الاستخدام الآمن للمسكنات.. مسؤولية تبدأ بالوعي

- قراءة النشرة الداخلية للدواء.
- الالتزام بالجرعات الموصى بها.
- التأكد من المادة الفعالة قبل تناول أي مستحضر آخر.
- عدم استخدام الأدوية الموصوفة للآخرين.
- استشارة الصيدلي عند وجود أي استفسار.
- الإبلاغ عن أي أعراض جانبية للطبيب.

أبرز البدائل الطبيعية لتخفيف آلام الجسم

1- الكركم: مضاد الالتهاب الأقوى طبيعيًا

2- الزنجبيل: علاج طبيعي لآلام العضلات والمغص

3- زيت النعناع: مهدئ فوري للصداع

4- البابونج: مهدئ عام ومضاد للتشنجات

5- الثوم: مسكن طبيعي قوي مضاد للبكتيريا

6- المغنيسيوم: معدِن يخفف التشنجات



"استخدم المسكنات بوعي.. فسلامتك تبدأ من الاستخدام الصحيح للدواء"

مع تحيات قطاع خدمه المجتمع وتنمية البيئة- المبنى الإداري الدور الثالث - كلية الصيدلة (ت داخلى: 1547)

Email: VC_Enviro_Sec@pharm.aun.eg

النشـــــرة البيئية



يصدرها قطاع خدمة المجتمع و تنمية البيئة

كليه الصيدلة- جامعة اسيوط

نوفمبر- 2026

تحت رعـــــاية

أ.د. احمـــد عبد المولى

رئيـــــس جامعـــــة اسيـــــوط

أ.د. محمـــد احمـــد عـــدوى

نائب رئيس جامعة أسيوط لشئون خدمه المجتمع وتنمية البيئة

أ.د. جيهـــان نبيـــل فتيـــح

عميـــد كليـــة الصيدلـــة

أ.د. نهـــى ناهـــض عطيـــة

وكيل كليه الصيدلة لشئون خدمه المجتمع وتنمية البيئة

الاستخدام الخاطئ للمسكنات.. مخاطر لا ينبغي تجاهلها



1- الاعتقاد بأن المسكنات آمنة تمامًا لأنها تُصرف دون وصفة طبية.

2- الاعتقاد بأن زيادة الجرعة تؤدي إلى تسكين الألم بصورة أسرع.

3- الاعتقاد بأن جميع المسكنات لها التأثير والمخاطر نفسها.

الاعتقاد بأن تناول المسكنات مع الطعام يمنع جميع آثارها الجانبية.

5- الاعتقاد بأن استخدام المسكنات لفترات طويلة لا يسبب أضرارًا إذا لم تظهر أعراض.

التداخلات الدوائية عند استخدام المسكنات

- مخاطر الجمع بين أكثر من مسكن دون مراجعة المواد الفعالة.
- التداخل بين بعض المسكنات وأدوية سيولة الدم.
- تأثير بعض المسكنات على فعالية أدوية علاج ارتفاع ضغط الدم.
- زيادة احتمالات المضاعفات عند استخدام المسكنات مع بعض الأدوية المدرة للبول.
- أهمية إبلاغ الطبيب والصيدلي بجميع الأدوية والمكملات الغذائية المستخدمة.

المسكنات والفئات الأكثر احتياجًا للحذر

- كبار السن وزيادة احتمالات الآثار الجانبية.
- مرضى الكلى والكبد.
- مرضى قرحة المعدة والجهاز الهضمي.
- مرضى ارتفاع ضغط الدم وأمراض القلب.
- السيدات أثناء الحمل والرضاعة.
- الأطفال وضرورة الالتزام بالجرعات المناسبة للعمر والوزن.



متى يصبح تناول المسكنات مؤشرًا يستدعي مراجعة الطبيب؟

- استمرار الألم رغم استخدام المسكنات.
- تكرار الحاجة إلى المسكنات بصورة متقاربة.
- ظهور أعراض غير معتادة بعد تناول الدواء.
- وجود ألم متكرر دون تشخيص واضح.
- الحاجة إلى استخدام المسكنات لفترات ممتدة .