

سبک سلامت



فرب محصولات پزشکی ماهوارهای را نخوریم

داروهایی که کور می کنند اما شفا نمی دهند!

■ مهدی ارجمند

به این جملات دقت کنید. دیگر نگران افزایش چربی دور شکم خود نباشید... تلفن را بردارید و تماس بگیرید... ما برای شما دارویی را تجویز می کنیم که ظرف مدت سه هفته می تواند چربی شکمتان را آب کند و یک شکم صاف درست مثل ورزشکارها داشته باشید... نگرانی ها تمام شد... دیگر غصه بزرگ بودن بینی خود را نخورید... چسب دماغ تازه ترین محصول کمپانی داروسازی... تحت لیسانس کشور آلمان است که می تواند یک دماغ قلمی سر بالا را برای شما به ارمان بیاورد... دیگر نگران فرو رفتگی گونه های خود نباشید، زل نتریزی... ظرف مدت یک ماه کاری می کند تا پوستی شاداب و گونه هایی صاف داشته باشید... کید چرب دارید؟ اصلاً نگران نباشید، قرص گیاهی... در آن صد در صدی کید چرب و پیشگیری کننده از

اختلالات کبدی... فقط کافی است به مدت دو ماه این قرص را با قیمت بسیار مناسب تهیه و مصرف کنید. آن وقت است که تا آخر عمر با کبدی سالم و پاکسازی شده زندگی خواهید کرد... کاهش و افزایش وزن صد درصد تضمینی و کاملاً گیاهی... اینها تنها نمونه هایی از نحوه تبلیغ داروها و محصولات بهداشتی و درمانی از طریق شبکه های ماهوارهای است یا در برخی از شبکه های اجتماعی و صفحات مجازی به چشم می خورد. شرکت های بازرگانی که بیشتر آنها دفا ترشان در خارج از کشور و آن طرف آبهاست با تبلیغات گوناگون، داروهایی که صحت آنها توسط هیچ مرجع رسمی تأیید نشده است را به راحتی به فروش می رسانند. تبلیغات پر رنگ و لعاب آنها همراه با حرف های قلبنه سلبنه و جملات اغراق آمیز که سعی در جذب اعتماد مخاطب دارد باعث شده است

که برخی از افراد خیلی زود فرب این تبلیغات منفی را بخورند و برای سفارش این داروها اقدام کنند. داروهایی که نه تنها برای افراد مفید نیست بلکه می توانند سلامتی آنها را به شدت به خطر بیندازد و گاه حتی تا مرحد مرگ نیز پیش برود. داروهایی که محل تولیدشان مشخص نیست و معلوم نیست در ساخت این داروها از چه ترکیبی استفاده می شود. با این حال برخی افراد خیلی زود فرب تبلیغات شبکه های ماهوارهای و فضای مجازی در اینترنت را می خورند و با اعتماد به این آگهی ها داروهایی را سفارش می دهند که می توانند سلامت آنها را خطر بیندازد؛ داروهایی تقلبی و مرکب از مواد غیر استاندارد که به شدت سلامت انسان را به خطر می اندازد و می تواند عواقب جبران ناپذیری به دنبال داشته باشد. به قول معروف داروهایی که کور می کنند اما شفا نمی دهند.

■ در دام تبلیغات ماهوارهای نیفتیم

بسیاری از پزشکان و کارشناسان حوزه بهداشت و سلامت بر این اعتقادند داروهایی که از شبکه های ماهوارهای تبلیغ می شود به هیچ وجه قابل اعتماد نیست و افراد نباید این داروها را مصرف کنند. در این زمینه وزارت بهداشت و درمان نیز هشدار داده است. وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی ضمن اطلاع رسانی و ارائه هشدار به هموطنان گرامی، اعلام کرده است مسئولیتی را در قبال عوارض ناشی از تهیه و مصرف خودسرانه این فرآورده ها برعهده نخواهد گرفت. در هشدار وزارت بهداشت آمده است: ضمن افزایش تماس های تلفنی با مرکز ملی اطلاع رسانی داروها و سموم وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در خصوص مصرف داروهای تبلیغ شده در شبکه های ماهوارهای، بدینوسیله به اطلاع می رساند از آنجا که مواردی از بستری در بیمارستان و مرگ ناشی از مصرف برخی از داروهای کاهش وزن از جمله فرآورده HERBAL SLIMMING گزارش شده است، توجه خانواده ها را به این نکات جلب می کند:

تهیه دارو نباید از طریق سیستم دارویی کشور اعم از داروخانه ها و بیمارستان ها صورت گیرد و حتی پزشک معالج هم مجاز به فروش دارو یا فرآورده های دارویی در مطب نمی باشد. از آنجا که نظارت وزارت بهداشت بر داروهای ارائه شده از طریق داروخانه ها و بیمارستان ها به واسطه کنترل دائمی شرکت های تولید کننده، وارد کننده و شرکت های پخش دارو صورت می گیرد، شهروندان بدون نگرانی مجاز می باشند دارویی مورد نیاز خود را از طرق ذکر شده تهیه و مصرف نمایند.

از آنجا که فروش و تبلیغ داروهای تبلیغ شده از طریق ماهواره صرفاً جنبه سودجویی دارد، اغلب با ادعای دارا بودن مجوز وزارت بهداشت، مصرف کنندگان را ترغیب به تهیه و مصرف فرآورده های خود می نمایند. لازم به یادآوری است که تمامی نقل و انتقالات و روش فروش این فرآورده ها از طریق تماس تلفنی و ارسال با پیک صورت می گیرد و این خود گواه بدون پشتوانه بودن و عدم صحت اطلاعات ارائه شده می باشد. وزارت بهداشت از خانواده ها درخواست کرده است خود را به عنوان یک طعمه در دام این گونه تبلیغات که با سلامت جان آنها مرتبط است، گرفتار نکنند.



دنیای تبلیغات دنیا بی پیچیده است و هر شرکت سعی می کند با شیوه ها و شگردهای خود محصولاتش را به فروش برساند و بر اساس اصل دروغ هرچه بزرگ تر باور کردنش برای مخاطب راحت تر شبکه های ماهوارهای در فروش محصولات خود اغراق می کنند و با این شگردها به فرب مشتریان خود می پردازند.



لازم را ندارند و تنها به تبلیغات شبکه های ماهوارهای اطمینان می کنند. این پزشک داروساز خاطر نشان می کند: به جرئت به مردم می گویم داروهایی که در شبکه های ماهوارهای برخی افراد خیلی زود فرب این تبلیغات و به سادگی به دام آنها می افتند و داروهایی را مصرف می کنند که به هیچ وجه قابل اعتماد نیست. دکتر پرام جم پزشک داروساز با انتقاد شدید از تبلیغ عرضه داروها در شبکه های ماهوارهای که باعث فرب برخی از افراد می شود، می گوید: دارو موضوعی نیست که به سادگی از کنار آن بگذریم. شوخی که نیست، موضوع سلامت و جان انسان ها است. زمانی که فردی دارویی را مصرف می کند اگر این دارو دارای استانداردهای لازم نباشد می تواند باعث ایجاد مشکلاتی برای او شود. این پزشک داروساز می افزاید: دارویی غیر استاندارد حتی گاه می تواند باعث مرگ افراد شود و برای همین است که در تمامی داروخانه ها مسئول فنی حضور دارد تا سلامت و استاندارد دارو بررسی شود. مردم باید حواس شان را جمع کنند و فرب تبلیغات داروهای غیر استاندارد را نخورند اینکه دارویی از شبکه ماهوارهای یا شبکه های مجازی تبلیغ می شود دلیل اعتبار دارو نیست و مصرف این دارو گاه می تواند باعث به خطر افتادن سلامتی و حتی جان انسان ها شود.

این پزشک داروساز می افزاید: بیشتر این داروهایی که در شبکه های ماهوارهای تبلیغ می شود فاقد مجوز و استاندارد های لازم هستند و مراکز تولید آنها معلوم نیست و اینکه در تبلیغات این داروها اعلام می شود که تحت لیسانس یک کشور اروپایی هستند حرف قابل قبولی نیست و نباید به آن اعتنا کرد. او در ادامه با تأکید بر هوشیاری مردم در مصرف داروها و لوازم پزشکی می گوید: حتی دارویی که از داروخانه دارای مجوز تهیه می شود باید به دقت بررسی شود که تاریخ تولید و مصرف دارد و دارای اعتبار است یا خیر؟ آن وقت چگونه است که افراد برای مصرف داروها دقت

رازم را ندارند و تنها به تبلیغات شبکه های ماهوارهای اطمینان می کنند. این پزشک داروساز خاطر نشان می کند: به جرئت به مردم می گویم داروهایی که در شبکه های ماهوارهای برخی افراد خیلی زود فرب این تبلیغات و به سادگی به دام آنها می افتند و داروهایی را مصرف می کنند که به هیچ وجه قابل اعتماد نیست. دکتر پرام جم پزشک داروساز با انتقاد شدید از تبلیغ عرضه داروها در شبکه های ماهوارهای که باعث فرب برخی از افراد می شود، می گوید: دارو موضوعی نیست که به سادگی از کنار آن بگذریم. شوخی که نیست، موضوع سلامت و جان انسان ها است. زمانی که فردی دارویی را مصرف می کند اگر این دارو دارای استانداردهای لازم نباشد می تواند باعث ایجاد مشکلاتی برای او شود. این پزشک داروساز می افزاید: دارویی غیر استاندارد حتی گاه می تواند باعث مرگ افراد شود و برای همین است که در تمامی داروخانه ها مسئول فنی حضور دارد تا سلامت و استاندارد دارو بررسی شود. مردم باید حواس شان را جمع کنند و فرب تبلیغات داروهای غیر استاندارد را نخورند اینکه دارویی از شبکه ماهوارهای یا شبکه های مجازی تبلیغ می شود دلیل اعتبار دارو نیست و مصرف این دارو گاه می تواند باعث به خطر افتادن سلامتی و حتی جان انسان ها شود.

این پزشک داروساز می افزاید: بیشتر این داروهایی که در شبکه های ماهوارهای تبلیغ می شود فاقد مجوز و استاندارد های لازم هستند و مراکز تولید آنها معلوم نیست و اینکه در تبلیغات این داروها اعلام می شود که تحت لیسانس یک کشور اروپایی هستند حرف قابل قبولی نیست و نباید به آن اعتنا کرد. او در ادامه با تأکید بر هوشیاری مردم در مصرف داروها و لوازم پزشکی می گوید: حتی دارویی که از داروخانه دارای مجوز تهیه می شود باید به دقت بررسی شود که تاریخ تولید و مصرف دارد و دارای اعتبار است یا خیر؟ آن وقت چگونه است که افراد برای مصرف داروها دقت

رازم را ندارند و تنها به تبلیغات شبکه های ماهوارهای اطمینان می کنند. این پزشک داروساز خاطر نشان می کند: به جرئت به مردم می گویم داروهایی که در شبکه های ماهوارهای برخی افراد خیلی زود فرب این تبلیغات و به سادگی به دام آنها می افتند و داروهایی را مصرف می کنند که به هیچ وجه قابل اعتماد نیست. دکتر پرام جم پزشک داروساز با انتقاد شدید از تبلیغ عرضه داروها در شبکه های ماهوارهای که باعث فرب برخی از افراد می شود، می گوید: دارو موضوعی نیست که به سادگی از کنار آن بگذریم. شوخی که نیست، موضوع سلامت و جان انسان ها است. زمانی که فردی دارویی را مصرف می کند اگر این دارو دارای استانداردهای لازم نباشد می تواند باعث ایجاد مشکلاتی برای او شود. این پزشک داروساز می افزاید: دارویی غیر استاندارد حتی گاه می تواند باعث مرگ افراد شود و برای همین است که در تمامی داروخانه ها مسئول فنی حضور دارد تا سلامت و استاندارد دارو بررسی شود. مردم باید حواس شان را جمع کنند و فرب تبلیغات داروهای غیر استاندارد را نخورند اینکه دارویی از شبکه ماهوارهای یا شبکه های مجازی تبلیغ می شود دلیل اعتبار دارو نیست و مصرف این دارو گاه می تواند باعث به خطر افتادن سلامتی و حتی جان انسان ها شود.

رازم را ندارند و تنها به تبلیغات شبکه های ماهوارهای اطمینان می کنند. این پزشک داروساز خاطر نشان می کند: به جرئت به مردم می گویم داروهایی که در شبکه های ماهوارهای برخی افراد خیلی زود فرب این تبلیغات و به سادگی به دام آنها می افتند و داروهایی را مصرف می کنند که به هیچ وجه قابل اعتماد نیست. دکتر پرام جم پزشک داروساز با انتقاد شدید از تبلیغ عرضه داروها در شبکه های ماهوارهای که باعث فرب برخی از افراد می شود، می گوید: دارو موضوعی نیست که به سادگی از کنار آن بگذریم. شوخی که نیست، موضوع سلامت و جان انسان ها است. زمانی که فردی دارویی را مصرف می کند اگر این دارو دارای استانداردهای لازم نباشد می تواند باعث ایجاد مشکلاتی برای او شود. این پزشک داروساز می افزاید: دارویی غیر استاندارد حتی گاه می تواند باعث مرگ افراد شود و برای همین است که در تمامی داروخانه ها مسئول فنی حضور دارد تا سلامت و استاندارد دارو بررسی شود. مردم باید حواس شان را جمع کنند و فرب تبلیغات داروهای غیر استاندارد را نخورند اینکه دارویی از شبکه ماهوارهای یا شبکه های مجازی تبلیغ می شود دلیل اعتبار دارو نیست و مصرف این دارو گاه می تواند باعث به خطر افتادن سلامتی و حتی جان انسان ها شود.

سبک مراقبت

نگاهی به ضرورت روان درمانی و مصرف داروهای روانپزشکی

من روانی نیستم فقط بیمارم

■ بهنام صدقی

«من روانی نیستم»، «من دیوانه نیستم»، «برای چه باید پیش روانپزشک بروم؟»، «مگر من دیوانه ام؟» و... جملاتی هستند که بارها از زبان افرادی که نیاز مبرم به روانشناس یا روانپزشک دارند، شنیده ایم. جالب اینکه این جملات آشنا را همچنان و با اینکه سطح آگاهی بسیاری از مردم نسبت به جایگاه درمان ها و مشاوره های روانپزشکی و روانشناسی افزایش یافته است، زیاد می شنویم. اما چرا مردم، به ویژه در جامعه ما تمایل زیادی ندارند به روانشناس، مشاور یا روانپزشک مراجعه کنند؟ بی شک یکی از دلایل اصلی آن به ترس از برچسب خوردن یا تانگ روانی بودن بازمی گردد. در واقع خیلی از افراد از ترس اینکه مردم به آنها چه می گویند و چه نگاهی به آنها خواهند داشت، به روانپزشک مراجعه نمی کنند. چنین ترسی چندان هم بی دلیل نیست، چرا که در جامعه ما، هم خود بیماران و هم خانواده آنها در بسیاری از مواقع درد آنگ خوردن را لمس می کنند. دکتر بهزاد تر یوه، روانشناس بالینی و مشاور خانواده معتقد است بسیاری از مراجعان کلینیک های روان شناسی، مشاوره و روانپزشکی مبتلا به بیماری ها و اختلالات روان شناختی نیازمند مصرف دارو هستند. تعدادی از این افراد بعد از اینکه به آنها گفته می شود باید دارو میل کنند، واکنش ترس و مقاومت از خود بروز می دهند چرا که گمان می کنند این داروها آن ها را وابسته، معتاد یا بیمار تر می کند. ادامه گفته های دکتر تر یوه را در این زمینه می خوانید.



به رغم هشدارهای مختلف از سوی وزارت بهداشت و مراکز رسمی بهداشتی و درمانی در کشور تبلیغات برخی شبکه های ماهوارهای چنان با آب و تاب است که برخی افراد خیلی زود فرب این تبلیغات را می خورند و به سادگی به دام آنها می افتند و داروهایی را مصرف می کنند که به هیچ وجه قابل اعتماد نیست

■ تقسیم بندی داروهای روانپزشکی

جالب است که برخی بیماران با اعلام خطرناک، از میل کردن دارو امتناع می کنند، صرفاً به خاطر اینکه ممکن است چند کیلوگرمی افزایش وزن پیدا کرده یا کمی خواب آلود شوند. داروهای روانپزشکی به چهار دسته کلی ضد روان پریشی، تثبیت کننده خلق، ضد اضطراب و ضد افسردگی تقسیم می شوند. این داروهایی هستند که برای درمان اختلالات و به کار می روند؛ دقیقاً همانند اختلالات جسمی. این داروهایی نظمی جسمی ای که در انسان رخ داده است را اصلاح و در مسان می کند. اختلال روانشناختی آن گونه که از اسمش برمی آید آنقدرها هم وحشتناک نیست؛ اما تا آنجا که بیمار داروهایش کسی که اختلال روانی دارد حتماً خطرناک و ناخوشایند است. ولی واقعا این طور نیست.

■ مردم نباید نگران باشند

یک افسردگی ساده یا یک وسواس فکری هم اختلال روان محسوب می شود ولی خوشبختانه علم با پیشرفت های خارق العاده اش در درمان این بیماری ها کمک شایانی به بشریت کرده است. مردم نباید نگران باشند در دنیا دشمنان سخت مشغول فعالیتند که از عوارض و خطرات داروها بکاهدند. به جز فواید اخلاقی برای دانشمندان،



درمان بیماری های روانی مستلزم استفاده از خدمات دو تخصص است

روانپزشکان در حوزه دارودرمانی و روانشناسان در حوزه روان درمانی به بیماران کمک می کنند. همان طور که یک روانشناس اجازه تجویز دارو به بیماران را ندارد، یک روانپزشک نیز اجازه روان درمانی ندارد؛ این آموزش های روان درمانی را که متخصصین روانشناس و مشاوران در آن مطالعه و تحقیق می کنند تدبیر است

کارخانه های ساخت دارو به شدت در این موضوع رقابت دارند که داروهای بهتری به بازار عرضه کنند تا بیشتر سود کنند. همه می دانند که داروهای روانپزشکی مانند اغلب داروهای شیمیایی دیگر عوارض جانبی دارد ولی این مقدار حساسیت و حاشیه سازی در مورد داروهای روانپزشکی عادی نیست. بیشتر شبیه محصول یک ضد تبلیغات بلندمدت است طوری که اگر مردم کسی را در حال مصرف این داروها ببینند نگاه هایشان خاص می شود و عنوان زشت روانی را به آن فرد اطلاق می کنند. این قشر از مردم باید این رفتار ناهنجار را کنار بگذارند چرا که بیماری های اعصاب و روان مانند بیماری های جسمی، فقط بیماری هستند و این برای من و شما می که در قرن ۲۱ و در سال ۲۰۱۷ زندگی می کنیم مایه تأسف است که فردی را با برچسب بیماری اش خطاب و مسخرمایش کنیم.

■ درمان را سخت نکنیم

انسان بیمار می شود و درمان هم برای همین انسان ابداع شده است. مگر می توانیم پیش بینی کنیم که خودمان در چند ساعت بعد همچنان از

روز بعد از مصرف داروهای کم رنگ تر شده و گاهی کاملاً از بین می رود اما در صورتی که افراد علائم جدی و حاد را تجربه کردند حتماً با پزشک خود تماس بگیرند یا در صورت در دسترس نبودن پزشک خود، به نزدیک ترین محل درمانی خود مراجعه کنند

■ روجه بالا ضروری ولی همه چیز نیست! برای افزایش وزن که ناشی از آزمشی است که بیمار بعد از مصرف دارو به دست آورده است، رژیم غذایی جدید و اصلاح شده ای اتخاذ کنید. برای خواب آلودگی ها ورزش، تحرک و تنظیم ساعات خواب را در نظر بگیرید. با این کار خواهید دید که این علائم چقدر راحت کنترل می شوند. روجه بالا برای درمان ضروری است ولی همه چیز نیست!

■ از تباط خود را با پزشک قطع نکنید مردم باید از این ترسند که امتناع از درمان که در سر تا سر دنیا شناخته شده است، می تواند در طولانی مدت حال آن ها را بدتر کند. بهتر است قبل از بدتر شدن حالمان سا کمترین هزینه و دردسر، درمان را تکمیل کنیم. اختلال یعنی برهم خوردن یک نظم طبیعی و درمان هم برگرداندن این نظم به جسم و روان فرد است. برای این کار روانشناسان اجازه تجویز دارو به بیماران را به صورت ساختارهای منسجم ذهنی در فرآیند روان درمانی ایجاد کنند.

مردم به یاد داشته باشند که درمان بیماری های روانی مستلزم استفاده از خدمات هر دو تخصص است چرا که روانپزشکان در حوزه دارودرمانی و روانشناسان در حوزه روان درمانی به بیماران کمک می کنند. همان طور که یک روانشناس اجازه تجویز دارو به بیماران را ندارد، آن هم به این دلیل که آموزش های یک پزشک عمومی را نمی بیند، یک روانپزشک نیز اجازه روان درمانی ندارد چون آموزش های روان درمانی را که متخصصین روانشناس و مشاوران در آن مطالعه و تحقیق می کنند ندیده است.