



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی  
آستان قدس  
معاونت غذا و دارو

## "پیشگیری از مسمومیت ها در ایام نوروز"



ستاد مرکزی اطلاع رسانی داروها و سموم، ضمن تبریک به مناسبت فرا رسیدن سال نو و ایام نوروز، برای کلیه هموطنان گرامی آرزوی سلامت می نماید و توجه شما را به نکات ذیل جهت پیشگیری از بروز برخی مشکلات در ایام تعطیلات عید جلب می نماید.

### خانه تکانی

- ✓ همیشه در هنگام استفاده از فرآورده های شیمیایی و شوینده در نور کافی برچسب روی بسته بندی را مطالعه نموده، سپس مصرف نمائید. استفاده از این مواد در تاریکی می توانند خطرناک باشد.
- ✓ در هنگام استفاده از مواد شیمیایی و فرآورده های شوینده، سفید کننده، جرم بر و لوله بازکن پنجره ها را باز کنید و هواکش را روشن نمایید تا هوا به خوبی در محیط جریان داشته باشد. پس از مصرف در محیط های کوچک مانند دستشویی و حمام به هیچ عنوان در این مکان ها توقف نکنید چرا که گازهای تولید شده در فضای کوچک، خفه کننده و سمی می باشد.
- ✓ از اختلاط مواد شیمیایی مانند جوهر نمک و جرم بر با فرآورده های سفید کننده جداً خودداری کنید.  
بخارات و گازهای ناشی از این اختلال بسیار سمی و خفه کننده می باشد.
- ✓ ضمن استفاده از مواد شیمیایی حتماً از وسایل محافظت کننده مانند دستکش بلند، کفش نفوذ ناپذیر، شلوار بلند و جوراب استفاده نمائید.
- ✓ در صورت تماس پوست یا چشم با مواد اسیدی یا قلیایی پوست و چشم را با مقادیر فراوان آب شستشو داده و مصدوم را به مرکز درمانی منتقل کنید.
- ✓ در صورت تماس پوست یا چشم با مواد اسیدی یا قلیایی هرگز از مواد قلیایی یا اسیدی جهت خنثی سازی استفاده نکنید.

- ✓ در صورت بلع مواد با خاصیت خورندگی مانند اسید و قلیا، هرگز بیمار را وادار به استفراغ نکنید. این کار می تواند سبب وخیم شدن وضع بیمار گردد.
- ✓ از قرار دادن مواد شوینده در کمد های زیر ظرفشویی اجتناب نمایید. خطر مسمومیت در کودکان نوپا و کنجکاو از این طریق بسیار بالا می باشد.



- ✓ بسیاری از داروها و محصولات خانگی مانند جوهر نمک، مواد شوینده و لک بر، لاک پاک کن، سموم حشره کش و جونده کش (مانند مرگ موش)، تینر، ضدیخ، بنزین و نفت می توانند در صورت بلعیده شدن، تماس با پوست و چشم و یا در صورت تنفس، بسیار سمی باشند، بنابراین از نگهداری آن ها در کمد های بدون قفل، در پارکینگ و حیاط منزل اجتناب نمایید.
- ✓ محصولات شیمیایی و شوینده، نفت و بنزین و داروها خصوصاً شربت ترک اعتیاد متادون را همیشه در ظرف اصلی آن نگهداری کنید. هیچگاه این فرآورده ها را در ظرف مواد خوراکی (مانند بطری نوشابه) نگهداری نکنید. این عمل سبب خورده شدن اشتباهی این مواد توسط کودکان و مسمومیت شدید آن ها خواهد شد.
- ✓ در هنگام استفاده از محصولات شیمیایی و پاک کننده چنانچه مجبور شدید به زنگ درب ورودی و یا تلفن جواب دهید، قبل از هر چیز درب ظرف را ببندید و هرگز از کودک خود چشم بردارید.
- ✓ عمده ترین موارد مسمومیت در کودکان در اثر خوردن مواد شیمیایی و محصولات خانگی مانند مواد آرایشی بهداشتی، فرآورده های شوینده، سفیدکننده، لوله باز کن و لاک پاک کن (استون) بوده است.
- ✓ برخی از لوازم آرایش خصوصاً غیر استاندارد و حتی سرمه، حاوی مقادیر بالای سرب می باشند. از مصرف آنها خودداری کنید. مسمومیت با سرب در کودکان می تواند منجر به بروز اختلالات رفتاری، کند ذهنی، اختلال در یادگیری، اختلال در رشد و تشنج شود.
- ✓ مسمومیت با سرب می تواند از طریق تنفس و یا خوردن ذرات معلق سرب موجود در هوا، خاک یا آب صورت گیرد.
- ✓ در صورتیکه کودک و یا فردی از نزدیکان شما ماده ای غیر خوراکی یا سمی را بلعید و یا استنشاق نمود، با مرکز اورژانس ۱۱۵ تماس بگیرید.

## مسمومیت غذایی

- ✓ دستور طلایی پیشگیری از مسمومیت غذایی پختن غذا و خوردن آن در همان روز است.
- ✓ غذاهای مسموم کننده ممکن است بو یا مزه ناخوشایندی نداشته باشند.
- ✓ برخی از علائم مسمومیت غذایی این شامل سردرد، تب، خستگی، تهوع، استفراغ، اسهال آبکی شدید، کم شدن آب بدن، ضعف و درد شکم می باشند.
- ✓ با وجود اینکه اکثر مسمومیت های غذایی معمولاً ظرف ۲۴ ساعت برطرف می شوند، اما بعضی از آنها مانند مسمومیت و مرگ ناشی از بوتولیسم، در اثر غذا و کنسرو آلوده بروز می کند و بسیار کشنده است. بیمار مبتلا سریعاً باید به یک مرکز درمانی مجهز، جهت تزریق داروی ضد سم منتقل شود.
- بوتولیسم نوعی مسمومیت غذایی کشنده است که در اثر مصرف کشک غیر پاستوریزه، غذاهای کنسروی (که قبل از مصرف، حرارت مناسب به آنها نرسیده است) و یا سوسیس و کالباس آلوده بروز می کند. علائم و نشانه های این مسمومیت با تاخیر (بعد از ۱۲ تا ۲۴ ساعت) ظاهر می شود و شامل تاری دید، دوبینی، افتادگی پلک فوقانی، عدم توانایی حرکتی، اختلال تکلم، لکنت زبان، سختی بلع، و خشکی و درد گلو می باشد. در صورت عدم درمان به موقع ممکن است فرد مسموم در اثر فلج تنفسی فوت نماید.
- از خرید قوطی های کنسرو دارای برآمدگی، فرورفتگی و یا نشستی خودداری کنید و مطمئن شوید که درپوش آن ها شکسته نشده باشد. با جوشاندن کنسروها به مدت ۲۰ دقیقه می توان از خطر مسمومیت کشنده بوتولیسم پیشگیری نمود.
- ✓ هرگز غذاهای پخته شده را بیش از ۲ ساعت (اگر هوای اتاق گرم می باشد، بیش از یک ساعت) در دمای محیط رها نکنید. برای دوباره گرم کردن غذاهای باقیمانده آنها را تا ۷۴ درجه سانتی گراد گرما دهید تا غذا بخار کند و همچنین غذاهایی که بیش از ۳ روز باقیمانده اند را مصرف نکنید.
- ✓ برای حمل مواد غذایی فاسد شدنی، از یخدان مناسب استفاده کنید. غذاهایی که حاوی سس، تخم مرغ و خامه می باشند خیلی زود فاسد می شوند.



## مسمومیت با مونواکسید کربن

- ✓ جهت کاهش احتمال بروز مسمومیت با گاز منوکسید کربن (که بی رنگ، بی بو و شدیداً سمی است) باید یک سیستم تهویه هوا در محیط باشد. ضمن اطمینان از استاندارد بودن وسایل گرمایشی (بخاری نفتی و گازی)، آبگرم کن و پکیج دیواری، دودکش این وسایل را کنترل کنید.
- ✓ هیچگاه داخل اتومبیل با موتور روشن در مدت هرچند کوتاه، ن خوابید. این کار سبب بروز مسمومیت کشنده با منوکسید کربن خواهد شد. همچنین از روشن کردن گاز پیک نیکی در داخل چادر یا اتومبیل و یا در محیط بسته دیگری به منظور تامین گرما، جدا خودداری نمائید.
- ✓ چنانچه در یک محیط بسته دارای وسایل گرمایشی حالت تهوع، سرگیجه و خواب آلودگی داشتید، سریعاً بقیه را در جریان بگذارید. اگر مشکوک به مسمومیت با منوکسید کربن هستید محیط را ترک کنید و فوراً توسط پزشک معاینه شوید. نوزادان و افراد مسن، زنان حامله و افرادی که دارای ناراحتی های قلبی عروقی هستند چنانچه با این گاز در تماس باشند حتی در صورت نداشتن علامت حتماً باید توسط پزشک معاینه شوند.



## اقدامات اولیه در برخورد با فرد مسموم

- ✓ بیشترین مسمومیت ها در منازل توسط داروهای موجود در خانه و نیز مواد نفتی ایجاد می شود. به همین علت باید در نگهداری این مواد دقت بیشتری به عمل آید.
- ✓ اگر بیمار هوشیار بود با اورژانس ۱۱۵، تماس گرفته و در خصوص اقدامات بعدی سوال نمایید.
- ✓ در درمان مسمومیت با مواد سوزاننده (اسید و قلیا) مانند جوهر نمک و مواد جرم بر از ایجاد استفراغ در بیمار خودداری نمایید و نیازی به دادن ذغال فعال نمی باشد، اگر مصدوم کاملاً هوشیار است و تشنج ندارد سریعاً مقدار زیادی آب یا شیر برای نوشیدن به او بدهید.
- ✓ در موارد زیر مصدوم را وادار به استفراغ نکنید و مایعات زیاد به مصدوم نخورانید، زیرا افزایش حجم معده باعث افزایش خطر استفراغ در مصدوم می شود :
- ✓ سوختگی اطراف دهان و لب
- ✓ استنشام بوی نفت و بنزین از دهان مصدوم
- ✓ بیهوش بودن مصدوم
- ✓ خانم حامله
- ✓ مصدومی که ممکن است دچار حمله قلبی شده باشد
- ✓ هنگامی که شخص مصدوم استفراغ می کند وی را به پهلو یا شکم درحالیکه سرش پایین تر از باسن قرار دارد، نگهدارید.

## در صورت بروز مسمومیت، پیش از رسیدن به مرکز درمانی چه باید بکنیم؟

انواع مسمومیت	مانند	ابتدا این کار را انجام دهید:	چرا باید تماس بگیریم؟
<b>تنفسی</b>	استنشاق بخار حاصل از ترکیب جوهر نمک و وایتکس گازهای شیمیایی کلر، آمونیاک، مونواکسید کربن و دی اکسید کربن ناشی از بخاری، آبگرمکن، کرسی یا آگزوز ماشین سموم آفت کش و حشره کش	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ مسموم باید هرچه سریعتر به هوای آزاد برده شود.</li> <li>✓ از تنفس دود و گازهای تولید شده پرهیز کنید.</li> <li>✓ در و پنجره ها را باز کنید.</li> <li>✓ اگر فرد مسموم نفس نمی کشد تنفس مصنوعی را شروع کنید.</li> <li>✓ سپس با اورژانس تماس بگیرید.</li> </ul>	<p>بعضی از مواد شدیداً کشنده اند و یا اینکه علائمی دارند که باید حتماً در یک مرکز اورژانس درمان شوند.</p> <p><u>پزشک اورژانس تنها فردی است که می‌تواند تعیین کند درمان اضافه تر نیاز است یا خیر.</u></p>
<b>پوستی</b>	سموم آفت کش  مواد شیمیایی، اسید و قلیا مانند مواد شوینده لک بر و جرم گیر	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ لباسها و پوشش فرد آلوده را درآورید.</li> <li>✓ پوست را با آب جاری به مدت ۱۰ دقیقه <u>شستشو دهید.</u></li> <li>✓ پوست را با آب و صابون بشویید.</li> <li>✓ پوست را خوب آبکشی کنید.</li> <li>✓ سپس با اورژانس تماس بگیرید.</li> </ul>	<p>بعضی از مواد بسیار قوی هستند و می‌توانند سبب سوختگی پوست شوند.</p> <p><u>پزشک اورژانس تنها فردی است که می‌تواند تعیین کند درمان اضافه تر نیاز است یا خیر.</u></p>

چرا باید تماس بگیریم؟	ابتدا این کار را انجام دهید:	مانند	انواع مسمومیت
<p>بعضی از مواد بسیار قوی هستند و می‌توانند سبب بروز صدمات دائمی در چشم شود. بقیه اقدامات باید در بخش اورژانس بیمارستان صورت گیرد.</p> <p><u>پزشک اورژانس تنها فردی است که می‌تواند تعیین کند درمان اضافه تر نیاز است یا خیر.</u></p>	<p>✓ چشم مصدوم را با آب جاری ولرم شستشو دهید.</p> <p>✓ روش انجام این کار آن است که فرد زیر دوش آب حمام بایستد و اجازه دهد جریان آب روی پیشانی ریخته و سپس به سمت هر دو چشم رفته، هر دو را شستشو دهد.</p> <p>✓ این عمل ۱۵ دقیقه باید ادامه داشته باشد.</p> <p>✓ فرد مسموم باید در حین شستشوی چشم با آب جاری، تا جای ممکن مرتباً چشمها را (مانند چشمک زدن) باز و بسته کند.</p> <p>✓ اصراری به باز نگهداشتن چشمها نداشته باشید.</p> <p>✓ سپس با اورژانس تماس بگیرید.</p>	<p>سموم آفت کش</p> <p>مواد شیمیایی و شوینده خانگی (اسید و قلیا) و گاز متصاعد شده از آنها</p> <p>تماس چشمی اشتباه با برخی داروها</p>	<p><b>چشمی</b></p>
<p>بعضی از مواد شدیداً کشنده اند و یا اینکه علائمی دارند که باید حتماً در یک مرکز اورژانس درمان شوند.</p> <p>بعضی از مواد در صورت خورده شدن، شدیداً کشنده اند. مقادیر بالای داروها، خصوصاً در کودکان می‌توانند تهدیدکننده سلامت باشند.</p> <p><u>پزشک اورژانس تنها فردی است که می‌تواند تعیین کند درمان اضافه تر نیاز است یا خیر.</u></p>	<p>✓ اگر فرد مسموم نفس نمی‌کشد تنفس مصنوعی را شروع کنید.</p> <p>✓ اگر فرد مسموم هوشیار است، کنترل کنید آیا می‌تواند چیزی را بلعد یا خیر.</p> <p>✓ قبل از هماهنگ نمودن با اورژانس مسموم را وادار به استفراغ نکنید.</p> <p>✓ نمونه ای از ترکیبی که فرد با آن مسموم شده است را همراه بیمار به بیمارستان ببرید.</p>	<p>مصرف اشتباه داروها، مواد قلیایی و اسیدی، ترکیبات نفتی، مواد روانگردان و مخدر، مواد شوینده خانگی، باتری، سموم آفت کش، <u>شربت ترک اعتیاد متادون</u></p>	<p><b>دهانی</b></p>

"سالی سرشار از سلامتی و بهروزی برای شما هموطنان آرزو می نمایم"  
معاونت غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان  
اسفند ۱۳۹۹ - فروردین ۱۴۰۰

