

معلومات عن الأدوية والعناية بالفئات الخاصة من الأشخاص في إطار فيروس كورونا المستجد COVID-19

SACRE Hala, PharmD; AOUN Randa, PharmD; SALAMEH Pascale, PharmD, MPH, PhD

الإستعمال الرشيد للأدوية



توصيات عامة:

- لا تتوقف عن تناول أي دواء حالي مثل الأسبرين أو الأدوية المعالجة لمرض السكري أو الأدوية الخافضة للضغط فهذه الأدوية لا تزيد من خطر الإصابة بـ COVID-19 وهي ضرورية للحفاظ على مستويات ضغط الدم وتقليل خطر حدوث مضاعفات مثل النوبة القلبية والسكتة الدماغية وتفاقم أمراض القلب والسكري.
- إذا كنت تتناول الكورتيزون ومشتقاته لحالة مزمنة، فلا توقفها فجأة لأن ذلك قد يتسبب في مضاعفات بالإضافة إلى زيادة خطر COVID-19. استشر طبيبك أو الصيدلي لمناقشة الأمر.
- لا تشتري أدوية يُزعم أنها مفيدة للوقاية أو لعلاج COVID-19 نظراً إلى الأدلة المحدودة على فعاليتها والكميات المحدودة التي قد تكون متواجدة في الأسواق ويجب تركها لمن هم بحاجة فعلية إليها. في حال ثبتت الفعالية من خلال التجارب السريرية المناسبة، سيتم تنظيم صرفها من قبل السلطات المختصة لتكون متوفرة للمرضى الأكثر عرضة للخطر. يجب إعطاء هذه الأدوية فقط تحت إشراف طبي دقيق وذلك بسبب آثارها الجانبية المحتملة.

إذا تمّت إحالتك إلى أخصائي صحي

إذا تمّت إحالتك إلى أخصائي صحي فأنت بحاجة إلى أن يكون لديك قائمة كاملة بأحدث الأدوية التي تتناولها.
إذا وصف لك الطبيب أدوية:

- تأكد من أخذها وفقاً للتوصيات؛
- اتصل بالصيدلي أو الطبيب إذا واجهتك مشكلة أثناء الاستخدام؛
- احتفظ بدواءك دائماً في مكان جاف وبعيداً عن متناول الأطفال.

لا تذهب الى الصيدلية إذا كان لديك أعراض تنفسية أو حرارة أو إذا كنت مسنّاً أو لديك أمراض أخرى. إذا أمكن، اطلب من أحد أفراد الأسرة أو صديق أو جار الذهاب إلى الصيدلية نيابة عنك.



Source: Center for Disease Control and Prevention.
www.cdc.gov/COVID19

أدوية لتخفيف أعراض COVID-19

إذا ظهرت عليك أعراض تنفسية، إتصل بطبيبك أو الصيدلي؛ سيوجهونك. في حالة عدم وجود مضاعفات، لا يتطلب علاج مرض كورونا المستجد (COVID-19) أدوية خاصة.

الأدوية المتاحة دون وصفة طبية

يمكن استخدام الأدوية المتاحة دون وصفة طبية لتخفيف أعراض مرض كورونا المستجد (COVID-19). قبل الاستخدام، اقرأ الملاحظات بعناية واحترم الجرعات الموصى بها. في جميع الأحوال، وفي حال وجود الأعراض، استشر الصيدلي قبل استخدام الأدوية المتاحة دون وصفة طبية.

الاحتياطات الخاصة بمضادات للالتهابات

يمكن أن يؤدي تناول الأدوية المضادة للالتهابات إلى تفاقم الإصابة بفيروس كورونا المستجد (COVID-19) ولكن هذه المعلومات تستند إلى الملاحظات السريرية ولم يتم تأكيدها بعد. يستحسن تجنّب استخدام الإيبوبروفين (ibuprofen) لتخفيف الحرارة أثناء الإصابة بفيروسات التاجية. إذا كنت تتناول أدوية مضادة للالتهابات، وأنت نتائج اختبار فيروس كورونا إيجابية، استشر الصيدلي أو الطبيب أو الممرضة المتخصصة قبل متابعة علاجك بمضادات الالتهابات.

كيف تخفف أعراضك؟

الحرارة

الحرارة هي آلية دفاعية تساعد على محاربة العدوى. إذا كنت ترغب في خفض درجة الحرارة لديك لتكون أكثر راحة، فمن المستحسن استخدام عقار الاسيتامينوفين/باراسيتامول، ما لم تكن أصلاً ممنوعاً من استعماله أو لديك حساسية على هذا الدواء. معايير الحرارة:

- لدى الأطفال: 38 درجة مئوية وأكثر (من باب البدن)؛
- لدى البالغين: 38 درجة مئوية وأكثر (من الفم)؛
- لدى المسنين: 37.8 درجة مئوية وما فوق (من الفم)؛
- أو في حال زيادة 1.1 درجة مئوية أو أكثر على الحرارة المعتادة لأي من الأشخاص.

التهاب الحلق

- الغرغرة بكوب من الماء المالح: 2.5 غ (2/1 ملعقة صغيرة) ملح في 250 مل (1 كوب) ماء فاتر (لا تبتلع المحلول).
- يمكن لأقراص الحلوى الصلبة أو لأقراص الحنجرة أن تخفف من التهاب الحلق ويفضّل أن تكون خالية من السكر.

الأطفال المصابون بـ COVID-19

التدابير الوقائية والاحتياطات ورعاية الأطفال هي نفس التي تعتمد عند للبالغين. في حالة الحرارة الخفيفة، يمكن استخدام الأدوية الخافضة للحرارة.

اتصل بالطبيب على الفور:

- إذا كان عمر طفلك أقل من 3 أشهر ولديه درجة حرارة تزيد عن 38 درجة مئوية من باب البدن.

إذهب إلى الطوارئ الأقرب إليك:

- إذا كان طفلك يعاني من مرض مزمن أو يعاني من ضعف المناعة ودرجة حرارته أعلى من 38 درجة مئوية من باب البدن؛
- إذا كان طفلك يبدو مريضاً جداً، بدون نشاط ولديك صعوبة في إيقاظه.

أعط الدواء المناسب

إذا كان عمر طفلك أكثر من 3 أشهر وكانت درجة الحرارة تزيد عن 38 درجة مئوية عن طريق باب البدن، فيمكنك إعطاؤه عقار اسيتامينوفين/باراسيتامول (acetaminophen/paracetamol)، وفقاً لتوجيهات المنتج ووزن طفلك.

تأكد أن طفلك:

- يرتدي ملابس خفيفة؛
- يستريح كثيراً؛
- يشرب بما يكفي من السوائل ولا يظهر أي علامات جفاف، خاصة إذا كان لديه تقيؤ أو إسهال.

راقب علامات الجفاف وهي:

- لا بول خلال 6 ساعات عند الأطفال الأصغر من 3 سنوات ولا بول خلال 8 ساعات عند الأطفال الأكبر سناً؛
- اليافوخ المجوف (المناطق الناعمة على قمة رأس الطفل)؛
- الجلد البارد الذي لا يستعيد مكانه بسرعة عند قرصه؛
- سرعة الانفعال والنعاس.

إذا أظهر طفلك علامات الجفاف، يمكنك إعطائه محاليل معالجة الجفاف تُباع في الصيدليات إن لزم الأمر. لا تتردد في طلب المشورة من الصيدلي. حافظ على درجة حرارة حوالي 20 درجة مئوية في غرفة طفلك.

تحذيرات:

- قم دائماً بقياس درجة حرارة طفلك باستخدام مقياس حرارة، ويفضل أن يكون عن طريق باب البدن.
- انتظر 30 دقيقة قبل قياس درجة الحرارة عن طريق الفم إذا كان طفلك يشرب أو يأكل أي شيء بارد أو ساخن.
- لا تفرك طفلك بالكحول لخفض الحرارة. يمكن لجلد طفلك أو رئتيه أن يمتصا الكحول ويكون ساماً له.
- لا تعط حمض أسيتيل الساليسيليك (acetyl salicylic acid/aspirin) لطفل أو لمن دون سن 18 سنة.

كبار السن المصابون بـ COVID-19

المسنون أكثر عرضة للعدوى والمضاعفات بسبب عملية الشيخوخة الطبيعية. هم أيضا الأكثر عرضة للوفاة من COVID-19. يمكن أن تظهر عدوى فيروس كورونا المستجد COVID-19 بشكل مختلف عند المسنين. قد لا يعاني المسن من الحرارة ولكن لديه واحدة من العلامات التالية:

- انخفاض سريع في الاستقلال الذاتي (يشارك أقل في
- السقوط أرضاً؛
- الرعاية الذاتية، ولا يعدّ وجبات الطعام ، وما إلى ذلك)؛
- ظهور عدم تحكم بالبول؛
- فقدان الشهية؛
- أكثر قلقاً أو أبطأ؛
- الارتباك؛
- اضطراب النوم؛
- سرعة انفعال.
- النعاس؛

الوقاية والحماية والرعاية

تدابير الوقاية والحماية والرعاية الواردة في هذا الدليل هي نفسها لكبار السن. على وجه الخصوص، قد يكون المسنون أكثر عرضة للمخاطر التالية:

خطر الجفاف

المسنون أكثر عرضة للإصابة بالجفاف خاصة بسبب أن الشعور بالعطش يخف مع التقدم في السن. لذلك لا يفكرون دائماً في الشرب لأنهم لا يشعرون بالعطش.

- تشجيع كبار السن على الشرب مرارة عدة؛ تشجيع تناول السوائل الزائدة مع الوجبات والأدوية؛
- تجنب تناول الكحول والكافيين.

خطر سوء التغذية

في حال الإصابة، يحتاج المسنون إلى زيادة تناولهم للبروتينات. البروتينات موجودة في اللحوم والأسماك والبقوليات والبيض ومنتجات الألبان والمكسرات. من المهم تناول وجبات خفيفة تحتوي على البروتينات بين الوجبات الأساسية وقبل النوم.

خطر فقدان الاستقلال الذاتي

الجمود التام في السرير أو في الكرسي له عواقب مهمة لفقدان الاستقلال الذاتي وظهور المضاعفات. مدة 24 ساعة تكفي لحالة الجمود. يجب رفع المسن حينما تسمح حالته، لجعله يتحرك قدر الإمكان والسماح له بالقيام بأنشطته في مجال الرعاية (النظافة، الملابس، إلخ) وأنشطته اليومية وفقاً لقدراته. هذا يقلل بشكل كبير من خطر حدوث مضاعفات.

المراجع

1. Direction des communications du ministère de la Santé et des Services sociaux au Canada. Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2020. https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/sante/documents/Problemes de sante/19-210-30FA Guide-autosoins_francais.pdf?1584985897
2. Sue Hughes. COVID-19: AHA Guidance on Hypertension, Latest on Angiotensin Link. Medscape Pharmacists, April 1st, 2020. <https://www.medscape.com/viewarticle/927952>
3. Harrison Pam. Patients on Steroids with COVID-19 Might Need Rescue Steroids. Medscape Pharmacists, April 3rd, 2020. <https://www.medscape.com/viewarticle/928072>