

مخاطر تناول الأدوية من دون وصفات طبيّة



تصرح منظمة الصحة والدواء الأمريكية باستخدام نحو 80 نوعاً من الأدوية تقريباً، حيث إنها تعتبر هذه الأدوية آمنة على الجسم. هذا ما يدفع الكثير من الأشخاص للاعتقاد أنّهم يمكن تناول هذه الأدوية عشوائياً مما يعود عليهم بعدد من ردود الفعل السلبية.

الإدمان على هذه الأدوية وتناولها مع أنواع أخرى من الأدوية يمكن أن يُسبّب مشاكل حقيقية في الجسم.

- لماذا يتم اللجوء إلى هذه الأدوية من دون وصفة؟

في عالمنا العربي، غالباً ما يتم اللجوء إلى الأدوية من دون وصفة طبية، وذلك لأسباب عدّة: السبب الأوّل يعود للحالة الإجتماعية التي تمنع بعض الأشخاص من الذهاب إلى الطبيب ودفع التكاليف، ما يدفعهم للجوء إلى الأدوية عشوائياً عند المعاناة من مشكلة صحية ما. لكن هذا الأمر يمكن أن يترتب

عليه المزيد من المشاكل الصحية، وبالتالي المزيد من التكاليف. يجب الذهاب من البداية إلى الطبيب للحصول على الوصفة المناسبة وتجنُّب المشاكل.

من جهة أخرى، من الشائع في مجتمعنا العربي استخدام أحد الأدوية بوصفة من شخص آخر. هذا أمر خاطئ للغاية، حيث كل شخص لديه مشاكله الصحية التي تختلف كل الاختلاف عن الشخص الآخر، وبالتالي لا يجب أبداً تناول الأدوية المخصصة بشخص آخر.

- ما أضرار الأدوية من دون وصفة طبية؟

هناك مجموعة كبيرة من الأدوية التي يتم استخدامها في عالمنا العربي من دون أي وصفة طبية، وإليك فيما يلي حقيقة استخدام بعض الأدوية من دون إستشارة الطبيب:

- الأدوية المضادة للحساسية:

نزلة البرد وارتفاع في درجة الحرارة والزكام وألم في البلعوم: هذه هي الأعراض التي تدفع المريض أحياناً إلى اللجوء إلى الأدوية المضادة للحساسية من أجل التخلص من هذه الأعراض. يمكن شراء هذه الأدوية من دون وصفة طبية في بعض الدول العربية ما يوقع المريض بمشاكل صحية عديدة. أولاً الإصابة بنزلة البرد أو ارتفاع الحرارة، لا يعني دائماً إصابة الجسم بأحد أنواع البكتيريا، بل يمكن أن يعود ذلك للإصابة بالفيروسات والتي لا يمكن التخلص منها عبر المضادات الحيوية. هذا النوع من الأدوية يمكن فقط تناوله بعد إستشارة الطبيب. تناول الأدوية المضادة للحساسية من دون الحاجة إليه يمكن أن يضر الجسم. هذه الأدوية تقضي على البكتيريا الجيدة في الجسم أيضاً، ما يُسبِّب الأذى للجهاز الهضمي، حيث توجد هذه البكتيريا الصديقة للجسم. كما أن تناولها عشوائياً يُخفِّف من المناعة ما يعرض الجسم للأمراض باستمرار.

مَن منّا لا يعرف الأسبرين؟ هذا النوع من الأدوية هو الأكثر شهرة، حيث يستخدم من أجل التخفيف من آلام الرأس وأوجاع الجسم وارتفاع درجة الحرارة وللتخفيف من الإلتهابات الروماتيزمية أيضاً. لكن لا يجب اللجوء إلى هذا النوع من الأدوية عشوائياً ومن دون إستشارة الطبيب. الأسبرين يزيد من مخاطر حدوث نزيف في المعدة وهو بجرعات كبيرة يمكن أن يُسبّب تلفاً في طبقة المعدة الخارجية. كما أنه من الضروري عدم إعطاء الطفل أسبرين الأطفال حتى لو كان يطلق عليه هذه التسمية. الأسبرين يمكن أن يشكّل ضرراً على صحة الطفل الذي يبلغ من العمر أقل من 16 عاماً، إذ إنّه قد يُسبّب تلفاً في الكبد وفي الدماغ لديهم.

بخاخات الأنف:

يعتقد الكثيرون أنه من الممكن استخدام بخاخات الأنف في أي وقت وبالكميّة المرغوب فيها، إذ إنها عبارة فقط عن بخاخ ولا يمكن أن تُسبّب الضرر للجسم، إلا أن هذه الأنواع من الأدوية يمكن أن تحتوي على مواد تُسبّب الأذى للجسم في حال استخدامها بجرعات كبيرة. تحتوي هذه الأدوية على مواد ترفع ضغط الدم وتخفّف من فعالية الأدوية المخفّضة له أيضاً. كما أن بعض هذه البخاخات تحتوي على الكورتيزون الذي يُسبّب احتباس السوائل بالجسم ويؤدي إلى زيادة الوزن. لا يجب إذن شراء هذه الأدوية واستخدامها بشكل عشوائي، خصوصاً في حال تناولك أدوية ضغط الدم وأدوية الغدة. وهنا يجب الإشارة إلى أن الحصول على الأدوية البخاخة يمكن أن يُسبّب أخذ جرعة أكبر من الدواء، حيث إن هذا النوع من الأدوية يدخل مجرى الدم سريعاً ما يزيد من مخاطره السلبية، وبالتالي يجب التأكّد من الجرعة الحقيقية عبر إستشارة الطبيب.

الإيبوبروفين:

أدوية الإيبوبروفين توجد في الأسواق تحت أسماء عدّة كالأدفيل والبروفينال والراييدوس... هذا النوع من الأدوية فعال جداً في تسكين الآلام، خصوصاً آلام الرأس والمفاصل ويخفض حرارة الجسم. يمكن تناول

هذه الأدوية في حال وصفها الطبيب لك، ولكن لا يجب تناولها عشوائياً لما لديها من أضرار صحية على الجسم. تناول هذه الأدوية يمكن أن يُسبب التعب للكليتين بشكل كبير جداً وحتى يتعب الكبد التي تحاول التخلص منها وإخراجها من الجسم. هذه الأدوية تعتبر مضرّة جداً أيضاً بالأشخاص الذين يعانون ارتفاعاً في ضغط الدم، إذ إنها تؤدي أيضاً إلى رفع ضغط الدم بشكل كبير جداً. الأدوية التي تحتوي على الإيبوبروفين تعتبر قوية أيضاً على المعدة وتسبب آلاماً فيها، ما يؤدي إلى تقرح في المعدة في حال تناولها باستمرار.

وهنا تجدر الإشارة أيضاً إلى أنه يتم إعطاء هذه الأدوية للأطفال عن طريق شراب من أجل خفض حرارتهم أو تسكين آلامهم، وهنا يجب الحذر جداً من ضرر هذه الأدوية على كليتي الطفل.

- الأدوية الخافضة للوزن:

هذا النوع من الأدوية أيضاً يمكن شراؤه من دون وصفة طبية وتناوله بحريّة. الأدوية الخافضة للوزن هي الأكثر شعبية عند النساء اللواتي يرغبن في تحقيق الرشاقة في أسرع وقت ممكن. في العادة يرفض الأطباء وأخصائيو التغذية وصف هذه الأنواع من الأدوية لما تحمله من أضرار على صحة الجسم ودائماً ينصحون المرأة بإتباع نظام غذائي صحي وممارسة التمارين الرياضية من أجل تحقيق الوزن المرغوب فيه. الأدوية الخافضة للوزن تحمل عدداً كبيراً من ردود الفعل السلبية للجسم والتي تتمثل في التالي:

- تُساعد على تخليص الجسم من المياه المتراكمة فيه.

- تُسبب استرجاع الوزن بعد فترة قصيرة من التوقف عن تناولها.

- ترفع من سرعة دقات القلب ما يتعب عضلة القلب.

- تؤدي إلى ارتفاع في ضغط الدم.

- تُسبب إسهالاً حاداً ما قد يؤدي إلى جفاف الجسم.

• تمنع الشخص الذي يتناولها من الحصول على ساعات هادئة من النوم.

• خفض نسبة السكر في الدم بشكل مفاجئ.

• الغثيان والقيء والدوار الشديد.

- أدوية الحساسية:

هذه الأدوية يتم اللجوء إليها في فصل الربيع بشكل كبير جداً من أجل الحد من حساسية الربيع المزعجة التي تصيب الكثيرين. لا تناسب هذه الأدوية كل الأشخاص، وبالتالي يجب الحصول عليها بعد استشارة الطبيب. تؤدي هذه الأدوية إلى خمول حاد في الجسم، وتشعر الشخص الذي يتناولها بالرغبة الشديدة في النوم. أدوية الحساسية يمكن أن تؤثر في عمل الدماغ والذاكرة، خصوصاً عند الأشخاص الكبار في السن. يفضل استشارة الطبيب في حال كنت تعاني الحساسية للحصول على العلاج المناسب لحالتك الصحية.

- الأدوية المهدئة:

نعم، للأسف هناك بعض الدول العربية التي يحصل فيها بيع هذا النوع من الأدوية من دون وصفة طبية، ما يشكل خطراً كبيراً على صحة الإنسان. هذه الأدوية تلحق الضرر بالأعصاب في حال تناولها بشكل عشوائي. الأدوية المهدئة يمكن أن تُسبب الإدمان في حال تناولها بكميات كبيرة، حيث لا يستطيع الشخص الذي يتناولها التوقف عنها، لأن ذلك يزيد من توتره ويمنعه من النوم. لا ولا ولا لهذه الأدوية من دون الحاجة الماسة والكبيرة إليها، وهذا ما يمكن للطبيب المتخصص وحده تحديده.

- أخيراً..

وفي النهاية، يجب هنا توضيح أيضاً معتقد خاطئ عن الأدوية ينتشر بين الناس، هو أنه كلما تمت زيادة جرعة الدواء ازداد مفعوله وتمّ الحصول على الشفاء أسرع. لكن هذا معتقد خاطئ، حيث إنه لا يجب تخطي جرعة الدواء أبداً، لأن ذلك يمكن أن يترتب عليه العديد من المشاكل الصحية للجسم.

التزام جرعة الدواء وتوقيت الحصول عليه هما الحل الأفضل للتخلص من المرض. ويجب دائماً معرفة أنه ليس هناك أي نوع من الأمراض يشفى بلمح البصر.