الحروق فور حدوثها.
- 4- مواد مطهرة لتنظيف الجروح الصغيرة والسحجات والكدمات.
- 5- ملاقط صغيرة الاستخراج وإزالة شظايا الزجاج أو الخشب الصغيرة.
- 6- بلاستر للقطن للجروح الصغيرة.

- 7- لفائف بلاستر للصق (دون قطن) للصق الشاش.
- 8- أربطة ضمادات للالتواءات المفاجئة بالمفاصل.
- 9- أغطية معقمة توضع فوق الجروح.
- 10- العيدان الخاصة بتنظيف الأذن وذلك لاستخدامها في وضع المطهرات على الجرح؛ خاصة المطهرات التي تترك أثراً لونياً على الجلد مثل الميكروروم وصبغة اليود.
- 11- كريم أو مرهم لتهدئة الطفح الجلدي والبثور وتلطيف اللسعات.
- 12- كريم أو مرهم للحروق.
- 13- مسكن للألم.
- 14- مسكن للصداع.
- 15- مسكن للمغص.
- 16- أدوية إسهال.
- 17- أدوية عسر هضم.
- 18- أدوية للقيء.
- 19- مضادات حيوية (أقراص) ويفضل التي تعالج أكثر من ميكروب.
- 20- قائمة بأرقام تليفونات الخدمات العاجلة كمراكز الإسعاف والمستشفيات القريبة والصيدليات والأطباء.
- 21- محرار.

### ملحوظات هامة

- 1- يجب التأكد من وقت لآخر من تاريخ صلاحية الأدوية المتواجدة في الصيدلية المنزلية، والتخلص من أي أدوية انتهت فترة صلاحيتها أول بأول؛ خشية من أن يتناولها أحد دون أن يلاحظ، واستبدالها بأدوية صالحة جديدة.
- 2- عند شراء أي أدوية للصيدلية المنزلية يجب شراء الأدوية ذات فترة الصالحة الممتدة نوعاً ما والأدوية المنتجة حديثاً.
- 3- يجب مراعاة أن بعض الأفراد لديهم حساسية من بعض أنواع الأدوية أو مركباتها، لذا يجب التأكد من أن أدوية الصيدلية المنزلية لا تسبب حساسية لأفراد الأسرة.

4- يجب التأكيد على أن الصيدلية المنزلية للإسعافات السريعة إلى أن يصل المصاب إلى الطبيب وليس للعلاج.

5- من الأفضل أن تكون محتويات الصيدلية المنزلية قليلة وبسيطة، لتكون منظمة ومرتبنة لسهولة الوصول إلى الأشياء المطلوبة منها.

### ما يجب مراعاته في صيدلية المنزل

- 1- من الأفضل ان تكون بحجم كبير بحيث تتسع لإضافة اصناف جديدة.
- 2- ترتب المواد التي بداخلها بطريقة يسهل العثور عليها، دون الحاجة لتفريغها.
- 3- حفظها قريبة من متناول الجميع، وبعيدة عن الاطفال، ومحكمة الغلق مع سهولة فتحها عند الحاجة.
- 4- وضعها في مكان بعيد عن الرطوبة والحرارة، مثل دورة المياه والمطبخ، لان ذلك يؤدي الى تكسر المواد وتحللها ومن ثم فسادها.
- 5- التأكد من تاريخ صلاحية المواد والادوية من فترة لأخرى، لان بعضها يتحول الى مواد سامة وخطيرة بعد فترة وجيزة من انتهاء الصلاحية، لذا يجب التخلص منها مباشرةً.
- 6- المواد والادوية التي في الصيدلية لم يكتب عليها تاريخ الصلاحية او غير معروفه او تغير شيئاً من صفاتها كاللون والرائحة او الشكل، يجب التخلص منها فوراً.
- 7- يجب التنبه الى ان معظم المضادات الحيوية التي يتم احلالها بالماء، لا تستخدم بعد اسبوعاً واحداً فقط حتى في حالة حفظها بالثلاجة، وان تاريخ الصلاحية المكتوب على العبوة من الخارج يقصد به المسحوق قبل الاذابة وليس بعدها. كذلك يجب عدم الاحتفاظ بقطرات العين والانف والاذن مدة تزيد عن الشهر بعد فتحها، بصرف النظر عن مدة الصلاحية المكتوبة على العبوة.

8- التأكد من الآلات المعدنية الموجودة في الصيدلية مثل الملقط والمقص في حالة جيدة وصالحة للاستعمال ولم تصب بالصدأ.

9- عدم رمي المواد والادوية التالفة قريباً من متناول الاطفال.

10- عدم وضع الادوية في خزانة الاسعافات الاولية، بل توضع في مكان ذي درجة حرارة ملائمة حسب ارشادات الصيدلي.

11- عادة ما تزود حقيبة الاسعافات الاولية بتعليمات وارشادات مكتوبة داخل الحقيبة لتوضيح كيفية استعمال محتوياتها، لذا يفضل قراءة هذه التعليمات قبل استعمالها.

12- التأكد من كتابة اسم المادة وطريقة الاستعمال على العبوة بخط واضح.

مدرس المادة

م.د أحمد جسام مخلف الدليمي