



مرکز آموزشی و پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)

خودمراقبتی در مصرف داروها (پمفلت شماره ۲)



ویژه: عموم افراد جامعه

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۰۹/۰۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۰۹/۰۱

کد پمفلت: PA-۰۰-۱۰۱۸

شماره بازنگری: ۰۳

جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی، بارکد زیر را اسکن نمایید.



معاونت آموزش و سلامت
تهیه کننده: واحد آموزش سلامت

* طی دوره مصرف ريواروكسابان بايد، در انجام فعاليتهايي كه باعث آسيب ديدگي يا بريدگي و كبودي مي‌شوند، احتياط نماييد. از انجام ورزش‌هايي تماسي يا ساير فعاليتهايي كه مي‌توانند باعث آسيب به سر شوند مانند: فوتبال، هاكي و اسب سواري خودداري نماييد.

* توصيه مي‌شود از دستكش در هنگام كار با اشيا تيز مانند چاقو، قيچي و ابزار باغباني استفاده كنيد.

* از اصلاح با تيغ شيو خودداري كنيد و جهت زودن موها از موم، ماشين اصلاح برقي يا كرم موبر استفاده كنيد.

* در صورت استفاده از دندان مصنوعي، آنها را براي چند ساعت در روز بيرون آورده و به لثه خود استراحت دهيد.

* توصيه مي‌شود داروها را به صورت منظم و در زمان مشخصي از روز مصرف نماييد. اين كار از فراموش كردن

منابع:

وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشكي

www.behdasht.gov.ir

<https://medlineplus.gov>

در صورت سؤال يا مشكل در زمينه بيماري خود مي‌توانيد بصورت **رايگان** همه روزه از ساعت ۸ الي ۱۲ بجز تعطيلات به كلينيك آموزش سلامت مراجعه يا تماس حاصل فرمائيد.

آدرس: مشهد - چهارراه ابن سينا - ميدان امام رضا (ع)
تلفن: ۰۵۱۳۸۵۸۳۸۵۰

وبسایت: emamreza.mums.ac.ir

- در صورت مصرف طولاني مدت از اين دارو، توصيه مي‌شود رژيم غذايي شما غني از كلسيم و پتاسيم اما با مقدار كم سدیم و كربوهيدرات باشد.

- در صورت احساس درد شديد در شكم يا قيري شدن رنگ مدفوع، فورا به پزشك مراجعه نماييد. همچنين علائمي مانند تورم غيرعادي، افزايش وزن، احساس خستگي، درد استخوان، خون مردگي، عدم بهبود زخم‌ها، اختلال بينايي يا تغييرات رفتاري را به پزشك اطلاع دهد.

آيا از نكات مربوط به نحوه مصرف داروي ريواروكسابان آگاهي داريد؟

* داروي ريواروكسابان را دقيقا طبق تجويز پزشك، مصرف نماييد. در صورتي كه مقدار مصرف ريواروكسابان ۱۰ ميلي گرم يا كمتر باشد، مي‌توانيد آن را قبل يا پس از غذا مصرف نماييد.

* چنانچه مصرف دارو در يك نوبت بيشتر از ۱۵ ميلي گرم براي شما تجويز شده است، مي‌توانيد آن را همراه يا پس از غذا مصرف كنيد زيرا مصرف اين دارو همراه غذا جذب آن را از طريق معده افزايش مي‌دهد.

* شايع ترين عوارض جانبي اين دارو شامل: بروز خونريزي راحت تر از حد طبيعي مانند خونريزي بيني، قاعدگي شديد، خونريزي لثه و ايجاد كبودي است. اين اتفاق در چند هفته ابتدائي درمان يا در صورت ناخوشي رخ مي‌دهد.

* در صورت مشكل در بلع قرص مي‌توانيد قرص‌هاي ريواروكسابان را خرد کرده و با آب يا پوره سيب تركيب كنيد و سپس ميل كنيد.



هموطن گرامی:

این مطالب به منظور آشنایی شما با نحوه صحیح مصرف داروها پس از ترخیص از بیمارستان تهیه شده است. امید است با مطالعه مطالب قادر باشید دوره درمان خود را به خوبی مدیریت نمایید.

آیا چهار نکته ضروری قبل از مصرف هر نوع دارو را می‌دانید؟

- * قبل از مصرف دارو، حتما تاریخ مصرف آن را کنترل نمایید.
- * داروها باید به صورت منظم و مطابق با نسخه دارویی مصرف شود و علیرغم احساس بهبودی، درمان را مطابق دستور پزشک ادامه دهید. (افزایش یا کاهش مقدار دارو ممنوع)
- * اگر یک دوز از دارو را فراموش کردید به محض به خاطر آوردن حتما دارو را مصرف کنید و اگر زمان آن نزدیک به دوز بعدی دارو می باشد، دوز آنرا ۲ برابر نکنید.
- * توجه داشته باشید تمام داروها دور از دسترس کودکان باشد.



آیا می‌دانید داروی فاموتیدین را چگونه مصرف کنید؟

- مصرف قرص فاموتیدین همراه با داروهایی که اسید معده را خنثی می‌کنند مانند: شربت های معده (آلومینیوم ام جی اس، منیزیم هیدروکساید و...) باعث کاهش اثر این دارو می‌شود.

- از آنجا که کشیدن سیگار منجر به افزایش مقدار اسید معده می‌شود، ممکن است تأثیر قرص فاموتیدین را کاهش دهد و علائم شما بدتر شود. اگر بیمار وزن بالایی دارد با کاهش وزن به علت کاهش فشار بر روی معده ترشح اسید کمتر شده و فاموتیدین بهتر عمل می‌کند.



سیگار کشیدن
اکیداً ممنوع

- مصرف برخی مواد غذایی مانند گوجه فرنگی، نعنا، شکلات، غذاهای پرادویه و نوشیدنی های گرم، کافئین دار و الکلی می‌توانند علائم بیماری گوارشی را بدتر کنند. با مصرف مایعات و غذاهای آبکی نیز در واقع اسید معده رقیق تر می‌شود که این مساله سبب تسهیل بازگشت اسید از معده به مری می‌شود پس تا حد امکان از مصرف آب و غذای آبکی قبل از خواب خودداری کنید و حداقل نیم تا یکساعت پس از غذا دراز نکشید.

- پرخوری و مصرف غذای پرچرب نیز می‌تواند باعث کاهش اثر درمانی این داروها شود.



آیا می‌دانید در مصرف داروی پردنیزولون باید به چه نکاتی توجه کنید؟

* درجه حرارت بدن خود را هر ۴ ساعت کنترل نمایید. تب ممکن است نشانه ای از عفونت باشد.

* برای کاهش عوارض گوارشی، قرص پردنیزولون را با غذا مصرف نمایید.

* دارو را مطابق دستور پزشک مصرف نمایید. از تغییر دوز دارو و قطع ناگهانی دارو خودداری نمایید.

* قطع ناگهانی دارو باعث نارسایی غده آدرنال می‌گردد. علائم آن شامل: بی اشتها، تهوع، استفراغ، ضعف عمومی، پرفشاری خون، تنگی نفس و کاهش قند است. در صورت بروز این علائم سریعاً به پزشک اطلاع دهید، زیرا این وضعیت می‌تواند حیات فرد را به خطر بیندازد.

- فشارخون خود را در منزل به صورت منظم کنترل نمایید. افزایش فشارخون و ورم را به پزشک اطلاع دهید. از مصرف هرگونه داروی مسکن و الکل در طول درمان با این دارو خودداری نمایید.



مصرف نوشیدنی الکلی
ممنوع

- این دارو اثرات سرکوب کنندگی سیستم ایمنی را دارد و علائم مربوط به بیماری های عفونی را مخفی می‌کند. بنابراین توصیه می‌شود در طول درمان از حضور در محل های شلوغ و تماس با افراد مبتلا به بیماری های عفونی پرهیز نمایید و علائم احتمالی عفونت را سریعاً به پزشک اطلاع دهید.

