"از دارو تا منوکسید کربن؛ خطرهای پنهان را بشناسیم"

دکتر سجاد علیپور، معاون غذا و دارو دانشکده علوم پزشکی سیرجان، به مناسبت هفته ملی پیشگیری از مسمومیت‌ها، با تأکید بر اهمیت افزایش آگاهی عمومی و شناخت عوامل خطر، شعار امسال این هفته با عنوان «از شناخت خطر تا اقدام به‌موقع برای پیشگیری از مسمومیت‌ها» را یادآور ضرورت آموزش، پیشگیری و اقدام صحیح در مواجهه با حوادث ناشی از مسمومیت دانستند.

ایشان با اشاره به اینکه مسمومیت‌ها از جمله مشکلات مهم سلامت هستند که در بسیاری از موارد با رعایت اصول ایمنی و افزایش آگاهی قابل پیشگیری‌اند، بیان کردند: مسمومیت زمانی رخ می‌دهد که فرد در معرض ماده‌ای قرار گیرد که بر اثر بلع، استنشاق، تزریق یا تماس با پوست و سایر راه‌های ورود به بدن، موجب آسیب و اختلال در عملکرد طبیعی بدن شود. شدت مسمومیت به نوع ماده، مقدار مواجهه، راه ورود به بدن و شرایط فرد بستگی دارد و در برخی موارد می‌تواند تهدیدکننده حیات باشد.

معاون غذا و دارو دانشکده علوم پزشکی سیرجان در ادامه، داروها را از مهم‌ترین عوامل بروز مسمومیت‌ها عنوان کردند و افزودند: مصرف خودسرانه دارو، استفاده بیش از مقدار تجویزشده، مصرف هم‌زمان برخی داروها بدون مشورت با پزشک یا داروساز و نگهداری نامناسب داروها، به‌ویژه در دسترس کودکان، می‌تواند پیامدهای جدی به همراه داشته باشد. لازم است داروها در بسته‌بندی اصلی، دور از دسترس و دید کودکان و ترجیحاً در محل قفل‌شده نگهداری شوند. همچنین از مصرف دارو در تاریکی، بدون اطمینان از نام و مقدار آن و از معرفی دارو به کودکان به‌عنوان خوراکی یا شکلات پرهیز شود.

ایشان با اشاره به خطر مسمومیت با گاز منوکسید کربن، به‌ویژه در فصل سرما، اظهار کردند: منوکسید کربن گازی بی‌رنگ و بی‌بو است که در اثر احتراق ناقص سوخت تولید می‌شود و می‌تواند بدون هشدار قابل تشخیص، موجب سردرد، سرگیجه، تهوع، ضعف، کاهش سطح هوشیاری و حتی مرگ شود. اطمینان از نصب و عملکرد صحیح وسایل گرمایشی، بررسی مسیر خروج دود و استفاده نکردن از وسایل گرمایشی غیراستاندارد یا وسایل احتراقی در فضای بسته و بدون تهویه مناسب، از اقدامات مهم پیشگیرانه است. همچنین وجود دستگاه هشداردهنده منوکسید کربن می‌تواند به تشخیص زودهنگام خطر کمک کند.

دکتر علیپور در ادامه، مواد شوینده و شیمیایی خانگی، سموم دفع آفات، فرآورده‌های نفتی، برخی گیاهان و قارچ‌های سمی، مواد مخدر و محرک و الکل را از دیگر عوامل بالقوه مسمومیت برشمردند و تأکید کردند: مواد شیمیایی و شوینده‌ها باید در ظروف اصلی و برچسب‌دار و دور از دسترس کودکان نگهداری شوند. مخلوط کردن

مواد شوینده، به‌ویژه سفیدکننده‌ها با اسیدها یا سایر پاک‌کننده‌ها، ممکن است گازهای سمی تولید کند. همچنین از نگهداری مواد شیمیایی در ظروف مواد غذایی و مصرف قارچ‌ها و گیاهان ناشناخته باید جداً خودداری شود.

ایشان با تأکید بر اهمیت اقدام صحیح و به‌موقع در مواجهه با مسمومیت‌ها بیان کردند: در صورت احتمال مسمومیت، نباید منتظر بروز علائم ماند. لازم است با اورژانس ۱۱۵ یا مرکز اطلاع‌رسانی داروها و سموم، مطابق راهنمایی‌های محلی، تماس گرفته شود. در صورت کاهش سطح هوشیاری، تشنج یا اختلال تنفس، دریافت کمک اورژانسی ضرورت دارد. همچنین نباید فرد مسموم را بدون دستور متخصص وادار به استفراغ کرد یا برای خنثی‌سازی ماده سمی، خوراکی یا داروی خودسرانه به او داد. در مواجهه با گازهای سمی نیز باید بدون به خطر انداختن جان خود، از محل آلوده خارج شد و از ورود مجدد به محیط خطرناک خودداری کرد.

معاون غذا و دارو دانشکده علوم پزشکی سیرجان در پایان، آموزش خانواده‌ها، افزایش آگاهی کودکان و نوجوانان، رعایت اصول نگهداری داروها و مواد شیمیایی و شناخت علائم هشداردهنده را از مهم‌ترین راهکارهای کاهش موارد مسمومیت دانستند و خاطرنشان کردند: پیشگیری از مسمومیت‌ها تنها با شناخت خطر محقق نمی‌شود؛ بلکه نیازمند تبدیل آگاهی به رفتار ایمن و اقدام به‌موقع در شرایط اضطراری است. توجه به توصیه‌های ایمنی می‌تواند از بسیاری از حوادث قابل پیشگیری جلوگیری کند و نقش مؤثری در حفاظت از سلامت افراد و خانواده‌ها داشته باشد.

از شناخت خطر تا اقدام به‌موقع؛ یک آگاهی ساده، یک تصمیم درست و یک اقدام سریع می‌تواند جان انسان را نجات دهد.