

• امحای نادرست داروها چه خطراتی دارد؟

بسیاری از ما کم‌د یا کشوهای پر از دارو داریم که تاریخ مصرف آنها تمام شده یا داروهایی که دیگر مورد نیاز نیستند. مشکل این است که دور ریختن دارو واقعاً چیزی نیست که بسیاری از ما به آن فکر می‌کنیم. ما فرض می‌کنیم که دقیقاً مانند هر چیز دیگری است که آن را می‌خرید، از آن استفاده می‌کنید و سپس باقیمانده‌ها را دور می‌ریزید درست است؟ خوب، نه دقیقاً واقعیت این است که خلاص شدن از شر داروها به طور نادرست و غیر اصولی می‌تواند برای ما و محیط زیست خطرناک باشد. مثلاً:

۱- در صورتی که دفع فرآورده‌های دارویی به شکل اصولی صورت نگیرد ممکن است دارو به دست زباله دزدان یا کودکان بیفتد.

۲- دزدی از محل تجمع داروهای تاریخ گذشته در زمان امحا ممکن است به عرضه مجدد آن دارو در بازار یا استفاده اشتباه منجر شود.

۳- اگر پزشک برای شخصی آنتی‌بیوتیک، داروهای شیمی درمانی یا هورمونی تجویز کرده باشد و این داروها به درستی دفع نشوند به شدت برای محیط زیست انسان‌ها و سلامتی ما مضر هستند.

۴- بعضی از زباله‌های دارویی مثل سرنگ‌ها و نیدل‌های نوک تیز در صورت درست دفع نشدن ممکن است برای جمع‌آوری کنندگان زباله خطرناک باشند و در بدنشان فرو رفته و بیماری ایجاد کنند.

• چرا دفع آنتی‌بیوتیک، داروهای شیمی درمانی و هورمونی به صورت غیر اصولی مضر است؟

اگر فرد به طور کامل دوره مصرف آنتی‌بیوتیک را تمام نکرده باشد در صورتی که به صورت نادرست دورریخته شوند و در زباله معمولی خانه انداخته شوند می‌توانند از طریق آب‌های زیرزمینی مجدداً به چرخه زندگی ما و مصرف غذاها برگشته و باعث ایجاد مقاومت میکروبی برای انسان‌ها بشوند. در حقیقت میکروب‌های مضر نسبت به این آنتی‌بیوتیک‌ها در خود تغییراتی ایجاد کرده و مقاوم می‌شوند و دوران درمان بیماری‌های عفونی و همین‌طور دوره بستری در بیمارستان بیشتر شده و امکان موفقیت در درمان‌هایی مانند پیوند و شیمی درمانی نیز کمتر می‌شود که هر یک از این موارد به تنهایی یک خطر بزرگ محسوب می‌شود. داروهایی که برای شیمی درمانی استفاده می‌شود نیز اگر به نادرستی دفع شوند سرطانزا هستند و معمولاً از طبیعت حذف نمی‌شوند و اگر دقت کافی در امحای آنها صورت نگیرد، می‌توانند به شدت برای سلامت جامعه پرخطر باشند. داروهای هورمونی هم از جمله داروهایی هستند که نباید به صورت بی‌رویه مصرف شده یا دور ریخته شوند. چراکه می‌توانند از طریق طبیعت به ما برگشته و مشکلات سلامتی جدی ایجاد کنند.

• نکاتی برای جلوگیری کردن از دفع بیش از حد داروها

۱- از امروز تلاش کنیم که دارو را فقط برای مشکلی که واقعا وجود دارد و مطابق با دستور پزشک، مصرف کنیم.

۲- وجود برخی داروهای ضروری در منزل خوب است، اما همین داروها را هم با کمک داروساز برای منزل فراهم کنید و از نگهداری انواع مسکن‌ها و آنتی‌بیوتیک‌ها در منزل بیش از آنچه پزشک برای بیماری شما تجویز کرده خودداری کنید.

۳- به عنوان یک قانون کلی، باید هر دارویی را که دیگر استفاده نمی‌کنید دور بریزید.

۴- توصیه می‌شود یک جعبه از داروهای بدون نسخه ضروری در خانه باشد اما باید توجه داشت که نگهداری مقدار بیش از حد دارو یا داروهای تجویزی باقیمانده می‌تواند به طور بالقوه خطرناک باشد و باید از آن اجتناب کرد.

۵- از تجویز یا دادن داروهای اضافه خود به دیگران هم جدا خودداری کنید.

۶- به طور کلی زمانی باید دارو را دور بریزید که تاریخ انقضای آن گذشته است، زمان و دلیل استفاده از آن گذشته است، بسته بندی محافظ آسیب دیده است.

۷- برای اطمینان از اینکه فقط داروهای ضروری و لازم را در خانه خود دارید، مهم است که حداقل هر ۶ ماه یکبار از کابینت داروی خود را چک کنید.

۸- هیچ داروی خریداری شده ای، قابل برگشت به داروخانه یا هیچ مرکز دیگری نیست، مگر برای امحای آن.

• روش صحیح امحای دارو در خانه

۱- جدیداً برخی از داروخانه‌ها در پویشی که توسط سازمان غذا و دارو به راه انداخته شده است داروهای تاریخ گذشته را دریافت کرده و در باکس‌های مشخصی جهت امحای صحیح قرار می‌دهند. باتوجه به اینکه در داروخانه‌ها همکاران داروساز ما حضور دارند و آنها خطرات زباله دارویی را به خوبی درک می‌کنند، می‌توانند تا زمانیکه جمع‌آوری شوند از آنها نگهداری کنند. در نهایت این باکس‌ها از داروخانه‌ها جمع‌آوری شده و از سوی شرکت‌های امحاء کننده دارو، بی‌خطر و به صورت علمی دفع می‌شود.

در صورتی که چنین داروخانه‌هایی در دسترس نباشند لازم است به توصیه‌های کلی زیر جهت امحای داروها توجه نمایید:

۲- حتماً بروشور همراه دارو را مطالعه کنید چراکه برخی داروها روش امحای مشخص دارند و در بروشور ذکر شده است.
۳- بدون اینکه بروشور را مطالعه کرده باشید یا از داروساز مطلع پرسیده باشید داروهای خود را در فاضلاب تخلیه نکنید. داروهایی که در سینک ریخته می‌شوند یا در توالت تخلیه می‌شوند، می‌توانند از سیستم تصفیه عبور کرده و وارد رودخانه‌ها و دریاچه‌ها شوند که در پایین دست جریان دارند و به عنوان منابعی برای تامین آب آشامیدنی جامعه هستند. تصفیه‌خانه‌های آب معمولاً برای حذف منظم داروها از آب مجهز نشده‌اند.

۴- اگر برنامه‌ای توسط دولت برای امحای در دسترس نباشد، تقریباً همه داروها، به جز آنهایی که در لیست در سایت FDA قرار دارند می‌توانند طی این مراحل در زباله‌های خانگی شما پرتاب شوند. داروها را از ظروف اصلی خود خارج کرده و با چیزهای نامطلوب مانند تفاله قهوه، خاک و ... مخلوط کنید. این باعث می‌شود که دارو برای کودکان و حیوانات خانگی کمتر جذاب باشد و برای افرادی که ممکن است عمداً به دنبال مواد در سطل زباله برود غیرقابل تشخیص باشد. مخلوط را در چیزی که می‌توانید (یک کیسه نگهداری زیپ با قابلیت بسته شدن مجدد، قوطی خالی یا ظرف دیگر) قرار دهید تا از نشت یا ریختن دارو به بیرون جلوگیری شود. ظرف را در سطل زباله بیندازید. برای محافظت از هویت و حریم خصوصی خود، تمام اطلاعات شخصی خود را روی بسته بندی خالی دارو را مخدوش کنید. بسته بندی را دور بیندازید.

۵- در خصوص سرنگ نیدل و تجهیزات نوک تیز حتماً باید برای جلوگیری از زخمی شدن کارگران دفع زباله آن‌ها را در یک ظرف در دار انداخته و روی آن نوشته شود که حاوی سرنگ آلوده است و درب آن را خوب ببندید و داخل سطل زباله بیندازید.

۶- سوزاندن فراورده‌های دارویی با دمای پایین و یا در فضای آزاد باعث آزادسازی گازهای سمی در هوا می‌شوند و بهتر است از این کار اجتناب شود.