

## در این شماره می خوانیم:

- پیشگیری و درمان اسکار
- تشخیص و مدیریت سرفه مزمن (قسمت سوم)
- تداخل دارو با تست‌های آزمایشگاهی
- خشکی واژن و درمان آن
- تله‌مدیسین در ایران
- آشنایی با تکنیک Tall Man Lettering



## پیشگیری و درمان اسکار

### دکتر نجمه گلشن

نماینده علمی ارشد شرکت بهستان بهداشت

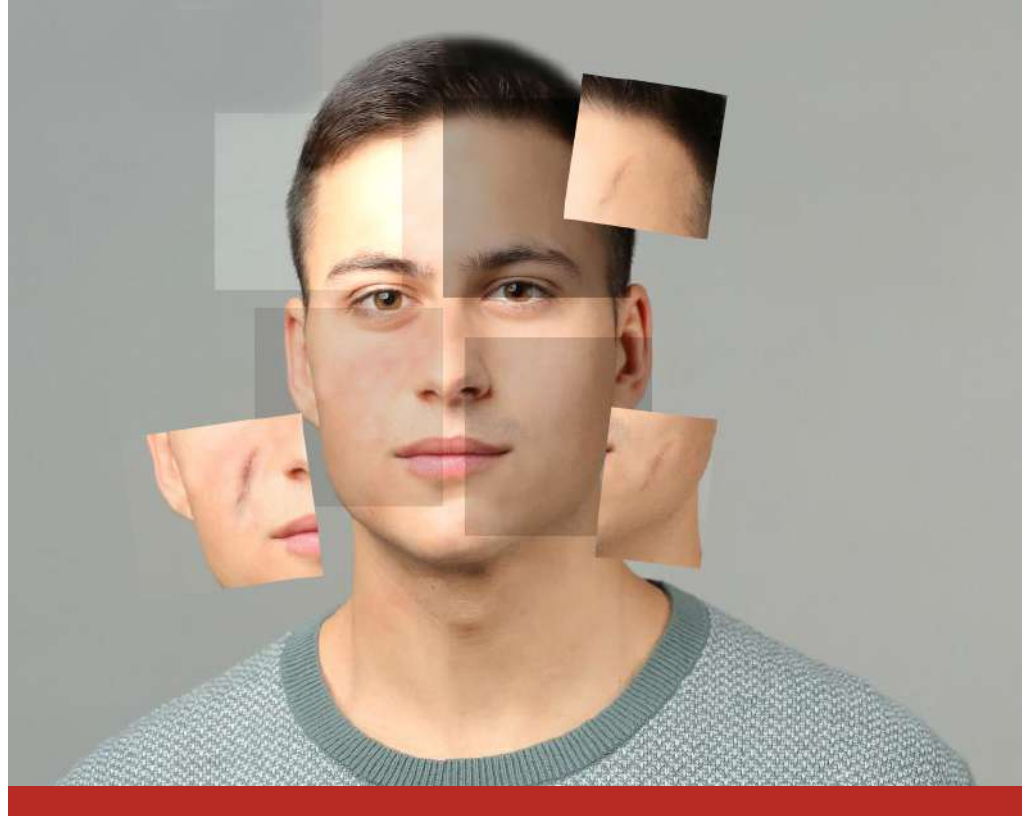


می‌تواند باعث بروز مشکلات جدی به صورت اسکارهای هیپرتروفیک و کلویید شود. اسکارهای هیپرتروفیک و کلویید اختلالات ناشی از رشد بیش از حد بافت فیبروز هستند که موجب ایجاد برآمدگی بافت می‌شود. این حالت‌ها به دلیل التیام غیرطبیعی زخم به وجود می‌آید، در ابتدا حالت سرخی و خارش دارد ولی ممکن است این علائم به تدریج بهبود پیدا کنند. این دو نوع اسکار با هم تفاوت دارند: در نوع هیپرتروفیک، اسکار به مرزهای آسیب

اسکار در واقع واکنش طبیعی پوست در قبال آسیب‌های وارد شده مانند آسیب‌های فیزیکی، برش‌های جراحی، صدمات سوختگی بر پوست است که به شکل بافتی برآمده و قرمز رنگ که با گذشت زمان رو به سفیدی می‌گذارد و یا فرورفتگی هم‌رنگ یا تیره‌تر یا روشن‌تر از سطح پوست هم‌جوار بروز می‌کند.

برخی مناطق بدن بیشتر مستعد بروز اسکار هستند، بخصوص سر و صورت، شانه‌ها، کتف‌ها، پشت و سینه.

برخی از افراد نیز ذاتا استعداد ابتلا به این عارضه را دارند، بخصوص افرادی با پوست تیره. آکنه، آبله و آبله مرغان، برخی عفونت‌های ویروسی، قارچی و باکتریایی پوست در کنار عوامل گفته شده از عوامل مهم ایجاد اسکار محسوب می‌شوند. وضعیت ظاهری اسکار بستگی به عوامل متعددی از جمله رنگ، قوام، عمق، طول، عرض و جهت آن دارد. اکثر صدمات سطحی، اسکار چندانی به جا نمی‌گذارند، ولی صدمات پوستی عمیق



اسکارهای هیپرتروفیک و کلونیدها محسوب می‌شوند. محصولات مختلفی از سیلیکون وجود دارد که در حال حاضر ژل سیلیکونی موجود به عنوان سدی برای محافظت از زخم عمل کرده و همچنین موجب افزایش هیدراتاسیون می‌شود که این عامل از تکثیر فیبروبلاست‌ها جلوگیری می‌کند؛ در نتیجه با کاهش کلاژن از ایجاد اسکار ممانعت می‌نماید.

#### References:

1. Chiang RS, Borovikova AA, King K, et al. Current concepts related to hypertrophic scarring in burn injuries. *Wound Repair Regen.* 2016; 24 (3): 466-77.
2. Ogawa R. Keloid and hypertrophic scars are the result of chronic inflammation in the reticular dermis. *Int J Mol Sci.* 2017; 18.
3. Maintain skin freshness during Ramadan. *dr daruosh daer 2014 Beauty Magazine.*

اولیه محدود می‌شود و پس از یک یا دو سال کوچکتر می‌شود اما در نوع کلونید (در زبان یونانی به معنای چنگال خرچنگ) اسکار بیشتر از بافت آسیب دیده گسترش می‌یابد و پسرفت نمی‌کند که اصطلاحاً به آن گوشت اضافه گفته می‌شود. افتراق این دو نوع بعد از سپری شدن زمان لازم امکان پذیر است. اسکارهای هیپرتروفیک و کلونید علاوه بر مشکلات زیبایی می‌توانند موجب اختلال عملکردی به دلیل جمع شدگی بافت و علائمی مانند خارش شود. اگر چه مطالعات زیادی درباره اسکارهای هیپرتروفیک و کلونید انجام شده است و درک ما از این وضعیت‌ها در حال بهبود است با این حال، فیزیوپاتولوژی این اختلالات همچنان بسیار پیچیده است.

مهمترین موضوع برای پیشگیری از ایجاد اسکارها، کوشش در سالم نگه داشتن و عدم ایجاد هر آسیبی بر سطح پوست است. در مورد بیماری آکنه، چون گاهی ضایعات شدید و عمیق آکنه می‌توانند اسکارهای گوناگونی از خود به جا بگذارند، بهتر است این بیماری شایع را در سنین پائین و با دقت کافی و زیر نظر پزشک متخصص درمان کرد تا قبل از رسیدن به مرحله اسکار درمان انجام گرفته باشد. بریدگی‌ها و زخم‌هایی که به سرعت و تحت نظر پزشک با بخیه زدن یا سایر روش‌های بستن زخم درمان شوند، شانس کمتری برای تبدیل شدن به اسکار دارند. سوختگی‌های به ظاهر سطحی و محدود را نیز باید مهم تلقی کرد و از همان مراحل اول با شستشو منظم و برداشتن بافت‌های آسیب دیده و استفاده از داروهای موضعی از آن مراقبت کرد تا به سوی تشکیل اسکار پیشروی نکنند. ماساژ دادن زخم یا بریدگی اثری در پیشگیری از ایجاد اسکار ندارد و حتی گاهی باعث بدتر شدن اسکار در آینده می‌شود.

در حال حاضر محصولات سیلیکونی اولین خط درمان و پیشگیری از ایجاد



- Wound Dressing in a Gel Format
- Full-Contact and Flexible Dressing
- Acute Symptom Relief
- Bacteriostatic and Non-Reactive

**The Only Formulation  
With a Once Daily Application**



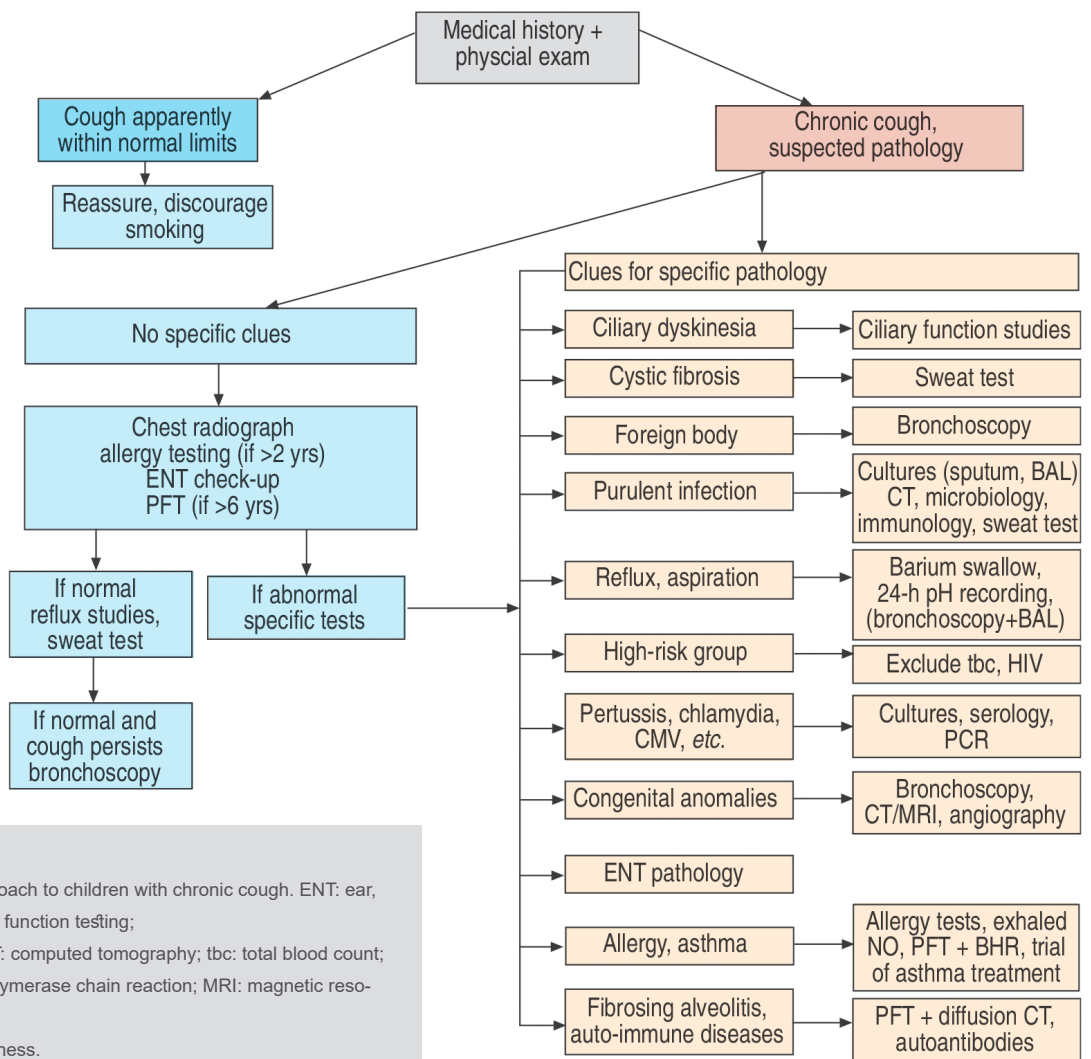
## تشخیص و مدیریت سرفه مزمن (قسمت سوم)



دکتر محمد امیری

نماینده علمی ارشد شرکت بهستان بهداشت

در ادامه مقاله تشخیص و مدیریت سرفه مزمن، به مبحث سرفه کودکان می پردازیم. برای محدوده سنی کودکان تشخیص علائم و سرنخها بسیار مهم است که به صورت شماتیک در شکل ۴ مشخص شده است.



Diagnostic algorithm for the approach to children with chronic cough. ENT: ear, nose and throat; PFT: pulmonary function testing; BAL: bronchoalveolar lavage; CT: computed tomography; tbc: total blood count; CMV: cytomegalovirus; PCR: polymerase chain reaction; MRI: magnetic resonance imaging; NO: nitric oxide; BHR: bronchial hyperresponsiveness.



## عفونت

یافته‌های BAL (bronchoalveolar lavage) در گروهی از کودکان خردسال مبتلا به سرفه مزمن، درصد بالایی از عفونت را نشان داده است. بسیاری از عفونت‌ها باعث سرفه طولانی مدت می‌شوند، از جمله سیاه سرفه، سل، عفونت‌های ویروسی مکرر و عفونت‌های مزمن گوش و حلق و بینی.

در نوزادان جوان، عفونت‌های کلامیدیا و سیتومگالوویروس احتمال بهبودی بالایی دارند اما سیاه سرفه ماه‌ها باعث سرفه می‌شود و به درمان نیز پاسخ نمی‌دهد. سل نیز ممکن است به دلیل انسداد مجاری هوایی و تحریک غدد لنفاوی و عفونت ثانویه انسداد ریه، باعث سرفه مزمن شود.

## نقص ایمنی

اگر عفونت‌های مجاری هوایی به طور غیرمعمول، مکرر یا شدید باشد، باید تعدادی از بیماری‌های زمینه‌ای در نظر گرفته شود، از جمله انواع خفیف نقص سیستم ایمنی اولیه. اگر عفونت مزمن راه هوایی همراه با عدم رشد و جذب نامناسب تغذیه‌ای همراه باشد، باید به سیستمیک فیبروزیس شک نمود که با تست تعریق، تایید تا منتفی می‌شود.

سرفه مزمن همراه با خلط چرکی همیشه یکی از دلایل مهم نگرانی در کودکان است و البته باید به این نکته توجه نمود که این حالت، از علائم آسم نیست. عواملی که می‌توانند باعث بروز این مشکل در کودکان شود، شامل سیستمیک فیبروزیس، آسپیره جسم خارجی، ناهنجاریهای آناتومیک مادرزادی و سندرم کارتاژنر (PCD) می‌باشد، که اغلب می‌توانند از طریق معاینات پزشکی دقیق، گرفتن شرح حال و معاینه فیزیکی تشخیص داده شوند. در ادامه به عوامل مختلف بروز سرفه‌های کودکان اشاره می‌نماییم.

## آسم

چندین مطالعه نشان داده است که آسم از مهمترین دلایل سرفه مزمن (% ۲۹-۲۴) در کودکان و بزرگسالان غیر سیگاری است. در سالهای اول زندگی، اگر سرفه مزمن با اگزمای آتوپیک و سابقه خانوادگی مثبت آلرژی و آسم وجود داشته باشد، می‌توان به آسم مشکوک شد.

## ریفلاکس و آسپیراسیون

چندین مطالعه، GOR را به عنوان یکی از مهمترین دلایل سرفه مزمن نشان داده است. تحریک گیرنده‌های مری، ضعف حرکتی و یا آسپیراسیون محتوای معده با ریفلاکس به عنوان دلایل اصلی سرفه مرتبط با GOR در نظر گرفته می‌شود.

بهترین آزمایش منفرد برای تشخیص سرفه ناشی از GOR، نظارت ۲۴ ساعته (OpHM) بر pH مری است که در صورت بروز این عارضه، شاخص‌های ریفلاکس غیرطبیعی در OpHM بروز می‌کند.

همچنین ریفلاکس همراه با آسپیراسیون محتوای معده با غذا و یا بدون غذا، احتمالاً یکی از شایع‌ترین علل در بروز بیماری‌های مزمن تنفسی، از جمله سرفه و خس خس سینه در کودکان است. معمولاً در نوزادان مقدار کمی GOR شایع است که با گذشت زمان خود به خود بهبود می‌یابد و ظاهراً، این ریفلاکس "طبیعی" در اغلب موارد با سرفه همراه نیست.

## دیسکینزی مژگانی اولیه

PCD باعث ایجاد ترکیبی از عفونتهای حاد و شدید گوش و حلق و بینی و عفونتهای مجاری تنفسی تحتانی می شود. Situs inversus در ۵۰٪ مواقع وجود دارد و ممکن است قبل از تولد در اکوگرافی معمول تشخیص داده شود.

## ناهنجاریهای مادرزادی

Tracheobronchomalacia ممکن است بصورت ناهنجاری جدا یا به عنوان بخشی از یک سندرم رخ دهد و باعث سرفه شدید شود.

هر عاملی که باعث ایجاد فشار بر روی راه مجاری هوایی و یا باعث تنگی آن شود، مانند ناهنجاریهای عروقی، ممکن است باعث بروز علائم مزمن تنفسی شود. افزایش حساسیت عفونی مجاری تنفسی ممکن است در نتیجه افزایش پرفیوژن ریوی ایجاد شود، همانطور که در مورد نقص تیغه دهلیزی یا بطنی یا مجرای باز Botalli وجود دارد.

## آسپیراسیون جسم خارجی

اجسام خارجی مایع ممکن است برای مدت زمان طولانی تشخیص داده نشوند، به خصوص اگر تشخیص در ابتدا انجام نشود. آسپیراسیون جسم خارجی در کودکان پسر بسیار بیشتر از کودکان دختر بوده و به خصوص در کودکان ۴ ساله بسیار شایع است.

## سرفه های Psychogenic

سرفه های سایکوزنیک در کودکان غیرمعمول است. علامت آن صدای honk می باشد که به همراه سرفه پدیدار می شود.

## سایر آزمایشات در سرفه مزمن

### ارزیابی عینی سرفه

هنگامی که وجود، شدت یا ظاهر روزانه سرفه مشخص نیست، یا هنگامی که به اطلاعات بیشتری برای ارزیابی اتیولوژی سرفه مزمن نیاز است، ارزیابی عینی سرفه خود به خودی ممکن است لازم باشد.

توالی سرفه را می توان با ضبط صدای سرفه هم زمان با الکترومیوگرافی قفسه سینه یا حرکات بدن روی تخت تشخیص داد.

شمارنده های خودکار سرفه بر اساس پردازش سیگنال دیجیتالی صدای سرفه نیز ساخته شده اند که می تواند مورد استفاده قرار گیرد. در بیماری های ریوی مختلف، دینامیک جریان هوا و طیف های صوتی سرفه دارای ویژگی های مشخص و متفاوتی است.

## آنالیز خلط

تعداد بالایی از ائوزینوفیل ها و سلول های متاکروماتیک در نمونه های خلط بیماران مبتلا به آسم، CVA و EB یافت می شود.

تشخیص التهاب ائوزینوفیلی راه هوایی ممکن است در ارزیابی علت سرفه مزمن و همچنین در انتخاب گزینه های درمانی کمک کند. در موارد دیگر، التهاب نوتروفیل ممکن است غالب باشد.

## اکسید نیتریک بازدم شده

افزایش سطح اکسید نیتریک (NO) در هوای بازدم نشان دهنده التهاب ائوزینوفیلی در مجاری تنفسی است که معمولاً در آسم آتوپیک مشاهده می شود. اندازه گیری NO بازدم ممکن است در ارزیابی تشخیصی سرفه مزمن مفید باشد.

نتیجه گیری

درک ما از تشخیص و درمان سرفه مزمن در ۲۰ سال گذشته دچار یک تغییر اساسی شده است.

تجربه کلینیک های تخصصی نشان داده است که سه دلیل مهم سرفه: آسم، ریفلاکس و رینیت میباشد که با دقت فراوان باید تشخیص داده شود و در صورت تشخیص درست، بیشتر سرفه های مزمن قابل درمان هستند.



**PROSPAN**   
Cough Syrup



- Prospan is a clinically proven triple action cough treatment which:
  - Thins mucus
  - Opens up airways
  - Reduces coughing spasms
- Prospan contains no sucrose, alcohol or colourants.
- Can be used by diabetics, elderly patients and patients who are using other medication.

Cherry flavor  
Suitable for children & the whole family



## تداخل دارو با تست‌های آزمایشگاهی

خانم دکتر نیلوفر گنجی

داروساز



معمولاً تداخلات دارو و با تست‌های آزمایشگاهی، توسط آزمایشگاه‌ها مدنظر قرار نمی‌گیرد. علاوه بر این، حتی اگر کارمندان آزمایشگاه‌ها اطلاعات لازم در خصوص تداخلات دارو و آزمایشگاه را داشته باشند، بیماران اغلب اطلاعات دارویی خود را به درستی ارائه نمی‌کنند و در چنین شرایطی یافتن تداخل وابسته به دارو بسیار دشوار است. یکی از راه‌هایی که می‌توان به تداخل دارو با تست‌های آزمایشگاهی شک کرد، ارتباط متناقض بین نتایج است؛ مثلاً زمانی که گلوکز ادرار بالاست؛ ولی HbA1c افزایش نیافته است. در مجله بهنام بهستان شماره هشتم به بررسی تداخل داروها با تست‌های آزمایشگاهی رایج پرداخته شده است. این مجله به صورت رایگان قابل دانلود از سایت [www.behnameh.com](http://www.behnameh.com) است.

ادامه دارد ...

تست‌های آزمایشگاهی به منظور به دست آوردن اطلاعات قابل اعتماد برای اتخاذ تصمیم مناسب، سنجش تغییرات شیمیایی در بدن، تشخیص انواع اختلال در بدن و مانیتورینگ درمان انجام می‌شوند. اصلی‌ترین دلایل خطاهای آزمایشگاهی، تداخلات آزمایش‌ها و داروها هستند که به اختصار به آن DITI می‌گویند. نتایج تست ممکن است توسط آثار فیزیولوژیکی یا آنالیتیکی دارو تحت تأثیر قرار بگیرد. عدم تشخیص این تداخلات می‌تواند به تفسیر نادرست نتایج تست‌های آزمایشگاهی، تشخیص دیرهنگام یا غلط یک بیماری یا تحمیل تست‌های جدید یا دارودرمانی نابجا منجر بشود که بیمار را متحمل ضرر می‌کند. طبق مطالعات انجام شده آنتی‌بیوتیک‌ها، داروهای سایکوتروپیک شامل: ضدافسردگی‌ها، داروهای آنتی‌سایکوتیک و antidykesiaها و مواد حاجب بیشترین تداخل را با تست‌های آزمایشگاهی دارند. در خصوص آنتی‌بیوتیک‌ها بیشترین تداخلات با سفالوسپورین‌ها گزارش شده است. تست گلوکز ادرار بیشترین احتمال تداخل را با سفالوسپورین‌ها داشتند. برخی آنتی‌بیوتیک‌ها نیز تداخلات خطرناکی دارند؛ برای مثال داپتومایسین سبب افزایش PT / INR می‌شود. مترونیدازول و تینیدازول نیز با تست‌های گوناگونی مانند AST، ALT، LDH تداخل دارند.

### باید توجه داشت که:

تداخل دارو با تست‌های خونی یا پلاسما مهم‌تر از تداخلات ادراری است؛ چراکه اغلب تست ادراری برای غربالگری شرایط تهدیدکننده زندگی استفاده نمی‌شوند. تست‌های ادراری اغلب برای بارداری، دیابت، اندازه‌گیری سطح هورمون‌ها یا سوءاستفاده مواد کاربرد دارد؛ در حالی که آزمایش‌های خون اغلب برای تصمیم‌گیری فوری مورد استفاده قرار می‌گیرد؛ بنابراین با اینکه احتمال تداخل با تست‌های خونی کمتر است؛ ولی مهم نیز است. از طرف دیگر، طبیعت غیراورژانسی بودن تست‌های ادراری این اجازه را می‌دهد تا تست‌های تأییدی دیگری با روشی متفاوت یا تکرار تست در شرایط متفاوت انجام گیرد.



متفاوت انجام گیرد.



# Enhance your Immunity



- Vitamin C is quickly bioavailable
- Convenient micro pellets dissolve in the mouth without water
- Lactose- and gluten-free
- Fruity orange flavor
- Sugar-free

**HERMES**

# خشکی واژن و درمان آن

دکتر فرناز مشیری



ها کم کار می شوند و هورمون استروژن کمتری در خون ترشح می شود و در پی آن با خشکی واژن روبه رو هستیم. در افراد جوان تر نیز که هنوز به سن یائسگی نرسیده اند مشکلات هورمونی یا کم کاری غدد مترشحه واژن می تواند عامل خشکی باشد.

بسیاری از خانمها در اوایل ازدواج دچار مشکل خشکی واژن می شوند. خشکی واژن معمولا در سن یائسگی رخ می دهد اما احتمال بروز آن در سن جوانی اگر سطح هورمون ها کمتر از حد عادی باشد یا غدد مترشحه واژن، فعالیت کمی داشته باشد، نیز ممکن است. دلایل اصلی خشکی واژن واقعی که به عنوان یک ناراحتی شمرده می شود، چه چیزهایی هستند؟

در دوران یائسگی دلیل خشکی واژن کم بودن هورمون استروژن است که در پی کم کاری تخمدان پیش می آید. یائسگی معمولا باید پس از ۵۰ سالگی رخ دهد اما استرس، بیماری های گوناگون، شیمی درمانی و حتی سیگار می تواند سبب رخ دادن سریع تر آن قبل از ۵۰ سالگی شود. به دنبال یائسگی، تخمدان



اگر مشکل کمبود هورمون باشد، با توجه به اینکه هورمون استروژن سرطان زا است و می تواند سبب بروز سرطان پستان شود، با رعایت این مطلب که ابتدا بیمار ماموگرافی شود و اگر تمامی مسایل طبیعی بود، می توان برای او استروژن موضعی تجویز کرد.

بعد از سن یائسگی پزشک معمولا پماد استروژن را یک روز در میان برای مدتی کوتاه و آن هم به همراه هورمون پروژسترون تجویز می کند تا در حد زیادی از بروز سرطان رحم و پستان بکاهد.

استروژن های خوراکی را قبل از ۵۰ سالگی می توان تجویز کرد زیرا هم کیفیت زندگی و هم کیفیت اعمال نزدیکی را بهتر کرده و خشکی واژن را برطرف می کند. اکثر خانم هایی که به این ناراحتی دچار هستند پس از مصرف استروژن به همراه پروژسترون درمان شده و راضی هستند.

## علائم:

درد هنگام نزدیکی از اولین علائم این ناراحتی است که بعد از یائسگی سوزش واژن یا بی اختیاری ادرار هم به آن افزوده می شود. بعد از یائسگی عضلات پرینه و کف لگن تحلیل پیدا کرده و حتی خشکی واژن می تواند سبب ریزش ادرار حین سرفه کردن شود. از جمله نشانه های آن تغییر رنگ مخاط و کم رنگ شدن آن است که در حین معاینه پزشک متوجه آن می شود.



## آیا احتمال دارد این بیماری با بیماری های دیگری اشتباه گرفته شود؟ آیا علائم آن با ناراحتی دیگری مشابه نیست؟

معمولا نه مگر آنکه عفونتی وجود داشته باشد. پزشک با تجربه به خصوص در افراد یائسه خشکی واژن را با ناراحتی های دیگر اشتباه نمی گیرد. در خانم های جوان ممکن است در اثر خشکی واژن و نزدیکی زیاد، کمی سائیدگی در واژن به وجود بیاید و پزشک گمان کند عفونتی وجود دارد. در این موارد پزشک از داروهای ضد باکتری و قارچ استفاده می کند که البته بی تاثیر است و در صورتی که استروژن تجویز نشود بهبودی حاصل نمی شود.



## کیک فن‌دقی

### مواد لازم:

- کره یا روغن ..... ۲۵۰ گرم
- شکر ..... ۲۰۰ گرم
- تخم مرغ ..... ۴ عدد
- نمک ..... به میزان لازم
- آرد ..... ۲۵۰ گرم
- بکینگ پودر ..... ۲ قاشق غذاخوری سر پر
- فندق خرد شده ..... ۲۵۰ گرم
- شکلات آب شده ..... ۱۰۰ گرم

### طرز تهیه:

کره و شکر را با همزن برقی خوب بزنید تا به صورت خمیر لطیفی درآید. سپس تخم مرغها را یکی یکی اضافه کرده و خوب بهم بزنید. آرد و بکینگ پودر و نمک را با هم مخلوط کرده دو بار الک نموده و کم کم به مخلوط اضافه نمایید و هم بزنید.

قالب دلخواه را چرب کرده و کمی آرد بپاشید. خمیر را داخل آن بریزید. به مدت یک ساعت در فر با درجه حرارت ۱۸۰ درجه سانتی گراد قرار دهید و پس از پخته شدن کیک را روی پنجره های فلزی برگردانید تا خنک شود.

سپس روی کیک شکلات آب شده بریزید و با فندق تزیین نمایید.



## تله مدیسین در ایران

مهسا صالحی (کارشناس مارکتینگ)



تله مدیسین یا «تأمین سلامت از راه دور» همان طور که در شماره پیش توضیح داده شد عبارت است از ویزیت بیماران از یک فاصله دور با استفاده از تکنولوژی های صوتی و تصویری و تجهیزات پزشکی مربوط به آن.

تله مدیسین امکان دریافت اکثر خدمات پزشکی را از منزل یا محل کار می دهد. و دارای مزایای بسیار زیادی است که به آن اشاره شد. قبل از شیوع کرونا پیش بینی می شد درآمد نرم افزارهای مرتبط با این تکنولوژی از ۲۴ میلیون دلار در سال ۲۰۱۶ به ۱۲۵ میلیون دلار در سال ۲۰۲۵ برسد که البته با شیوع ویروس کرونا این رقم فراتر از پیش بینی های صورت پر گرفته شد. در حال حاضر در دنیا نرم افزارهای بسیار موفقمانند جایننت و بیم وجود دارند. نرم افزارهای برتر تله مدیسین در سال ۲۰۲۰ به ترتیب Doxy.me, AMC Health, swyMed, Teladoc. Mend انتخاب شدند.

در کشور ما ایران امکانات درمانی مانند سایر دیگر سرویس های آموزشی، خدماتی و حتی تفریحی به شیوه ای بسیار نامتوازن میان شهروندان توزیع شده است. به طوری که ساکنان شهرها و روستاهای دور از مرکز عموماً ناچار به سفر به پایتخت و یا شهرهای بزرگ هستند و تله مدیسین آغاز انقلابی در توزیع الکترونیکی خدمات درمانی و بهداشتی در کشور است. نرم افزارهای تله مدیسین خیلی عجیب نیستند. مثلاً سامانه ۴۰۳۰ وزارت بهداشت که برای غربالگری بیماران کرونا از آن استفاده می شود یک تله مدیسین محسوب می شود.

نرم افزارهای تله مدیسین با استقبال مناسب پزشکان و بیماران مواجه شده اند. نرم افزارهایی مانند اسنپ دکتر، پزشکت، ساینه، هلیکس. البته متأسفانه هنوز هیچ آیین نامه ای از سوی وزارت بهداشت برای دادن مجوز و کنترل این شرکت ها اعمال نشده است.

این نرم افزارها قابلیت متفاوتی دارند. از جمله می توان به مشاوره متنی، صوتی و یا تصویری اشاره کرد. می توان این نرم افزارها را به یک پرونده پزشکی آنلاین تشبیه کرد که تمام اطلاعات بیمار در آن ذخیره می شود و اکثراً قابلیت بارگذاری عکس و فیلم را دارند. با اینکه این نرم افزارها با ورژنهای پیشرفته آن در دنیا هنوز فاصله زیادی دارند، اما شرایط پاندمی، کمک شایانی به تثبیت جایگاه عمومی و ایجاد اعتماد در جامعه به آنها کرده است. امید است در آینده نزدیک شاهد پیشرفت های دیگر آن در جامعه باشیم.

# THE JUNGLE GYM WILL NEVER BE THE SAME



## A FORMULA THAT NEVER STOPS WORKING

Isomil with Eye Q, Immunity and Soy is the right choice for nonstop nutrition. It works with your child at age one and beyond, nourishing their every need to make them sharper, and stronger.





## آشنایی با تکنیک Tall Man Lettering

(راهکارها و روشهای پیشگیری از وقوع خطاهای دارویی)

دکتر محمد سعیدی

داروساز بیمارستانی



و "prednisoLONE" نوشته شوند. زمانی که فرد با دارویی مواجه می‌شود که در نوشتن نام آن از تکنیک تالمن لترینگ استفاده شده است، این موضوع نشانه و سرخشی است که دارویی با نام مشابه همان دارو وجود دارد؛ پس ضروری است مراقب باشد و مطمئن شود که داروی درست را انتخاب کرده است و این سرخ هشدار است برای شناسایی داروی صحیح.

بنابراین ضروری است که پزشکان محترم در زمان تجویز دارو و درج نام آن هنگام نسخه‌نویسی برای داروهای مشابه از نظر ظاهر نوشتار، از این تکنیک استفاده کرده و سرخهای بعضاً حیات‌بخش را در اختیار سایر کادر درمان قرار دهند. مثلاً

در راستای معرفی راهکارها و روشهای پیشگیری از وقوع خطاهای دارویی در این شماره به معرفی تکنیک تالمن لترینگ خواهیم پرداخت و سعی خواهیم کرد با ارائه مثالهای عینی روزمره، اهمیت استفاده از این روش را برای کادر درمان، به‌ویژه پزشکان، پرستاران و داروسازان و سایر کادر درمان دخیل در فرایند تجویز تا مصرف دارو روشن نمایم. فلسفه‌ای که بر مبنای آن، احتمال بروز خطا ناشی از داروهای با اسامی مشابه شکل گرفته این است که تا وقتی حروف ابتدایی و انتهایی هر کلمه صحیح باشد، مهم نیست که حروف یک کلمه به چه ترتیبی در کنار هم قرار گرفته‌اند و به همین دلیل است که وجود مقادیر انبوه داروهای موجود در بازار مصرف با اسامی مشابه گیج‌کننده است. باتوجه به همین فلسفه این مشکل در سراسر جهان به‌عنوان یکی از علل آسیب‌های ناخواسته و حوادث تهدیدکننده ایمنی بیمار معنا یافته است.

Tall Man Lettering نوعی تکنیک نگارش نام داروها به زبان انگلیسی است که در آن بخشی از نام دارو با حروف بزرگ نوشته می‌شود و هدف از انجام آن پیشگیری از وقوع خطای دارویی در خصوص داروهایی است که نامشان از نظر ظاهر نوشتار و آوا مشابه هستند (look-alike, sound-alike). مثلاً مطابق تکنیک تالمن لترینگ، نام داروهای "prednisone" و "prednisolone" باید به ترتیب به صورت "predniSONE" و "predniSOLONE" نوشته شوند.

خطای دارویی گزارش شده است که پزشک فرم تزریقی minirin را برای بیمار تجویز می‌کند که اشتبهاً فرم تزریقی milrinone برای بیمار مصرف می‌شود و متأسفانه بیمار به دلیل آریتمی و عدم رسیدگی به موقع اکسپایر می‌شود. ای کاش پزشک معالج در زمان نسخه‌نویسی از تکنیک تالمن لترینگ استفاده کرده بود و دستور خود را به صورت (Desmopressin) miniRIN® مرقوم نموده بود تا با داروی milriNONE اشتباه نشود.

نمونه‌هایی از داروهایی را که توصیه می‌شود در نگارش آن‌ها هنگام نسخه‌نویسی از تکنیک تالمن لترینگ استفاده شود، در جدول زیر مشاهده می‌کنید.

buPROPion	busPIRone	medroxyPROGESTERone	methylPREDNISolone		
DOBUTamine	DOPamine	HYDROXYprogesterone	medroxyPROGESTERone		
hydrALAZINE	hydrOXYzine	dimenhyDRINATE	diphenhydRAMINE		
vinBLASStine	vinCRISStin	DAUNOrubicin	DOXOrubicin	levoFLOXacin	levETIRAcetam
fentaNYL	SUFentanil	ARIPiprazole	RABEprazole	*pARAKid®	pROkid®
ePHEDrine	EPINEPHrine	methoCARBAMOL	metoCLOPRAMIDE	metroNIDAZOLE	methIMAZole
FLUoxetine	DULoxetin	clomiPHENE	clomiPRAMINE	cefTRIAxone	cefTAZidime

(\* pARAKid® = paracetamol for kid & pROkid® = probiotic for kid)



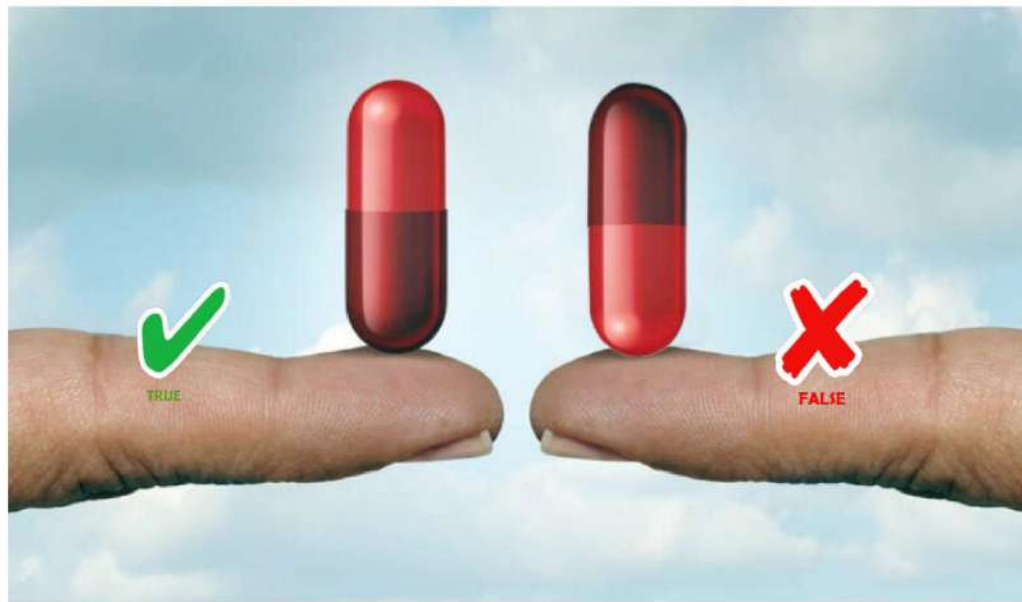
در خصوص مواقعی که مشابهت در نوشتار و آوانام تجاری یا ژنریک وجود دارد، می‌توان از آوردن نام تجاری یا ژنریک فراورده به‌مثابه سر نخ پیشگیری از وقوع خطای دارویی در کنار هم و داخل پرانتز استفاده کرد و به این وسیله مانع از وقوع خطای دارویی شد.



همچنین خالی از لطف نخواهد بود که در کنار تکنیک تالمن لترینگ در نسخه‌نویسی به نکات زیر نیز توجه نماییم:

●●● در خصوص داروهای با نوشتار و آوای مشابه توصیه می‌شود دستور شفاهی (تلفنی) حتی المقدور محدود شود و در مواقع ضروری از تکنیک بازخوانی مجدد (Read Back) برای تأیید دستور داده‌شده استفاده شود تا از بروز خطاهای دارویی مشابه در گفتار نیز پیشگیری کنیم. مثلاً زمانی که پزشک به‌صورت تلفنی دستور دارویی را به پرستار می‌دهد و می‌گوید: «مترونیدازول به رژیم درمانی بیمار اضافه شود.» پرستار باید سؤال کند: «بخشید آقای دکتر، فرمودید مترونیدازول یا متی مازول؟» و...

●●● در خصوص مواقعی که مشابهت در نوشتار و آوانام تجاری یا ژنریک وجود دارد، می‌توان از آوردن نام تجاری یا ژنریک فراورده به‌مثابه سر نخ پیشگیری از وقوع خطای دارویی در کنار هم و داخل پرانتز استفاده کرد و به این وسیله مانع از وقوع خطای دارویی شد. مثلاً پزشکی که داروی Nexium® را برای بیمار خود تجویز می‌کند، بهتر



است برای پیشگیری از جابه‌جایی داروی Doxium® به جای Nexium® داخل پرانتز بنویسد (Esomeprazole) یا برعکس در زمان تجویز Doxium® بهتر است پزشک داخل پرانتز بنویسد (Calcium dobesilate) تا به این طریق مانع از وقوع خطای دارویی شود.

●●● در خصوص داروهایی که از نظر آوا یا نوشتار مشابهت دارند و احتمال وقوع خطای دارویی وجود دارد، حتی می‌توان داخل پرانتز نام دارو را به فارسی نوشت که مانع از وقوع خطا شود. مثلاً متخصص زنانی را در نظر بگیرید که می‌خواهد برای بیمارش داروی Iodofolic® را تجویز نماید. بهتر است که برای پیشگیری از جابه‌جایی داروی Iodofolic® داخل پرانتز به فارسی بنویسد (یدوفولیک® / اسید فولیک + ید) یا برعکس، در زمان تجویز Inofolic® داخل پرانتز به فارسی قید شود (اینوفولیک® / اینوزیتول + اسید فولیک) تا به این صورت سرنخی را به دست دیگر کادر درمان از پرستار گرفته تا تکنسین دارویی یا داروساز بدهد و احتمال وقوع خطای دارویی کاهش یابد.

تشخیص آنکه چه زمان از چه شیوه‌ای استفاده شود که مانع از وقوع خطای دارویی گردد، به عوامل مختلفی بستگی خواهد داشت و پزشک می‌تواند با توجه به وضعیت، از یک یا چند روش استفاده کند تا احتمال وقوع خطای دارویی را کاهش دهد و فراموش نکنیم که خطاهای پزشکی و خطاهای دارویی متأسفانه یکی از عوامل مرگ‌ومیر بیماران هستند که هرگونه احتیاطی در این خصوص از جانب کادر درمان قابل تقدیر و ستایش خواهد بود.

منبع: بهنام بهستان



در خصوص داروهایی که از نظر آوا یا نوشتار مشابهت دارند و احتمال وقوع خطای دارویی وجود دارد، حتی می‌توان داخل پرانتز نام دارو را به فارسی نوشت که مانع از وقوع خطا شود.





۱۴۰۰



The only clinically proven nutritional formula that helps manage blood sugar, cholesterol and weight.

**behestan**

behdasht We are Committed to Care

مرداد ۵

2021 Jul / Aug

۱۴۴۲ ذی الحجه - محرم

شنبه	یکشنبه	دوشنبه	سه شنبه	چهارشنبه	پنجشنبه	جمعه
۲۱ ۱۲	۳۰ ۱۳	۳۱ ۱۳				۱ ۱۲
۲۴ ۱۳	۲۵ ۱۴	۲۷ ۱۵	۴ ۱۵	۵ ۱۶	۶ ۱۷	۷ ۱۸
۳۱ ۲۰	۱ ۲۱	۲ ۲۲	۳ ۲۳	۴ ۲۳	۵ ۲۴	۶ ۲۴
۷ ۲۷	۸ ۲۸	۹ ۲۹	۱۰ ۳۰	۱۱ ۳۱	۱۲ ۱	۱۳ ۲
۱۴ ۱۴	۱۵ ۱۵	۱۶ ۱۶	۱۷ ۱۷	۱۸ ۱۸	۱۹ ۱۹	۲۰ ۲۰
۲۳ ۱۱	۲۴ ۱۲	۲۵ ۱۳	۲۶ ۱۴	۲۷ ۱۵	۲۸ ۱۶	۲۹ ۱۷

۶- روز جهانی هیپاتیت ۷- عید سعید اندرکیم (تعطیل) ۸- بزرگداشت سهروردی ۹- روز اهدای خون ۱۰- آغاز هفته جهانی شیردهی ۱۷- روز خبرنگار ۲۷- تاسوعای حسینی (تعطیل) ۲۸- عاشورای حسینی (تعطیل)

به دلیل احترام به طبیعت و حفظ محیط زیست و در راستای مسئولیت‌های اجتماعی شرکتی بهستان بهداشت، تقویم سال ۱۴۰۰ را به صورت الکترونیک و شامل مناسبت‌های سلامت ملی و بین‌المللی تقدیمتان کردیم.

در صورت تمایل می‌توانید فایل الکترونیک تقویم را در صفحه لینکدین و کانال تلگرام بهستان بهداشت دانلود کنید.

 **behestanCHC**

 **behestan-behestan**



صفحه اینستاگرام بهستان بهداشت

فضایی برای تعامل پزشکان و بیماران

**behestan\_chc**



برای ورود به پیج، لطفا روی آیکون اینستاگرام کلیک کنید.



## OUR VALUES



Stability



Agility



Be Honest



Collaboration & Respect



Empowerment



Leadership



Empowerment



Patient Centricity

...

## Behestan behdasht

Health, Wellness and Fitness

Health Is our business



View all 168 employees

Follow

شرکت بهستان بهداشت  
را در شبکه تخصصی لینکدین دنبال کنید:

[www.linkedin.com/company/behestan-behdasht](http://www.linkedin.com/company/behestan-behdasht)

