



Φαρμακευτικός
Σύλλογος
Ροδόπης

ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ

ΓΙΑ ΤΗΝ ΟΡΘΗ ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΦΑΡΜΑΚΩΝ

Το φάρμακο ανάλογα με τη δόση του γίνεται ίαμα ή δηλητήριο!



- Δεν λαμβάνουμε κανένα φάρμακο, επειδή μας το προτείνει ένας φίλος ή γνωστός, αλλά πάντα απευθυνόμαστε στον φαρμακοποιό ή στον γιατρό μας.

- Όλα τα φάρμακα, και όσα δεν συνταγογραφούνται (Μ.Υ.ΣΥ.ΦΑ), θέλουν μεγάλη προσοχή, γιατί έχουν σοβαρές παρενέργειες και αλληλεπιδρούν με άλλα φάρμακα ή τροφές. Προσοχή λοιπόν, αφού με τη σύγχρονη χορήγηση φαρμάκων δυνατόν να έχουμε αύξηση, μείωση ή και μηδενισμό της δραστηριότητας κάποιου από αυτά. Όταν παρατηρήσουμε κάποια ανεπιθύμητη ενέργεια την αναφέρουμε στον φαρμακοποιό ή στον γιατρό μας.



- Πάντα διατηρούμε τα φάρμακα σε ξηρό περιβάλλον με θερμοκρασία κάτω των 25 βαθμών ή στο ψυγείο, εάν αυτό ορίζεται στο φύλλο των οδηγιών ή επί της συσκευασίας.

- Φάρμακα, όπως τα ηρεμιστικά, αντιισταμινικά, αντικαταθλιπτικά, αντιπαρακινσονικά, αντιεπιληπτικά, οφθαλμολογικά, και μυοχαλαρωτικά **μπορούν να επηρεάσουν αρνητικά την ικανότητα οδήγησης.**



- Όσο μεγαλώνουμε, η απορρόφηση των φαρμάκων και των τροφών επηρεάζεται. **Συνεπώς στους ηλικιωμένους, οι οποίοι λαμβάνουν και περισσότερα φάρμακα, μεγαλώνει ο κίνδυνος αλληλεπιδράσεων μεταξύ των φαρμάκων και εμφανίζονται περισσότερες παρενέργειες.**

- Τα παιδιά έχουν μεγαλύτερη ευαισθησία στα φάρμακα λόγω της μικρότερης μάζας του σώματός τους. Συνεπώς απαιτείται ιδιαίτερη προσοχή στη δοσολογία των φαρμάκων, όπως και στο να φυλάσσονται σε σημεία που δεν είναι προσιτά στα παιδιά.

- **ΤΑ ΑΝΤΙΒΙΟΤΙΚΑ ΔΕΝ ΕΧΟΥΝ ΚΑΜΜΙΑ ΔΡΑΣΗ ΣΤΟΥΣ ΙΟΥΣ ΚΑΙ ΣΥΝΕΠΩΣ ΔΕΝ ΤΑ ΛΑΜΒΑΝΟΥΜΕ ΣΤΙΣ ΙΩΣΕΙΣ.**

Τα αντιβιοτικά πρέπει να χορηγούνται μόνο με ιατρική συνταγή. Η άσκοπη και αλόγιστη χρήση τους οδηγεί σε αντοχή των μικροβίων και σε απώλεια της δραστηριότητας των αντιβιοτικών. Εάν τα αντιβιοτικά χάσουν τη δραστηριότητά τους, πολλές από τις λοιμώξεις που σήμερα θεραπεύονται, μπορεί να γίνουν θανατηφόρες.

Τα τελευταία 30 χρόνια δεν έχει ανακαλυφθεί καινούργιο αντιβιοτικό και ήδη έχουμε θανάτους από ανθεκτικά μικρόβια. Αυτός είναι ένας σοβαρός λόγος για να διατηρήσουμε τα υπάρχοντα αντιβιοτικά αποτελεσματικά. Η καθαριότητα και η αποφυγή ή ο περιορισμός μετάδοσης των μικροβίων είναι απαραίτητα.



- **Η πρόληψη και ο εμβολιασμός σώζει τις ζωές μας.** Δεν αμελούμε να κάνουμε προληπτικές ιατρικές και εργαστηριακές εξετάσεις - check up.

- **Ο εμβολιασμός προλαμβάνει παγκοσμίως σήμερα 2-3 εκ. θανάτους και αναπηρίες κάθε χρόνο** και αποτελεί μία από τις πλέον επιτυχημένες παρεμβάσεις στη δημόσια υγεία. Σε χώρες όπου δεν υπάρχει οργανωμένο πρόγραμμα εθνικού εμβολιασμού οι θάνατοι φθάνουν μέχρι 28%.

Τα εμβόλια, όπως όλα τα φάρμακα, μπορεί να έχουν και αυτά παρενέργειες. Η σχέση όμως οφέλους προς ζημία καθιστά επιτακτική την ανάγκη του εμβολιασμού. Δεν προκαλούν αυτισμό!



ΤΗΛΕΦΩΝΑ ΑΝΑΓΚΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΔΗΛΗΤΗΡΙΑΣΕΩΝ 210 7793777
ΕΚΑΒ 166

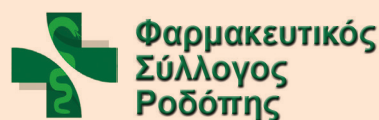
ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ:
ΟΡΦΕΑΣ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ 25310 81750
ΟΚΑΝΑ 1031
210 8898200

Εθν. Οργ. Φαρμάκων 213 2040000
Γ.Ν. ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ 25313 51100
Κ. ΥΓΕΙΑΣ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ 25310 59290
Κ. ΥΓΕΙΑΣ ΣΑΠΩΝ 25323 50000
Κ. ΥΓΕΙΑΣ ΙΑΣΜΟΥ 25343 50000
Γ.Ν. ΑΛΕΞ/ΛΗΣ 25513 51000
ΓΙΑ ΤΟ AIDS 2107222222
ΦΑΡΜΑΚ. ΣΥΛΛΟΓΟΣ 2531 555555
ΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ 25310 70877
ΟΔΟΝΤ. ΣΥΛΛΟΓΟΣ 25310 70877
ΔΙΩΞΗ ΗΛ. ΕΓΚΛΗΜΑΤΟΣ 109



- Τα ναρκωτικά, η νικοτίνη (κάπνισμα) και το αλκοόλ είναι εξαιρετικά εθιστικές ουσίες με ανεπανόρθωτες συνέπειες για τον οργανισμό. Σε εκείνα που προκαλούν εθισμό συγκαταλέγεται πλέον και το διαδίκτυο! Απαιτείται μεγάλη προσοχή στη χρήση του διαδικτύου ειδικά από τους νέους!
- Στα ναρκωτικά, ο χρήστης συνθιξίζει γρήγορα την ουσία, γίνεται εξαρτημένος από αυτήν, εγκαταλείπει κάθε άλλη δραστηριότητά του (κοινωνική, επαγγελματική, ψυχαγωγική κ.τ.λ.) και αφιερώνει όλο το χρόνο του αποκλειστικά γύρω από τη δόση του. Οι επιπτώσεις δραματικές: από ντελίριο, σπασμούς, κώμα, καρδιακή προσβολή, αναπνευστική ανεπάρκεια, νεφρική βλάβη, απώλεια αισθήσεων μέχρι και ξαφνικό θάνατο.
- Νικοτίνη - Τσιγάρο. Από τις 4000 περίπου βλαβερές χημικές ενώσεις που παράγονται κατά τη διάρκεια του καπνίσματος **οι 69 είναι και καρκινογόνες**. Το κάθε τσιγάρο αφαιρεί 11 λεπτά ζωής.
- Τα αναβολικά έχουν σοβαρές παρενέργειες όπως ακμή, αυξημένη επιθετικότητα, στειρότητα, ανικανότητα, νεφρική βλάβη, γυναικομαστία, αλωπεκία, αναστολή της σωματικής ανάπτυξης (έφηβοι), υπερτροφία προσάτη, τριχοφυΐα στα κορίτσια, χοντρή φωνή, διαταραχές περιόδου, κατάθλιψη, βιαιότητα, κ.ά.
- Η πώληση φαρμάκων στο διαδίκτυο είναι παράνομη και τα σκευάσματα αυτά μπορεί να είναι επικίνδυνα για τον άνθρωπο. Συμπληρώματα διατροφής, βιταμίνες και προϊόντα υγιεινής βρέθηκαν να πωλούνται χωρίς άδεια του ΕΟΦ και με μηδενικές, λιγότερες ή αυξημένες δραστικές ουσίες ή και με αδήλωτα απαγορευμένα δραστικά συστατικά, όπως αμφεταμίνες, αναβολικά κ.λπ.
- Η Δίωξη Ηλεκτρονικού Εγκλήματος της ΕΛ.ΑΣ. σε συνεργασία με την INTERPOL ανακαλύπτει συνεχώς πολλές τέτοιες περιπτώσεις. Πρόσφατα, φέτος τον Ιανουάριο, βρέθηκαν 16 ιστοσελίδες, με διαχειριστές από Πολωνία, Ουκρανία και Ηνωμ. Βασίλειο, να πωλούν πλαστά φάρμακα και βιταμίνες (όπως π.χ. με την απαγορευμένη φαρμακευτική ουσία σιβουτραμίνη για το αδυνάτισμα).
- Δεν πετάμε τα ληγμένα ή τα αχρησιμοποίητα φάρμακα μαζί με τα άλλα απορρίμματα, αλλά μόνο στους πράσινους κάδους, που κατασκευάσαμε και υπάρχουν στα φαρμακεία. Έτσι με την κατάλληλη καταστροφή των ληγμένων (με πυρόλυση σε ειδικά εργοστάσια) φροντίζουμε το περιβάλλον και την υγεία μας, αφού δεν αφήνουμε πιθανότητες να μολυνθεί ο υδροφόρος ορίζοντας ή η ατμόσφαιρα. Τα μη ληγμένα τα αποστέλλουμε με εθελοντικές οργανώσεις υγείας σε δοκιμαζόμενες ομάδες συνανθρώπων μας.
- Ο φαρμακοποιός, 24 ώρες το 24ωρο, είναι διατεθειμένος να σου δώσει συμβουλές για την ορθή χρήση των φαρμάκων σου. Να σου παρέχει υπηρεσίες για την προστασία της υγείας σου, για τις χρόνιες νόσους, τη δοσολογία, τις παρενέργειες και τις αλληλεπιδράσεις των φαρμάκων. Να σε προφυλάξει από ενδεχόμενη υπερβολική ή άνευ λόγου λήψη φαρμάκων και να σε κατευθύνει, εάν έχεις κάποια εξάρτησιν.
- Πριν κάνεις κάτι από μόνος σου, συμβουλέψου πρώτα τον γιατρό ή τον φαρμακοποιό σου!

Αυτό το φυλλάδιο μην το πετάξετε. Κρατήστε το.
Μπορεί να βοηθήσει όλα τα μέλη της οικογένειάς σας!



Κομοτηνή-Φεβρουάριος 2018

Ευχαριστούμε τον Δήμο Κομοτηνής και την ΔΕΥΑΚ για τη σημαντική συμβολή τους στην καμπάνια αυτή.