

مسمومیت دارویی

- در هنگام سفر داروها را در بسته بندی اصلی آنها جابه جا کنید تا در هنگام بروز مسمومیت بتوانید اطلاعات درستی را در مورد داروی مصرفی به پزشک ارائه دهید.
- بعد از مصرف داروها، بسته بندی های داروها را روی میزرها نکنید. کودکان به دلیل کنجکاوی ممکن است رغبت به مصرف داروهای بزرگسالان داشته باشند که همین پیش زمینه بروز مسمومیت در فرزندان دلبندتان را فراهم می کند.
- داروهای خود را به مدت طولانی در اتوموبیل نگذارید و از نگداری آن در پشت شیشه و داشبورد خودداری کنید .
- در هنگام سفر ، داروهای خود را در صندوق عقب کنار سایر مواد غذایی و شیمیایی قرار ندهید و داروهای یخچالی را در ظروف مخصوص و همراه با یخ و یا ظرف خنک کننده حمل نمایید.
- مراقب باشید سالمندان به دلیل فراموشی دوز تکراری دارو را مصرف نکنند.
- پیش از دور انداختن دارو ، روی بسته بندی دارو بنویسید تاریخ گذشته است و دارو تاریخ مصرف گذشته را به مراکز بازیافت شهرداری تحویل دهید.

مواد شیمیایی

- در هنگام استفاده از مواد شیمیایی و فرآورده های شوینده و پاک کننده برای نظافت منزل ، پنجره ها را باز کنید تا هوا به خوبی در محیط جریان داشته باشد.
- از اختلاط مواد شیمیایی مانند جوهرنمک و مواد سفیدکننده و لک بر جدا خودداری کنید . بخارات و گازهای ناشی از این اختلاط بسیار سمی و خفه کننده است.
- در اتومبیل در هنگام سفر از قرار دادن مواد پاک کننده و شیمیایی در کنار مواد غذایی جدا خودداری نمایید .
- در صورتی که نزدیکان شما ، ماده ای غیر خوراکی و سمی را بلعید و یا استنشاق نمود ، با مرکز اورژانس 115 یا مرکز اطلاع رسانی داروها و سموم 190 تماس بگیرید
- از وادار کردن فرد مسموم به استفراغ جدا خودداری نمایید . القا استفراغ در بعضی مسمومیت ها می تواند کشنده باشد.
- از خوراندن مایعات به فرد مسمومی که بیهوش است خودداری نمایید .

گزیدگی

- برای پیشگیری از بروز گزیدگی‌ها از دست زدن به جانوران گزنده خودداری نمایید.
- برای جلوگیری از گزیدگی حشرات در هنگام سفر حشره‌کش، پشه‌بند و یا دیگر وسایل ایمنی را همراه داشته باشید.
- از پوشیدن لباس‌هایی با رنگ روشن و استفاده از عطرهای تند در مناطقی که حشرات زیادی دارند، جدا" خودداری کنید؛ زیرا تمام این موارد باعث جذب زنبورها می‌شود. ■ در محیط‌های باز، پیراهن آستین‌بلند و شلوار بلند به کودکان بپوشانید.
- حشره "دراکولا" یا "بند" نه نیش می‌زند و نه گاز می‌گیرد بلکه ترکیبات سمی و محرکی ترشح می‌کند. ■ در ساعات ابتدایی، با آب و صابون معمولی محل عارضه را شستشو دهید و با محل عارضه را تمیز و خشک نگه دارید تا منجر به عفونت نشود. استعمال الکل سفید بر روی موضع آلوده به سم حشره دراکولا یا بند می‌تواند در کاهش علائم مؤثر باشد.
- در هنگام مارگزیدگی، قبل از انتقال مصدوم به مرکز درمانی باید بیمار را آرام کنید و از حرکات بیش از حد جلوگیری کنید عضو محل مارگزیده را باید بی حرکت و هم سطح یا کمی پایین تر از سطح قلب نگه داشت. بستن یک نوار محکم و پهن، چند انگشت بالاتر از محل مار گزیدگی به ویژه اگر محل گزیدگی در دست یا پاها باشد ضروری است. از آب سرد و یا یخ در موضع استفاده نکنید.
- در صورت زنبور گزیدگی، برداشتن نیش از روی زخم جهت کاهش ورود بیشتر سم به زخم ضروری است.

گیاهان و قارچ‌های سمی

- هرگز سعی نکنید با چشیدن یا بوییدن یک ماده ناشناخته، آن را شناسایی کنید.
- تشخیص قارچ‌های سمی از انواع غیر سمی از روی شکل ظاهری دشوار است. از مصرف قارچ‌هایی که نوع آن را نمی‌شناسید جدا خودداری کنید.
- مرکز اطلاع‌رسانی داروها و سموم با شماره تلفن 190 پاسخگوی سوالات دارویی و مسمومیت است
- برخی از گیاهان تزئینی موجود در آپارتمان‌ها و باغچه‌ها می‌توانند سبب بروز مسمومیت در انسان شوند. مسمومیت با گیاهانی مانند خرزهره، دیفن باخیا، گل انگستانه، آزالیا، شوکران و کرچک می‌تواند کشنده باشد. در صورت وقوع مسمومیت با این گیاهان، بیمار را در اسرع وقت به نزدیک‌ترین مرکز درمانی منتقل کنید.

دفتر نظارت و پایش مصرف فرآورده‌های سلامت

معاونت غذا و دارو البرز