



مرکز آموزشی درمانی الزهراء (س)

گروه مراقبتهای دارویی

واحد DPIC

خبرنامه اسفند ماه 1391



هیئت تحریریه: دکتر رضا حیدری

دکتر عفت نصری

دکتر حمید رضا کریم نژاد زهرا مصطفوی

عالم پیر دگر باره جوان خواهد شد

نفس باد صبا مشک فشان خواهد شد

چشم نرگس به شقایق نگران خواهد شد

ارغوان جام عقیقی به چمن خواهد داد

با سرا پرده گل نعره زنان خواهد شد

این تطاول که کشید از غم هجران بلبل

مجلس و عطر دراز است و زمان خواهد شد

گر ز مسجد به خرابات شدم خرده مگیر

مایه نقد بقا را که ضمان خواهد شد

ای دل ار عشرت امروز به فردا فکنی

گه به باغ آمده از راه و از آن خواهد شد

گل عزیز است غنیمت شمیر بدش صحبت


چند گویی که چنین رفت و چنان خواهد شد

مطر با مجلس انس است غزل خوان و سرود

قدمی نه به وداعش که روان خواهد شد


حافظ از بهر تو آمد سوی اقلیم وجود

خواندنیهای این شماره :

معرفی داروی کسپوفانجین 


چگونه میتوان از قطره یا پماد چشمی استفاده

کرد

استعمال قطره گوشی 

تغییرات انجام شده توسط F.D.A در رابطه با

لواستاتین

راههای مقابله با چاقی شکمی 

معرفی داروی کاسپوفانجین

نام علمی دارو (ژنریک) : Caspofungin Acetate

گروه دارویی : Antifungus داروهای ضد قارچ

موارد مصرف : ضد قارچ (مهارکننده سنتز گلوکان) درمان اسپریتیلوس مهاجم در بیماران مقاوم و یا در بیماران

با عدم تحمل به سایر داروها (آمفوتریسین B)، ایتراکونازول، فرم های لیپیدی آمفوتریسین B



مکانیسم اثر : دارو سبب مهار سنتز β 1,3-glucan دیواره سلولی قارچ می شود . و در نتیجه سبب از هم گسیختگی دیواره سلولی قارچ می شود .

عوارض جانبی : تب ، سر درد ، فلبیت ، تاکیکاردی ، درد معده ، بی اشتها ، تهوع ، اسهال ، استفراغ

تداخل دارویی : 1. مصرف همزمان این دارو با کاربامازپین ، دگزامتازون ، فنی توئین ، ریفامپین ، با این دارو سبب کاهش اثر کاسپوفانجین می شود .

2. سیکلوسپورین ممکن است سبب افزایش مشهود سطح سرمی دارو و نیز ALT شود . مصرف همزمان این دو دارو توصیه نمی شود .

3. مصرف همزمان این دارو با تاکرولیموس سبب کاهش سطح سرمی تاکرولیموس می شود .

مقدار مصرف : در روز اول دوز اولیه 70 mg و در روزهای بعد 50 mg در روز از راه انفوزیون آهسته وریدی در عرض 1 ساعت تجویز می شود .

نحوه آماده سازی ویال : پودر لیو فیلیزه داخل ویال را می توان با اضافه کردن 10/8 ml از سرم نمکی تزریقی ویا آب مقطر استریل قابل تزریق آماده کرد . و این ویال تهیه شده می توان آهسته IV به مدت یکساعت همراه با سرم نمکی تزریقی یا رینگر لاکتات انفوزیون شود ، با سرم قندی سازگاری ندارد و با هیچ داروئی همزمان مصرف نشود .

زمان پایداری دارو: محلول تهیه شده تا 24 ساعت در دمای زیر 25 درجه و 48 ساعت در دمای 2-8 می توان نگهداری کرد

اشکال داروئی : ویالهای حاوی پودر لیوفیلیزه در ویالهای 50 mg و 70 mg در دسترس می باشد .

شرایط نگهداری : ویال باز نشده باید در یخچال و دور از نور نگهداری شود .

چگونه می توان از قطره یا پماد چشمی استفاده کرد ؟

همواره از قطره به هنگام روز و از پماد به هنگام شب استفاده میشود چرا که پماد مدت زمان بیشتری در تماس با چشم قرار می گیرد . پزشک در نسخه دارویی میزان پماد و یا تعداد قطرات (معمولا یک یا دو قطره) را تعیین می کند .



طرز استفاده صحیح از قطره ها

1. دستان خود را بطور کامل با آب و صابون بشویید .
2. از آینه یا شخص دیگری برای ریختن قطره کمک بگیرید .

3. اطمینان حاصل کنید که ترکی یا شکستگی در قطره چکان وجود نداشته باشد و قطره چشمی شفاف باشد .
4. از تماس سر قطره چکان با چشم یا هر شیء دیگری جلوگیری کنید .
5. سر قطره چکان را همواره به پایین بگیرید تا از برگشت قطره به داخل بطری و آلودن کردن ما بقی قطره جلوگیری شود .
6. سر خود را به عقب برگردانید .
7. بطری ما بین انگشت شصت و سبابه نگهدارید قطره چکان را نزدیک پلک اما به نحوی که با آن هیچ گونه تماسی حاصل نکند بگیرید .
8. ما بقی انگشت های خود را روی گونه یا بینی قرار دهید .
9. با انگشت سبابه دست دیگر خود پلک پایین چشم را به سمت پایین بکشید تا حفره های ایجادشود .
10. تعداد قطره تجویز شده را درون حفره بدست آمده از پایین چشم بریزید . با ریختن قطره روی سطح چشم ممکن است احساس سوزش نمایید .
11. چشم خود را به مدت دو تا سه دقیقه ببندید تا دارو در چشمتان باقی بماند .
12. در قطره را محکم ببندید از شستن یا خشک کردن در آن بپرهیزید .
13. هرگونه مایع اضافی را از روی هایتان با دستمال کاغذی تمیزی خشک کنید دست های خود را مجددا بشوید

طرز استفاده صحیح از پماد ها

1. دستان خود را به طور کامل با آب و صابون بشوید .
2. از آئینه یا شخص دیگر جهت گذاشتن پماد کمک بگیرید .
3. از تماس سر پماد با چشم یا هر چیز دیگری جلوگیری کنید پماد باید همیشه تمیز نگه داشته شود .
4. سر خود را به عقب برگردانید .
5. پماد را ما بین انگشت شصت و سبابه نگهدارید و آن را نزدیک پلک اما به نحوی که با آن هیچ گونه تماسی حاصل نکند بگیرید .
6. ما بقی انگشتان خود را روی گونه یا بینی قرار دهید .

7. با انگشت سبابه دست دیگر خود پلک پایینی چشم را به سمت پایین بکشید تا حفره ای ایجاد شود .
8. مقدار کمی از پماد را درون حفره به دست آمده از پلک پایینی و چشم بریزید .
9. به آرامی پلک بزنید .
10. سر پماد را محکم ببندید .
11. هر گونه پماد اضافی را از روی پلک و مژه ها با دستمال کاغذی پاک کنید دستهای خود را مجددا بشویید



استعمال قطره گوش

استعمال قطره گوش در افراد زیر 3 سال

کودک یا شیر خوار را بر روی گوش سمت مقابل بخوابانید . با یک دست لاله گوش را به سمت پایین و عقب بکشید و قطره را به داخل گوش بچکانید .

در افراد بالای 3 سال ، لاله گوش را باید به سمت بالا و عقب بکشید . جهت قطره چکان باید به سمت کانال گوش باشد تا از آسیب رسیدن به پرده صماغ جلوگیری شود . بیمار باید به مدت 5 تا 10 دقیقه در همین حالت باقی بماند .

جهت جلوگیری از ایجاد تهوع و سرگیجه در بیمار قطره گوش را قبل از مصرف گرم کرد .



تغییرات انجام شده توسط F.D.A در رابطه با Lovastatin در سال فوریه 2012

لوستاتین محدودیت دوز

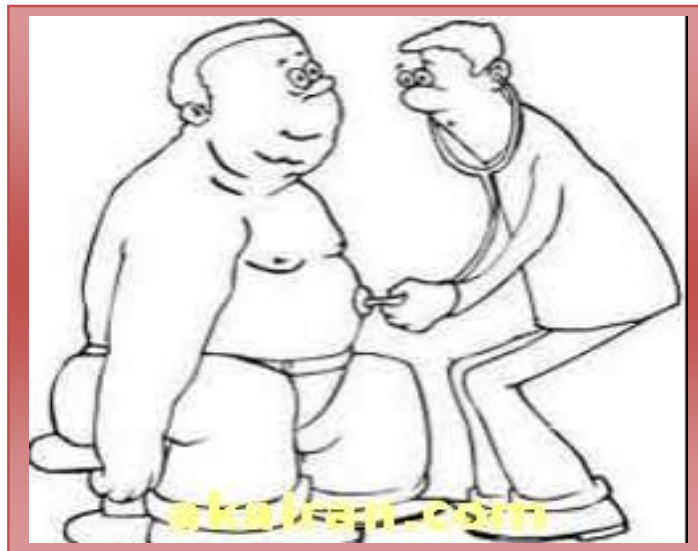
بر چسب قبلی لوستاتین	بر چسب جدید لوستاتین
اجتناب از لوستاتین با : Itraconazole Ketoconazole Erythromycin Clarithromycin Telithromycin HIV protease inhibitors Nefazodone	منع مصرف با لوستاتین : Itraconazole Ketoconazole Posaconazole Erythromycin Clarithromycin Telithromycin HIV protease inhibitors Boceprevir Telaprevir Nefazodone
دوز روزانه لوستاتین بیشتر از 20mg در روز با این داروها نشود . Gemfibrozil	اجتناب با لوستاتین Cyclosporine Gemfibrozil

<p>Other fibrates</p> <p>Lipid_lowering doses (>_1g/day)of</p> <p>Niacin</p> <p>Cyclosporine</p> <p>Danazol</p>	<p>دوز لواستاتین بیشتر از 20 mg در روز با :</p> <p>Danazol</p> <p>Diltiazem</p> <p>Verapamil</p>
<p>دوز لواستاتین بیشتر از 40 mg در روز با این داروها نشود</p> <p>Amiodarone</p> <p>Verapamil</p>	<p>دوز لواستاتین بیشتر از 40 mg در روز با این داروها نشود</p> <p>Amiodarone</p>
<p>اجتناب از مقادیر زیاد عصاره گریپ فروت بیشتر از 1 کوارت روزانه</p>	<p>اجتناب از مقادیر زیاد عصاره گریپ فروت بیشتر از 1 کوارت روزانه</p>

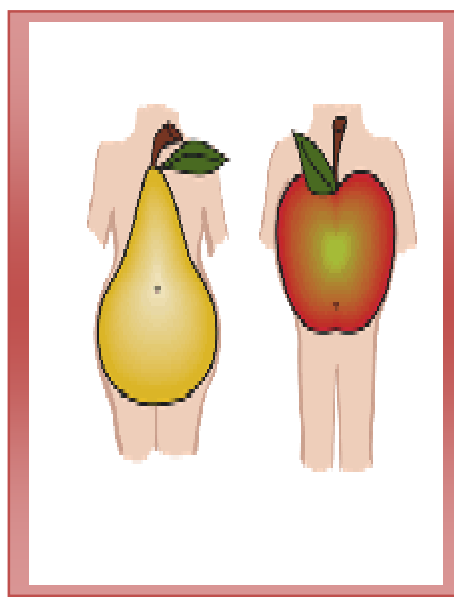


راه های مقابله با چاقی شکمی

طبق تحقیقات دور کمر کمتر از 90 طبیعی و دور کمر بین 90 تا 95 نشان دهنده چاقی شکمی است و نیاز به درمان دارد . اگر دور کمر بالاتر از 95 سانتی متر باشد فرد به چاقی شکمی حاد مبتلا است و حتما نیازمند درمان های پزشکی است . در رابطه با علل ، عوارض و راه های پیش گیری از بروز چاقی شکمی متخصصان تغذیه نظرات مختلفی دارند .متخصصان تغذیه در این باره میگویند : مشکل بزرگ بودن شکم شاید در کشور های شرقی که حجم غذا ها بسیار بالا است و افراد در هر وعده غذایی غذای سنگین و پر حجم مصرف می کنند بیشتر باشد . به تدریج افراد یاد می گیرند برای پر کردن آن حجم بیشتر و بیشتر بخورند و معده شان در واکنش به این پر خوری افزایش حجم پیدا خواهد کرد . معده بزرگ بر آمدگی در بالای شکم قابل مشاهده است اما چاقی شکمی در پایین شکم وجود دارد . اختلالات گوارش ، ترشحات اسید بیش از حد ، ورم دستگاه گوارش فوقانی اعم از معده ، مری و اثنی عشر نیز در طول زمان به برآمدگی در ناحیه بالایی شکم منجر خواهد شد سلامت فرد به شدت به خطر می اندازد و هم اکنون عوارض آن از خود چاقی بیشتر شده است . چاقی ریشه بسیاری از بیماریهای متابولیک مثل دیابت ، افزایش چربی خون و فشار خون و بیماریهای قلبی و عروقی است . از سبک زندگی شهر نشینی ، افزایش فست فود و عدم تحرک در بروز چاقی شکمی را نمی توان چشم پوشی کرد . یکی دیگر از بیماری هایی که اخیرا شیوع بی رویه ای پیدا کرده است ، کبد چرب است . در کشوری مثل ایران بعلت مصرف فست فودها ، غذاهای چرب و تحرک نداشتن چاقی شکمی و سپس کبد چرب در بسیاری از مردم رواج یافته است . البته نباید زمینه های ارثی را در بروز چاقی و چاقی شکمی انکار کرد اما نکته این جاست که افزایش شمار مبتلایان به چاقی شکمی و چاقی مفرط بیشتر به سبک زندگی مرتبط است تا تظاهرات ژنتیکی . به عبارتی عوامل محیطی یعنی تغذیه نامناسب ، تحرک نداشتن و مصرف برخی داروهای هورمونی مهم ترین عوامل افزایش چاقی شکمی در اکثر جوامع است . استفاده از داروهای هورمونی باعث می شود چربی ها به نوعی در ناحیه شکم تجمع پیدا کنند و سلول های چربی که به آن ها " سلولیت " می گوئیم در شکم پیدا میشوند . غذاهای سالم به همراه تحرک بدنی یعنی همان شیوه مقابله با چاقی ، راه حل مقابله با چاقی شکمی نیز هست . همواره و در همه حال متخصصان تغذیه استفاده از مواد غذایی حاوی کربوهیدرات های پیچیده را توصیه می کنند و در مقابل استفاده نکردن از شیرینی جات یا مواد قندی که سریع جذب بدن می شوند و در متابولیسم بدن تبدیل به بافت چربی می شوند ، کنار گذاشتن فست فودها و نوشابه های معمولی و رژیم برای مبارزه با چاقی شکمی توصیه می شود، در کنار این ها فعالیت بدنی منظم می تواند در مقابله با افزایش وزن و چاقی بسیار موثر باشد . فعالیت بدنی می تواند ساده ترین آن یعنی پیاده روی باشد و تحقیقات نشان داده که پیاده روی منظم 7 تا 10 درصد از وزن مبتلایان به چاقی مفرط را کم می کند و چاقی شکمی آن ها قابل کنترل میشود .



نکته این جاست که با همین مقدار کاهش وزن ، بسیاری از اختلالات متابولیک ناشی از چاقی در افراد چاق کنترل خواهد شد . این متخصصین تغذیه با اشاره به تلاش خانمها برای کوچک کردن شکم و انواع وسیله هایی که برای کوچک کردن شکم در بازار با تبلیغات فراوان فروخته می شود تاکید میکنند : هیچ دارویی معجزه آسایی در هیچ کجای دنیا برای ریشه کنی چاقی و چاقی شکمی وجود ندارد . بسیاری از این دستگاه ها فقط جنبه تبلیغاتی دارند و حتی داروهایی که استاندارد هستند و مجوز دارند ، به طور لحظه ای اثر گذار نیستند یعنی باید ضمن رعایت رژیم غذایی سالم و تحرک بدنی کافی از این داروها با تشخیص پزشک استفاده کرد درباره دستگاه های کوچک کننده شکم نیز باید گفت مطالعه علمی در این زمینه وجود ندارد . حتی درباره لیپوساکشن باید گفت فرد به تنهایی نمی تواند با انجام این عمل از چربی اضافه بدنش برای همیشه راحت شود زیرا تناسب اندام جز با رعایت رژیم غذایی متعادل داشتن تحرک بدنی کافی امکان پذیر نیست درباره شیوه های سنتی کوچک کردن شکم به وسیله مصرف سرکه یا آب ولرم با آلبیمو ، این شیوه ها تجربی است و پشتوانه علمی ندارد . اما واقعیت این است که به 2 دلیل کارآیی ندارد از یک طرف افرادی که دچار چاقی شکمی هستند وابستگی شدیدی به مواد غذایی لذیذ دارند و در طولانی مدت نمی توانند روز خود را با خوردن سرکه شروع کنند و از طرف دیگر وقتی این مواد اسیدی به صورت ناشتا مصرف شود به ویژه در کسانی که رژیم غذایی نامناسبی دارند و دستگاه گوارش آن ها دچار اختلال است ، مشکلات گوارشی آن ها 2 برابر می شود و گاه حتی پس از مصرف چند ماهه این مواد ، قادر به در پیش گرفتن یک رژیم غذایی عادی نیز نخواهد بود . در مورد مصرف برخی مواد غذایی مانند حبوبات نیز باید گفت نحوه پختن آن ها و نگه داشتن تعادل بسیار مهم است . بهتر است قبل از پختن ، حبوبات را خیس کرده آب آن را دور بریزیم و سپس بپزیم و از طرفی آن را بیش از حد مصرف نکنیم . از طرفی اصولا باید سعی کنیم سرعت خوردن غذا را کم کنیم ، آهسته بخوریم تا مغز فرصت کند سیگنال های سیری را دریافت کند و کسانی که دارای چاقی شکم هستند هم باید حتما در ابتدای غذا سالاد و سبزیجات بخورند تا حجم زیادی از معده شان که بزرگ شده پر شود و سپس اقدام به خوردن غذای اصلی کنند و درباره ماساژ شکم نیز باید گفت واقعیت این است که این کار جنبه علمی ندارد این روش در افراد مختلف با اندام مختلف و با شرایط مختلف قابل اجرا نیست زیرا استاندارد نشده و از طرفی معجزه نمی کند و هیچ روش مقابله با چاقی بدون رژیم غذایی سالم و تحرک کافی جواب گو نخواهد بود .



References:

European medicines agency's list of authorized medicines for human use

Deresinski SC Stevens DA (2003) Caspofungin

Cohen DE Anania FA Chalasani N for the national lipid association statin safety

Task force liver Expert panel . An assessment of statin safety by hepatologists

www.F.D.A.gov/safety/medwatch/safety_information/safety_updated_drug_labeling_changes

Recommendations of the national lipid Association statin safety Assessment task force .