

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

اصول نسخه نویسی و تجویز مکمل ها



ارائه دهنده:

دکتر غلامرضا محمدی فارسانی

استادیار گروه تغذیه بالینی

دانشکده علوم تغذیه و رژیم شناسی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران

فهرست مطالب:



- اصول منطقی درمان
- اصول کلی نسخه نویسی
- تجویز مکمل (مکمل یاری)
 - ✓ کودکان
 - ✓ مادران باردار
 - ✓ دختران نوجوان
 - ✓ تمام اقشار جامعه



اصول و مراحل منطقی درمان

مراحل درمان منطقی



- گام نخست: تعریف دقیق مشکل بیمار
- گام دوم: هدفهای درمانی و روشهای درمانی
 - دادن اطلاعات و توصیه های لازم به بیمار
 - درمان بدون دارو
 - درمان دارویی
 - ارجاع
- گام سوم: تعیین مناسب بودن داروی انتخابی
 - مناسب بودن ماده فعال و شکل دارو برای بیمار
 - مناسب و استاندارد بودن برنامه و مقدار دارو برای بیمار
 - مناسب و استاندارد بودن طول درمان برای بیمار (بی ضرر یا کم ضرر بودن دارو)
- گام چهارم: شروع درمان (نوشتن نسخه)
- گام پنجم: دادن اطلاعات، دستورها و هشدارهای مصرف
- گام ششم: پیگیری یا قطع درمان

اصول کلی نسخه نویسی



مقدمه



- افزایش مصرف دارو بدون اجازه پزشک یا درمانگر
- افزایش گزارش مرگ ناشی از افزایش مصرف داروها

• دارو غذا نیست و باید از مصرف بی رویه آن خود داری شود

- نسخه نویسی دارای قواعدی است که رعایت آنها موجب بهره وری و اثربخشی بیشتر خواهد شد

- هر کشوری قوانین داروئی خاص خود را دارد که باید رعایت شود
- تجویز داروهای که مورد سوء استفاده قرار می گیرد قانون خاص دارد

- مسئول داروخانه می تواند از تحویل مقدار زیاد دارو پرهیز کند
- تحویل دارو باید به افراد بالغ و عاقل باشد

مقدمه...



- نسخه حاوی تشخیص پزشک و داروها و دستورات لازم برای بهبود بیمار است
- نسخه نویسی منطقی به معنای تجویز مؤثرترین و سالم ترین دارو برای یک بیماری با توجه به ویژگیهای بیمار و شرایطی همچون قابلیت دسترسی و مناسب بودن قیمت می باشد
- بهتر است در صورت امکان نسخه تایپ شود یا با خط خوش و خوانا نوشته شود
- رعایت اصول نسخه نویسی
 - اولاً مستلزم اطلاع از آن اصول
 - ثانیاً اجراء آنها هنگام نسخه نویسی (منوط به تمرین بیشتر)

مزایای نسخه نویسی منطقی:



❖ کاهش مصرف داروها

❖ جلوگیری از تداخلات مختلف دارویی

❖ کاهش عوارض جانبی داروها

❖ رعایت دستور مصرف دارو از طرف بیمار

❖ کاهش مقاومت‌های میکروبی به آنتی بیوتیک‌ها

❖ جلوگیری از وابستگی افراد به مصرف بعضی داروها بخصوص داروهای مؤثر

بر سیستم عصبی مرکزی

تعریف نسخه

نسخه حاوی تشخیص و دستورات دارویی لازم برای بهبود بیمار است که توسط پزشک یا کادر درمانی مجاز تجویز می شود

چهار چوب نسخه

- ۱- مشخصات پزشک
- ۲- تاریخ نسخه
- ۳- مشخصات بیمار
- ۴- شروع نسخه
- ۵- محتوای دارویی (متن نسخه)
 - نام دارو
 - شکل دارو
 - دوز دارو
 - دستور دارو
- ۶- امضاء یا پاراف نویسنده نسخه

❖ اندازه اغلب نسخ، حدود نصف یک صفحه A4 می باشد (A5)

۱. مشخصات پزشک یا نویسنده نسخه:

نام و نام خانوادگی
درجه علمی
شماره نظام پزشکی
آدرس و تلفن محل طبابت
ساعات کار

۲. تاریخ نسخه:

نسخه یک مدرک قابل استناد
مهم از نظر قانونی و درمانی
ضروری بودن نوشتن تاریخ
واضح و بدون خط خوردگی بودن تاریخ
محدود بودن اعتبار نسخه (متفاوت در کشورها مثلا ۳ تا ۶ ماه)
عدم پوشش برخی سازمانهای بیمه گر نسبت به تاریخ نسخه مخدوش شده یا گذشتن زمان کوتاهی
بعد از تجویز

۳. نام و آدرس بیمار، سن (برای کودکان و سالمندان)

۴. شروع نسخه



❖ نسخه در خیلی از جاهای دنیا با علامت R (نه RX) شروع می شود که بر گرفته از کلمه Recipe به معنی ”به این شکل اجرا کن“ یا ”به این صورت تهیه کنید“ می باشد.

❖ این علامت در سمت چپ و بالای نسخه نوشته می شود

❖ برخی یک علامت / جلو R می گذارند

❖ در کشور ما ذکر ”هوالشافی“ در کنار و بجای این علامت متداول گردیده است

۵- محتوای دارویی (متن نسخه)



مهمترین قسمت نسخه محتوای دارویی است و اساسی ترین نکته این است که این بخش از نسخه باید خوانا، کامل، و صحیح باشد و باید شامل ۶ قسمت زیر باشد:

نام دارو، شکل دارو، واحد دارویی، تعداد دارو، نحوه مصرف، فواصل تجویز

۱. نام دارو

- ❖ نام دارو باید به زبان انگلیسی باشد
- ❖ نام دارو ممکن است بصورت ژنریک (بهتر) یا تجاری نوشته شود
- ❖ در صورت لزوم نام کارخانه بدنبال آن در داخل پرانتز نوشته شود

۲- شکل دارو

- ❖ اشکال مختلفی برای داروها موجود است
- ❖ انتخاب شکل دارو برای مصرف آن، یکی از مهمترین وظایف پزشک است زیرا هر کدام از راههای مصرف داروها، دارای مزایا و معایبی است. پزشک با توجه به وضعیت بیمار و ویژگیهای دارو و بیماری راه مصرف آن را تعیین می کند
- ❖ می توان برای انتخاب بهترین شکل دارو متناسب با شرایط بیمار و کسب اطلاعات بیشتر در مورد دارو، با داروساز مشورت شود

اختصار	نام انگلیسی	شکل دارو
Tab	tablet	قرص
Cap	capsul	کپسول
Syr	syrup	شربت
Amp	ampule	آمپول
Supp	suppository	شیاف
vial Sol Inj Inf	vial Solution Injection Infusion	محللول های تزریقی
Eff	effactory	جوشان
Oint Gel Cream	Ointment Gel Cream	پماد ژل کرم
Tab coated	tablet coated	قرص پوشش دار
Powder	Powder	پودر



۳- واحد دارو

داروها ممکن است در دوزهای مختلفی موجود باشند

Vitamin D 50000 IU , 1000 IU

- توصیه میشود واحد دارو حتی برای فراورده هایی که تنها یک واحد معین دارند نوشته شود

۴- تعداد دارو

- حتی الامکان تعداد دارو را با اعداد رومی نوشته نشود

۵- نحوه مصرف

۶- فواصل تجویز دارو

۵- نحوه مصرف دارو



- مقدار
 - فواصل
 - نحوه مصرف
 - بهترین زمان مصرف
- بصورت اختصار یا فارسی ممکن است نوشته شده باشد
- توصیه شده که به زبان فارسی بطور خوانا و کامل برای بیمار نوشته شود و از بکار بردن اختصارات خودداری شود

برخی علائم اختصاری مورد استفاده در نسخه



اختصار	انگلیسی	علامت
qod qd bid tid qid	every other day every day twice a day three times a day 4 times a day	یک روز درمیان هر روز دو بار در روز سه بار در روز چهار بار در روز
q8hr q6hr q4hr qh	every 4 hours every 6 hours every 8 hours every hour	هر هشت ساعت هر شش ساعت هر چهار ساعت هر ساعت
Prn IV IM	as needed Intravenous intramuscular	هرموقع لازم شد داخل وریدی داخل عضلانی

۵- نحوه مصرف دارو



- عبارت **”طبق دستور“**
 - حتی المقدور خودداری شود
 - برای اطمینان بیشتر لازم است داروساز از بیمار نحوه مصرف دارو را جویا شود
- در صورت لزوم، قید کلمه **جانشین نشود** یا **همانطور که نوشته شده** **داده شود**

نمونه هایی از نحوه مصرف دارو



**داکسی سایکلین و آلدرونات به همراه یک لیوان آب مصرف شود و بیمار بعد از مصرف دارو تا یک ربع دراز نکشد

**همراه کلسیم یک لیوان آب مصرف شود

**همراه سولفاسالازین یک لیوان آب مصرف شود

**ترتینوئین را شبها به صورت یک لایه نازک روی پوست قرار دهید

**دو قطره (چشمی ، گوشی ، بینی) با فاصله حداقل ۵ دقیقه از هم ریخته شوند

بهترین زمان مصرف:



❖ بسته به زمان اثر دارو

❖ زمان استفاده از دارو بخصوص در ارتباط با مصرف غذا و سایر داروها باید برای بیمار شرح داده شود

نمونه هایی در مورد زمان مصرف دارو



- آنتی اسید ها بعد غذا
- متوکلوپرامید نیمساعت قبل غذا
- هیوسین نیمساعت بعد غذا
- امپرازول قبل غذا
- لووتیروکسین صبح ناشتا
- سیپروفلوکساسین یک ربع قبل غذا
- فلوکستین پس از صبحانه
- جم فیبروزیل قبل غذا
- سوربیتول قبل از غذا
- کلسیم همراه غذا
- گلی بن گلامید یک ربع قبل غذا
- مت فورمین همراه غذا
- ایبوپروفن، سلکوکسیب، ناپروکسن، دیکلوفناک، مگنامیک اسید، پیروکسیکام بعد از غذا
- لوستاتین، آتورواستاتین و سیمواستاتین در شب
- هیدروکینون در شب



• در هر قلم داروی تجویز شده بطور معمول ۶ عامل باید مشخص گردد

- | | | |
|----|-------------|-------------------|
| 1. | نام دارو | cefuroxime |
| 2. | شکل دارو | Cap. |
| 3. | واحد دارویی | 500mg |
| 4. | تعداد دارو | 20 |
| 5. | نحوه مصرف | Oral |
| 6. | فواصل تجویز | bid |

۶- فواصل تجویز دارو (دستور مخصوص، دستور تکرار نسخه)



- تعداد دفعاتی که نسخه بایست تکرار شود
- تعداد دفعات تکرار نسخه نباید بیش از **۵ مرتبه** باشد و یا اینکه بعد از **۶ ماه** از تاریخ نسخه نباید تکرار شود
- اگر نیاز به تجدید ندارد، عبارت **Refill** ذکر گردد

مهر و امضاء پزشک



❖ هر نسخه دارویی با امضای پزشک رسمیت می‌یابد و ارزش حقوقی و قانونی پیدا می‌کند

❖ داروسازان از لحاظ قانونی مجاز به پیچیدن نسخه‌های فاقد امضاء نیستند

❖ نسخه‌های دارویی باید مستقیماً و به صورت دستی توسط پزشک امضا شوند و بکارگیری مهر امضا به جای امضای دستی فاقد وجهت و ارزش قانونی می‌باشد

نکات مورد توجه در نسخه نویسی



- مشاهده و کنترل دارو توسط پزشک در صورت صلاحدید(در مورد داروهائی که تلفظ و یا دیکته مشابهی دارند)
- نوشتن دارو در جای سفید نسخه (پرهیز از نوشتن در بالای نسخ و کنار و پایین که مخصوص محل امضاء و مهر میباشد)
- در صورت وجود افسردگی یا خطر خودکشی، مقدار کل داروی مورد نیاز باید طوری نسخه شود که در صورت مصرف یکجا باعث مرگ نشود.
- در نوشتن **فرمولاسیون ترکیبی**: ماده دارویی اصلی را در اول و سایر داروها زیر آن نوشته می شود(داخل کروشه) و میزان آنها به درصد و یا گرم (واحد یکسان) نوشته شود
- در تجویز دارو برای بیمارانی که دارای رژیم های فاقد قند، نمک یا الکل هستند دقت شود

نکات مورد توجه در نسخه نویسی (ادامه)



- دلایل تجویز داروی تزریقی:
 - ✦ اثر سریع دارو
 - ✦ فرم تزریقی تنها شکل دارو باشد که برای بیمار مفید باشد
 - ✦ عدم وجود راه دیگر در رسانیدن دارو به بیمار
- سعی شود داروهای تزریقی با هم مخلوط نشوند
- تعدادی از بیماران داروی خود را بدلائل زیر بدرستی مصرف نمی کنند:
 - فروکش کردن نشانه های بیماری
 - بروز عوارض جانبی و نامطلوب دارو
 - بیمار دارو را کارساز نمی داند
 - برنامه مصرف دارو پیچیده است (تعداد زیاد دارو، در زمانهای متفاوت)
 - فقدان آموزش لازم در مورد مصرف دارو
- برای آنکه بیمار داروهای خود را بخوبی مصرف کند:
 - نوشتن یک داروی انتخابی برای بیمار
 - ارتباط خوب با بیمار

مهمترین خطاها در تجویز و دریافت دارو:



- خطای شباهت املائی
 - Adalat , Adult Cold
 - Metronidazole, Methocarbamol, Methimazole
- خطای ناشی از شکل اشتباه دارو (کپسول، قرص، ویال و ...)
- خطای ناشی از واحد دارو (ویال یک گرمی به جای 500mg)
- خطای ناشی از نحوه مصرف (مانند IM بجای IV)
- خطای ناشی از تعداد دارو (خصوصاً زمانی که با اعداد رومی و یا مخلوط رومی و عربی نوشته می شوند)



● گام پنجم: دادن اطلاعات، دستورها و هشدارهای مصرف

- اثرات دارو
- عوارض جانبی دارو
- روشهای مصرف
- اخطار در مورد حداکثر میزان دریافت، زمانهای عدم مصرف، کامل کردن درمان
- زمان مشاوره آینده
- بررسی میزان اطلاعات کسب شده توسط بیمار

● گام ششم: پیگیری یا قطع درمان

- پیگیری غیرفعال (توسط بیمار)
- پیگیری فعال

تمرین عملی:



- خانم ۲۳ ساله با کمبود ویتامین دی و آنمی فقر آهن مراجعه کرده است
نسخه تجویزی شما چیست؟

تجویز مکمل

در نوزادان و شیرخواران

قطره آ+د یا مولتی ویتامین (۲۵ قطره از روز پنجم تا پانزدهم بعد از تولد) ۱۵۰۰ واحد ویتامین A و ۴۰۰ واحد ویتامین D

قطره آهن (۱۵ قطره همزمان با شروع تغذیه تکمیلی یا شش ماهگی) ۱۵ میلیگرم المنتال در نوزادان با وزن تولد کم (۱۵ قطره از ماه دوم یا بعد از دو برابر شدن وزن نوزاد)

در مادران باردار

قرص اسید فولیک (یک قرص از سه ماه قبل از بارداری تا پایان ماه چهارم) ۴۰۰ میکروگرمی
قرص آهن (یک قرص از شروع هفته ۱۶ بارداری تا سه ماه بعد از زایمان) ۱۵۰ میلیگرمی (۶۰ میلیگرم المنتال)
قرص مولتی ویتامین (یک قرص از شروع هفته ۱۶ بارداری تا سه ماه بعد از زایمان)

در دختران نوجوان

قرص ویتامین دی (ماهانه یک قرص ۵۰۰۰۰ واحدی)
قرص آهن (هفتگی یک قرص فرس سولفات ۱۵۰ میلیگرمی برای دوره ۳-۴ ماهه در سال)
بالغین: قرص ویتامین دی (ماهانه یک قرص ۵۰۰۰۰ واحدی)

سالمندان: قرص ویتامین دی (ماهانه یک قرص ۵۰۰۰۰ واحدی و یک قرص کلسیم ۵۰۰ میلیگرمی)

Thanks for your attention

