

دلیل اهمیت OTC ها

داروهای OTC به افراد این امکان را می‌دهد که در کوتاه‌ترین زمان بسیاری از علائم آزاردهنده را از بین ببرند و برخی از بیماری‌ها را به سادگی با صرفه‌جویی در زمان و هزینه و همچنین بدون پرداخت ویزیت برای مراجعه به پزشک معالجه کنند. با این حال، استفاده ایمن از این داروها نیاز به دانش، عقل سلیم و مسئولیت دارد.



عوامل مؤثر بر افزایش مصرف در دنیا

مطالعات، ۴۴ فاکتور اصلی را عامل افزایش مصرف OTC عنوان می‌کنند. کشورهایی که جمعیت بیشتری دارند، مصرف کنندگان هم بیشتر هستند. در دسترس بودن مراقبت‌های بهداشتی، باورهای فرهنگی مثل خوددرمانی یا دسترسی به اطلاعات در اینترنت، همچنین تفاوت در مقررات حاکم بر در دسترس بودن دارو هم ۳ عامل دیگر هستند.



وقتی خودتان دکتر می‌شوید

خرید برخی داروها نیازی به نسخه پزشک ندارد و این اقدام بر اساس تقاضای مراجعه‌کنندگان فروخته می‌شود؛ داروهایی که به آنها OTC می‌گویند

مهم‌ترین مسئله درباره داروهای بدون نسخه یا OTC راحتی و دسترسی سریع به آنهاست؛ اینکه بیماران برای دردهای ساده از جمله تسکین دردهای عضلانی و استخوانی یا برطرف کردن علائم سرماخوردگی، آنفلوآنزا و حتی تقویت، رفع اسهال و یبوست، حساسیت فصلی و... بدون مراجعه به پزشک و پرداخت هزینه ویزیت، داروی موردنیازشان را خریداری می‌کنند؛ داروهایی که در دسته مسکن‌ها، داروهای ضدالتهاب غیراستروئیدی، آنتی‌هیستامین‌ها، ضداحتقان‌ها و ضدسرفه‌ها تقریباً مشکل بیماران را با مصرف در بازه زمانی کوتاه مدت برطرف می‌کنند. در این شرایط هم بیمار با تصور اینکه برای مشکلات جزئی و کوچک لزومی به مراجعه به پزشک ندارد، به سادگی داروی مورد نظرش را از قفسه داروخانه‌ها انتخاب و خرید می‌کند، اما مطالعات نشان داده که میزان مصرف کنندگان از عوارض این داروها بسیار کم است.

داروهای OTC نشان داد که تقریباً ۲۵ درصد از افراد در معرض خطر مصرف بیش از حد این دارو هستند؛ چون عمده آنها قادر به تعیین دوز استاندارد آن نبودند. مسمومیت با استامینوفن هم یکی از شایع‌ترین دلایل مسمومیت و مرگ ناشی از مصرف این دارو در دنیاست یا دارویی مثل ایبوپروفن ممکن است باعث زخم و خونریزی روده شود و بیمار را در معرض خطر حمله قلبی یا سکته قرار دهد.

یکی از ویژگی‌های مثبت داروهای بدون نسخه، صرفه‌جویی در هزینه برای بیماران و مراکز درمانی است و علاوه بر این در درازمدت هم سود سرشاری را برای شرکت‌های داروسازی به دلیل تولید این داروها داشته است. اما بیماران باید آگاه باشند که در دسترس بودن یا ارزان شدن رفع مشکل‌شان به وسیله داروهای OTC به معنای بی‌خطر بودن آنها نیست، بلکه می‌تواند آسیب به سلامتی آنها را هم به دنبال داشته باشد. یک مطالعه منتشر شده درباره آسیب استامینوفن به‌عنوان یکی از

نام‌آشناهای پرخطر

این داروها محدودیت خرید ندارند



داروهای (OTC) over the counter همان داروهایی هستند که بدون نسخه پزشک از داروخانه‌ها قابل خریدند. خرید این داروها هیچ محدودیتی برای مصرف کنندگان ندارد و برای یک فرد خاص در نظر گرفته نشده‌اند؛ درست نقطه مقابل داروهایی که تنها باید با نسخه پزشک تهیه شوند و اصطلاح علمی آنها Rx only است. شاید برخی تصور کنند که تنها آسپیرین و استامینوفن یا حتی ژلوفن‌ها داروهای بدون نسخه هستند، اما تمامی مکمل‌های غذایی، مسکن‌ها، ضد حساسیت‌ها، تب‌برها و... زبر مجموعه داروهای بدون نسخه قرار می‌گیرند و در کشورهای مختلف فهرست‌های گوناگونی دارند. برخی کشورها حتی خمیر دندان‌ها، دهان‌شوویه‌ها، برخی از انواع قطره‌های چشمی، پاک‌کننده‌های زگیل، کرم‌ها و پمادهای کمک‌های اولیه حاوی آنتی‌بیوتیک و حتی شامپوهای شوره سر را هم جزو داروهای بدون نسخه در نظر می‌گیرند.

روند مصرف OTC ها در تمام دنیا و ایران رو به افزایش است و در کشوری مثل آمریکا آمار مصرف این داروها از یک سوم جمعیت در سال ۲۰۱۱ به ۸۱ درصد جمعیت در ۲۰۱۸ رسیده است. مسکن‌ها و داروهای سرماخوردگی هم جزو داروهای پر مصرف در ایران به شمار می‌روند. کارشناسان مهم‌ترین دلیل افزایش مصرف را سهولت در استفاده، سرعت در تهیه و ارزان بودن این داروها عنوان کردند. البته لازم است بدانید با اینکه داروهای OTC بدون مشورت با پزشک معالج یا داروساز قابل خرید هستند، اما بیمار باید آگاه باشد که استفاده از این داروها بی‌خطر هم نیست. برخی از این داروها می‌توانند منجر به تداخل دارویی یا عوارض جانبی شوند؛ به همین دلیل در هنگام خرید چنین داروهایی، توصیه می‌شود که مشورت‌های لازم از پزشک داروخانه گرفته و دستورالعمل دوز مصرفی هم رعایت شود.

آگاهی کم از داروهای OTC

نتایج یک مطالعه منتشر شده در پایگاه اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی نشان می‌دهد که از مجموع ۱۱۰۰ بیمار متقاضی دریافت داروهای OTC از داروخانه‌های تهران، قرص استامینوفن، قرص سرماخوردگی بزرگسالان و سوسپانسیون آلومینیوم ام‌جی‌اس در مجموع ۴۳ درصد تقاضاها را به خود اختصاص داده و ۴۱ درصد بیماران هم اطلاعات مطلوبی نسبت به میزان و دوره مصرف داروی خود نداشتند. در این میان تنها ۰.۸ درصد بیماران به‌طور کامل از عوارض جانبی مهم داروی مصرفی خود اطلاعات داشتند. این مطالعه در پایان نشان داد که در سطح داروخانه‌های شهر تهران آگاهی از داروهای OTC، دوز مصرفی، دوره درمان و عوارض جانبی آنها برای بیماران در حد مطلوبی قرار نداشته و این در حالی بوده که رابطه معناداری بین میزان آگاهی و اطلاعات مراجعان با سطح تحصیلات و سابقه مصرف داروی OTC هم وجود داشته است.

از سوی دیگر سرعت دسترسی و استفاده از این داروها علاوه بر نقطه قوت، به‌عنوان یکی از جنبه‌های منفی آن هم مطرح است؛ چون برخی بیماران به محض مواجهه با هر مشکلی و با استفاده بیش از اندازه از این داروها خود را در معرض خطر قرار می‌دهند.

نکته مهم

مهم‌ترین راهکار در این باره افزایش آگاهی و اطلاعات بیمار درباره این داروهاست و اینکه بدانند عامل بسیار مهم درباره این داروها، مصرف صحیح، کاهش مصرف و اطلاع از عوارض جانبی آن است. در این باره کارشناسان حوزه سلامت تأکید می‌کنند که با وجود استفاده از داروهای بدون نسخه در مواجهه با بیماری‌ای از جمله سرماخوردگی باید ۳ نکته مهم هم در نظر گرفته و مصرف دارو قطع شود؛ اول اینکه مصرف داروی سرماخوردگی تهیه شده بدون نسخه پزشک تأثیری بر بهبود حال بیمار نداشته باشد، دوم شدت گرفتن بیماری با وجود مصرف دارو و سوم بروز عوارض جانبی به دلیل مصرف داروهای بدون نسخه است.

مهم‌ترین نکته درباره خرید داروهای بدون نسخه هم تهیه

آنها از داروخانه‌هاست و این توصیه علاوه بر داروها، شامل مکمل‌ها و ویتامین‌ها هم می‌شود.

همچنین بهتر است بیماران مبتلا به دیابت، نقرس، قلبی - عروقی، فشارخون بالا، کلیوی و کبدی، آسم و... مصرف چنین داروهایی را با مشورت پزشک یا داروساز انجام دهند؛ چون احتمال بروز عوارض جانبی در این بیماران بیشتر است. برخی از این داروها هم حاوی بروشورهایی هستند که ترکیبات دارویی، موارد منع مصرف، نحوه تأثیر دارو در بدن، چگونگی نحوه جذب بهتر، دفع و مدت زمان عمر دارو در بدن، عوارض جانبی، تداخلات دارویی، میزان مصرف و توصیه‌های لازم (درباره مصرف بیش از حد، آسیب‌های احتمالی و...) ارائه می‌کنند.

