

یک نظر سنجی درباره اثربخشی

نتایج یک نظر سنجی منتشر شده در chpa.org نشان می‌دهد که ۹۲ درصد از پزشکان آمریکایی داروهای OTC را مؤثر و ۹۱ درصد هم آنها را بی‌خطر می‌دانند. ۸۷ درصد از پزشکان هم معتقدند داروهای OTC بخش مهمی از مراقبت‌های بهداشتی کلی هستند. همچنین ۸۹ درصد از مصرف‌کنندگان آمریکایی معتقدند داروهای OTC بخش مهمی از مراقبت‌های بهداشتی کلی خانواده آنها هستند.



۲۶۰ میلیون مصرف‌کننده در آمریکا

تقریباً از هر ۱۰ آمریکایی، ۹ نفر به‌طور منظم از داروهای OTC استفاده می‌کنند و این داروها بیش از ۲۶۰ میلیون مصرف‌کننده دارند. ارزش بازار داروهای بدون نسخه در آمریکا از ۱۸ میلیون دلار در سال ۲۰۱۹ به ۲۲ میلیون دلار در سال ۲۰۲۳ رسیده است.



همه داروهای بدون نسخه OTC نیستند

داروهای OTC بدون مجوز پزشک فروخته می‌شوند، مثل استامینوفن که مصرف آن هم بالاست. اما به تأکید متولیان نظام سلامت در بازار دارویی کشور مهم‌ترین مسئله خرید داروهای است که در فهرست OTC قرار ندارند، اما بیماران بر اثر تجربه شخصی، تجویز قبلی پزشک و توصیه اطرافیان آنها را بدون نسخه تهیه می‌کنند، مثل آنتی‌بیوتیک‌ها. مصرف این داروها باید تنها با تجویز پزشک انجام شود، اما اکنون آمار فروش این داروها حتی از داروهای که در فهرست اصلی OTC قرار دارند هم بیشتر است و عوارض‌شان هم قابل توجه.

برخی با مصرف این داروها دچار عوارض می‌شوند و برخی دیگر هم عنوان می‌کنند داروهای OTC می‌توانند منجر به مقاومت دارویی شوند که البته نکته درستی نیست. در فهرست داروهای OTC چنین چیزی وجود ندارد، چیزی که باعث اختلال و عوارض در افراد می‌شود همان داروهای تجویزی هستند که بدون نسخه پزشک و خودسرانه مصرف می‌شوند. عرضه چنین داروهای بدون نسخه پزشک تخلف است و نباید از سوی داروخانه‌ها صورت بگیرد اما مسئله اینجاست که تقاضا برای آنها وجود دارد و داروخانه‌ها هم آنها را در اختیار بیماران قرار می‌دهند. اگر قرار باشد درباره داروهای OTC لیستی داشته باشیم، در این فهرست استامینوفن، آنتی‌هیستامین، شربت آلومینیوم ام‌جی‌اس، شربت دیفن‌هیدرامین برای افراد بالای ۱۲ سال، آسپرین، ایبوپروفن ۲۰۰، شیفای‌های آنتی‌همورئید، ژل موضعی پیروکسیکام، دایمتیکون، دایجستیو، بیزاکودیل، پماد زینک‌اکساید، دیمن‌هیدرینات، قرص‌های سرماخوردگی بزرگسالان و کودکان، پماد سوختگی، کرم کالامین، محلول ماینوکسیدین و حتی ویتامین‌ها و مکمل‌ها جای می‌گیرند و آنتی‌بیوتیک‌ها در این فهرست نیستند.

شرط اثربخشی داروی OTC

چند نکته مهم برای مصرف داروهای بدون نسخه در گفت‌وگو با رئیس گروه تجویز مصرف منطقی و اطلاع‌رسانی فرآورده‌های سلامت سازمان غذا و دارو

«زمانی که داروهای تجویزی را تهیه می‌کنید، برای مصرف مطابق آنچه پزشک تجویز و توصیه کرده عمل می‌کنید، درباره داروهای بدون نسخه یا OTC ها هم وضعیت همین است. این داروها تنها زمانی ایمن و مؤثر خواهند بود که مطابق دستورالعمل‌های روی برچسب آنها یا طبق دستور پزشک مصرف شوند». این نکته‌ای است که دکتر راضیه کشاورز ملکی، رئیس گروه تجویز مصرف منطقی و اطلاع‌رسانی فرآورده‌های سلامت سازمان غذا و دارو بیان می‌کند. او در گفت‌وگو با همشهری درباره آمار مصرف این داروها و وضعیت مصرف آنها به سوالات ما پاسخ داده اما تأکید می‌کند «مصرف‌کنندگان این داروها همانطور که دستورات پزشک را برای استفاده از داروی تجویزی نادیده نمی‌گیرند، آگاهی کامل از مصرف داروی OTC را هم نباید نادیده بگیرند.»



پیشنهاد شما برای افرادی که عادت به مصرف داروهای OTC دارند، چیست؟
مهم‌ترین توصیه، مصرف دارو بر اساس دستورالعمل‌های روی برچسب، طبق دستور پزشک یا مشاوره با داروسازی که در داروخانه حضور دارد، است. مردم این داروها را مصرف می‌کنند و این آگاهی ضرورت دارد که در صورت مصرف دارو و تداوم علائم یا رفع نشدن مشکلات‌شان، حتماً دارو را قطع و فوراً به پزشک مراجعه کنند.

آیا گزارش‌هایی از خطرات جدی این داروها برای مصرف‌کنندگان دارید؟
بله، ما گزارش‌هایی از بروز واکنش‌های آلرژیک شدید نظیر واکنش‌های آنافیلاکسی حتی با مصرف مکمل‌ها، ویتامین‌ها یا دیگر داروهای OTC هم داشتیم. نبود آگاهی از تداخلات دارویی و غذایی، اوضاع جسمانی، سن، جنس، شرایط مصرف در دوران بارداری و شیردهی و... می‌تواند عوارض خطرناکی را به دنبال مصرف این داروها بریزد.

آیا مصرف داروهای OTC در ایران آمار بالایی دارد؟

بله. دقیقاً آمار مصرف این داروها در کشور ما بالاست و به‌ویژه داروهای از جمله شربت دیفن‌هیدرامین، قرص سرماخوردگی، قرص استامینوفن، قرص آسپرین و داروهای کودکان مانند سوسپانسیون ایبوپروفن و... بیشتر این آمار مصرف را دارند.

دلیل این آمار بالای مصرف چیست؟

مصرف خودسرانه دارو از سوی افراد، هزینه بالای و بی‌توانی پزشکان، اطلاعات اشتباه در فضای مجازی، اعتماد نداشتن به پزشک، ترجیح نظرات و سلاقی بیمار بر پزشک معالج، ترجیح توصیه‌های غیراصولی افراد به یکدیگر به جای مسائل تجربی از جمله عوامل مؤثر در مصرف بالای داروهای OTC در کشور هستند.

مهم‌ترین توصیه شما برای مصرف این داروها چیست؟

برچسب داروها را به‌صورت دقیق مطالعه و به‌مطالب درج‌شده توجه کنید. از تاریخ انقضا و شرایط نگهداری داروها هم آگاهی کسب کنید. از مصرف داروها به‌صورت خودسرانه و بدون تجویز پزشک حتی درباره داروهای OTC اجتناب شود. در صورتی که دریافت اطلاعات از پزشک میسر نبود، حتماً از داروسازی که در داروخانه حضور دارد در خصوص نحوه مصرف و سایر اطلاعات مربوطه، مشاوره بگیرید.

چه راهکارهایی

برای کاهش مصرف این داروها توصیه می‌شود؟
مصرف داروهای بدون نسخه (OTC) در سراسر جهان روند افزایشی دارد چون دسترسی آسان به این داروها باعث شده تا مردم با توجه به نسخه‌های قبلی،



توصیه‌های عوامل خارج از نظام سلامت از جمله خانواده، دوستان، شبکه‌های اجتماعی، موتورهای جست‌وجوی اینترنتی و... اقدام به خوددرمانی کنند. در این باره افزایش آگاهی، آموزش عمومی، فرهنگسازی، اصلاح باورهای غلط اجتماعی و فردی می‌تواند تأثیرات بسزایی در کاهش مصرف این داروها داشته باشد.

آیا داروهای OTC می‌توانند منجر به تشدید بیماری یا مقاومت به درمان شوند؟

به‌خودی‌خود خیر، اما اگر داروی مناسب، با دوز و مقدار مناسب و در زمان مناسب انتخاب و مصرف نشود، تأثیری بر بهبود بیماری نخواهد داشت. علاوه بر آن ممکن است فرد دچار عوارض دارویی شود.

هر میزان مصرف این داروها

خالی از اشکال است؟
زمانی که صحبت از این داروها می‌شود، مقدار بیشتر لزوماً به معنای تأثیر بهتر نیست. هرگز نباید داروهای OTC را با مصرف طولانی‌تر یا با دوزهای بالاتر از آنچه در برچسب توصیه می‌شود، استفاده کنید. در صورتی که پس از مصرف باز هم علائم ادامه داشت، زمان مراجعه به پزشک فرارسیده است. بی‌توجهی به این علائم و مصرف خودسرانه، بیشتر و طولانی‌تر از حد متعارف داروهای OTC، نه تنها پیشرفت بیماری را کنترل نمی‌کند بلکه عوارض دارویی هم رخ خواهد داد.

برای کنترل مصرف خودسرانه

داروهای OTC چه باید کرد؟
عواملی از جمله مصرف بیش از مقدار توصیه‌شده این دارو، طولانی‌تر از زمان توصیه‌شده و بدون توجه به هشدارها و موارد درج‌شده روی برچسب دارو، همچنین مصرف این داروها بدون تجویز پزشک و داروساز، مصرف خودسرانه است. باید در این باره آموزش‌های دقیق و فرهنگسازی به‌عموم مردم جامعه صورت گیرد. مردم نباید تصور کنند که این داروها خطرات و عوارض کمی دارند و مهم نحوه مصرف آنهاست که بتواند نتیجه درست را برایشان به‌همراه داشته باشد.

