



العلاج الذاتي



Self Medication



نشرات تثقيفية للمرضى والعائلات

Patient and Family Educational Brochures



مستشفى زليخة
لأن صحتك غالية

دبي: ص.ب. ٤٨٥٧٧، النهدة، إ.ع.م. هاتف: ٢٦٧٨٨٦٦ ٤
الشارقة: ص.ب. ٤٥٧، الناصرية، إ.ع.م. هاتف: ٥٦٥٨٨٦٦ ٦
E-mail: info@zulekhahospitals.com www.zulekhahospitals.com



Zulekha Hospital
Your Health Matters LLC

DUBAI: P. O. Box 48577, Al Nahda, U.A.E. Tel: 04 267 8866.
SHARJAH: P. O. Box 457, Al Nasserya, U.A.E. Tel: 06 565 8866.
E-mail: info@zulekhahospitals.com www.zulekhahospitals.com

What is Self Medication?

A. Self Medication is the Medication of oneself without professional supervision.

In other words: Everyone tries to medicate himself without consulting a medical personnel.

What are 'Over The Counter' Drugs?

A. Over The Counter (OTC) drugs are a form of Self Medication. These are available without prescription. But, people may Self Medicate and take the wrong dose or wrong medication.

What are common medicines used in self medication?

A. Pain killers, Cough remedies, Antiallergic, Laxatives, Vitamins, Tonics and Antacids are some of the common medicines used as Self Medication.

What are the Problems of Self Medication?

A. Problems from Self Medication can be several. These may be related to one or several of the following:

1. Certain drug combinations could have deadly Inter-effects.
2. These drugs might be totally unnecessary for the existing symptoms.
3. These drugs can mask a major illness with resultant delay.
4. Injudicious use of certain drugs can harm the Liver, Kidney or Bone marrow.
5. An appropriate dose for one person might be harmful for another.
6. Even the so called 'Harmless Vitamins, Calcium and Iron' can harm the body composition.
7. Seemingly harmless drugs can cause hazards when they interact with other drugs taken for a co-existing different illness. They can cause harmful effects even by interacting with certain food items and alcohol if consumed concomitantly.

8. Medicines taken for one illness might worsen another prevailing illness.

Are any group of patients particularly vulnerable to the hazards of self Medication?

A. Yes, there is an extra word of caution for the following group, they include:

1. Elderly:

Certain medicines taken by the elderly without medical supervision can raise blood pressure or can cause heart problems.

The elderly are vulnerable to bleed in the gut with injudicious use of pain killers.

2. In Pregnancy and during Breast Feeding:

Certain medicines may be safe for the mother but can harm the foetus when it crosses the placenta or the newborn when it passes through the breast milk.

3. Other Major Illnesses:

Patients suffering from Hypertension, Diabetes, Heart disease, Bronchial Asthma and Ulcer should always consult their doctor before taking any medicines.

Why is there a rise in self Medication among the masses?

A. Rise in Self Medication is partly due to the following:

1. High cost of medical services and non availability of it to all classes.
2. Restraint of Time
3. Hassle Free
4. Free advice by friends and well wishers who share personal experiences
5. Promotion by Pharmaceutical Companies
6. Access to Internet.

ما هو العلاج الذاتي؟

العلاج الذاتي هو علاج الشخص لنفسه بدون الرقابة المتخصصة. بمعنى آخر: هو أن يحاول الشخص علاج نفسه أو غيره دون إستشارة الطبيب الأخصائي.

ما هي الأدوية العامة؟

الأدوية العامة هي نوع من أنواع العلاج الذاتي. وهي التي يمكن صرفها دون وصفة دوائية. أحياناً قد يعالج الناس أنفسهم بأخذ جرعة خاطئة أو أدوية خاطئة.

ما هي الأدوية المعروفة التي يتناولها الأشخاص دون إستشارة الطبيب؟

من الأدوية التي يلجأ الناس إليها دون إستشارة الطبيب مسكنات الألم، أدوية السعال، مضادات الحساسية، المليينات، الفيتامينات، ومضادات الحموضة.

ما هي مشاكل العلاج الذاتي؟

- هناك العديد من المشاكل التي تترتب على العلاج الذاتي. وقد يكون السبب راجع إلى سبب أو أكثر من الأسباب التالية:
 - أ. بعض الأدوية يكون لديها مضاعفات مميتة عند تناولها سوية.
 - ب. قد لا يكون هناك أي داعي لتناول هذه الأدوية حيث لا علاقة لها بالأعراض.
 - ج. بعض الأدوية ينعكس تأثيرها بشكل سلبي وتسبب تفاقم المرض إلى مرض أكبر في حين تأجيل العلاج.
 - د. تناول المستمر لبعض هذه الأدوية قد يؤدي الكبد، الكلى، أو متانة العظام.
 - هـ. بعض الجرعات لبعض الأدوية قد تناسب بعض الأشخاص في حين لا تناسب أشخاص غيرهم.
 - و. حتى الأدوية المكملة كالفيتامينات والكالسيوم، والحديد قد تؤدي الجسم عند الإستعمال الخاطئ.
 - ز. بعض أنواع الأدوية قد تتفاعل مع الأدوية الأخرى إذا كان الشخص يعاني من أمراض أخرى وذلك يؤدي إلى عواقب وخيمة. كما وقد يكون تأثيره فتاكاً عند تناول بعض أنواع الأطعمة معه أو عند شرب الكحول.
 - ح. عند تناول الدواء لعلاج حالة مرضية معينة يمكن أن يكون تأثير هذا الدواء سلبياً على مرض آخر يعاني منه الشخص.

هل هناك مجموعة معينة معرضة أكثر من غيرها لمخاطر

العلاج الذاتي؟

نعم، يجب على الفئات التالية توخي الحذر تجاه الأدوية:

١. كبار السن:

تعاطي كبار السن لبعض الأدوية بدون إستشارة الطبيب قد تؤدي إلى إرتفاع في ضغط الدم، أو قد تؤدي إلى أمراض القلب. إن كبار السن معرضين للإصابة بالنزيف عند تناول المستمر لبعض أنواع مسكنات الألم

٢. خلال الحمل أو الرضاعة الطبيعية:

بعض الأدوية قد تكون آمنة للأم حيث يمكن تعاطيها ولكن في الوقت ذاته تكون مؤذية للجنين عند إختراقها للمشيمة أو للطفل الرضيع عند إختلاط الدواء بحليب الأم.

٣. بعض الحالات الأخرى:

الأشخاص الذين يعانون من إرتفاع في ضغط الدم، أو السكري، أو أمراض في القلب، أو الربو، أو القرحة يجب عليهم مراجعة الطبيب قبل تناول أي دواء.

ما السبب في زيادة لجوء الناس إلى العلاج الذاتي؟

يرجع السبب في زيادة العلاج الذاتي إلى ما يلي:

١. إرتفاع كلفة العلاج الطبي وعدم توفره لبعض الطبقات الإجتماعية.
٢. عدم توفر الوقت الفارغ لمراجعة الطبيب.
٣. عدم الإزعاج.
٤. نصيحة الأصدقاء من حوله أو أحد ما تعرض لنفس العلة المرضية.
٥. العروض من جانب شركات الأدوية.
٦. تصفح الإنترنت.