



# نحوه استفاده صحیح از داروها

## چگونه در استرالیا دارو بخرم؟

2 راه برای خرید دارو در استرالیا وجود دارد:

- < از پزشک خود، برای داروهای تجویزی.
- < از داروخانه، برای داروهای بدون نسخه.

## داروهای تجویزی

شما فقط می‌توانید برخی از داروها را با یک برگه از پزشک خود تهیه کنید که به آن "نسخه پزشکی" ("prescription") یا "دستور پزشک" ("script") می‌گویند. این نسخه به داروخانه می‌گوید که به چه دارویی نیاز دارید و چگونه باید از آن استفاده کنید.

برای تهیه داروی خود، می‌توانید نسخه را به هر داروخانه‌ای ببرید. کارت Medicare یا کارت مراقبت پزشکی (Health Care Card) خود را همراه داشته باشید، زیرا این کارت‌ها اغلب برای شما تخفیف دارند. اگر پناهجو هستید، ممکن است لازم باشد برای تهیه دارو به داروخانه خاصی بروید.

اگر نیاز به مصرف طولانی مدت دارو دارید، ممکن است پزشک یک نسخه را با ذکر "تکرار" ("repeat") به شما بدهد. این بدان معناست که شما می‌توانید با استفاده از همان نسخه بدون مراجعه مجدد به پزشک، دارو را دوباره خریداری کنید.

داروهای تجویزی فقط برای افرادی است که نامشان در نسخه ذکر شده است. استفاده از آنها برای افراد دیگر می‌تواند خطرناک باشد.

Dr. A Practitioner 99 Station Street Central NSW 2001 Phone: (99) 9999 9999 Prescriber no.: 123456	
Patient's Medicare no.: 3900724651-1	
Pharmaceutical benefits entitlement number	<input type="checkbox"/> Safety net entitlement card holder (see relevant text)
<input type="checkbox"/> Concessional or dependent RPBS beneficiary or Safety net companion card holder	
Patient's name: Mast John Citizen Address: 1 Station Street Central NSW 2001	
Date: 03/04/07 PBS	<input type="checkbox"/> Brand substitution not permitted
<b>NEMDYN EAR OINTMENT 10g</b> <b>APPLY TOPICALLY TO SORES</b> <b>IN NOSTRIL TDS</b> Qty: 1                      0 repeat 1 Item	
Medicare Australia / DVA Dr. A Practitioner MBBS A Practitioner <small>Please turn over for privacy note</small>	
<small>I declare that I have received this medication and the information relating to any entitlement to free or concessional pharmaceutical benefits is not false or misleading.</small> Date of supply                      Patient's or agent's signature Agent's address                      4564 11033	

## داروهای بدون نسخه

می‌توانید داروها را بدون نسخه خریداری کنید. این داروها را داروهای "بدون نسخه" ('over the counter') می‌نامند. می‌توانید این داروها را از داروخانه‌ها و مغازه‌های دیگر مانند سوپرمارکت‌ها خریداری کنید. نمونه‌هایی از داروهای بدون نسخه:

- < داروهای سرفه، سرماخوردگی و آنفولانزا
- < داروهای ضد درد مانند آسپرین، استامینوفن و ایبوپروفن
- < داروهای گلودرد، سردرد، گوش درد و بدن درد
- < قطره چشم
- < داروهای اسهال و یبوست

مهم است که مصرف داروهای تجویزی را حتی اگر احساس بهتری دارید ادامه دهید تا زمانی که پزشک یا داروساز به شما بگوید استفاده از آن را قطع کنید.

مهم است که به هر پزشک یا پرستاری که می‌بینید بگویید چه داروهایی مصرف می‌کنید. همچنین اگر دارویی وجود دارد که شما را ناخوش احوال می‌کند به آنها بگویید. اگر این اطلاعات را به همه پزشکان ندهید، ممکن است داروی جدیدی به شما بدهند که با دارویی که از قبل مصرف می‌کنید تداخل داشته باشد.

اگر ویتامین‌ها، مکمل‌ها، داروهای گیاهی یا سنتی مصرف می‌کنید، به پزشک، پرستار یا داروساز خود اطلاع دهید. گاهی اوقات این موارد باعث می‌شود داروهایی که پزشک به شما می‌دهد به درستی کار نکنند یا برای سلامتی شما مشکل ایجاد کنند.

## چگونه داروها را درست مصرف کنم؟

همه داروها دارای برچسب هستند.

برچسب نحوه استفاده ایمن از دارو را به شما می‌گوید، از جمله:

- < چه مقدار استفاده کنید
- < چه زمانی از آن استفاده کنید
- < چند بار در روز باید از آن استفاده کنید
- < چند روز باید از آن استفاده کنید

**Do Not Use** if pouch is broken or torn.

Failure to follow these warnings could result in serious consequences.

**Drug Facts**

**Active ingredients (in each LiquiCap)**

Acetaminophen 325 mg	Pain reliever/fever reducer
Dextromethorphan HBr 15 mg	Cough suppressant
Doxylamine succinate 0.25 mg	Antihistamine

**Uses:** temporarily relieves common cold/flu symptoms:

- cough due to minor throat & bronchial irritation
- fever
- minor aches & pains
- sore throat
- headache
- runny nose & sneezing

**Warnings:**

**Liver warnings:** This product contains acetaminophen. Severe liver damage may occur if you take more than 4 doses in 24 hrs, which is the maximum daily amount for this product.

with other drugs containing acetaminophen + 3 or more alcoholic drinks every day while using this product

**Sore throat warning:** If sore throat is severe, persists for more than 2 days, is accompanied or followed by fever, headache, rash, nausea, or vomiting, consult a doctor promptly.

**Do not use:** with any other drug containing acetaminophen (prescription or nonprescription), if you are not sure whether a drug contains acetaminophen, ask a doctor or pharmacist.

If you are now taking a prescription monoamine oxidase inhibitor (MAOI) (certain drugs for depression, psychiatric or emotional conditions, or Parkinson's disease), or for 2 weeks after stopping the MAOI drug, if you do not know if your prescription drug contains an MAOI, ask a doctor or pharmacist before taking this product.

to make a child sleep

**Ask a doctor before use if you have:**

- liver disease
- glaucoma
- cough that occurs with too much phlegm (mucus)
- a breathing problem or chronic cough that lasts or as occurs with smoking, asthma, chronic bronchitis or emphysema
- trouble urinating due to enlarged prostate gland

**Ask a doctor or pharmacist before use if you are:**

- taking sedatives or tranquilizers
- taking the blood thinning drug warfarin

**When using this product:**

- do not use more than directed
- excitability may occur, especially in children
- marked drowsiness may occur
- be careful when driving a motor vehicle or operating machinery
- alcohol, sedatives, & tranquilizers may increase drowsiness

**Stop use and ask a doctor if:**

- pain or cough gets worse or lasts more than 7 days
- fever gets worse or lasts more than 3 days
- redness or swelling is present
- new symptoms occur
- cough comes back or occurs with rash or headache that lasts. These could be signs of a serious condition.

**If pregnant or breast-feeding,** ask a health professional before use.

**Keep out of reach of children. Overdose warning:** Taking more than the recommended dose can cause serious health problems. In case of overdose, get medical help or contact a Poison Control Center right away. Quick medical attention is critical for adults as well as for children even if you do not notice any signs or symptoms.

**Drug Facts (continued)**

**Directions**

- take only as directed - see Overdose warning
- do not exceed 4 doses per 24 hours

adults & children 12 yrs & over	2 LiquiCaps with water every 6 hrs
children 4 to under 12 yrs	ask a doctor
children under 4 yrs	do not use

**when using other DayQuil or NyQuil products, carefully read each label to ensure correct dosing**

**Other information**

- store at room temperature

**Inactive ingredients** D&C Yellow No. 10, FD&C Blue No. 1, gelatin, glycerin, polyethylene glycol, povidone, propylene glycol, purified water, sorbitol sorbitan solution, titanium dioxide

**Questions? 1-800-251-3374**

**PARENTS:** [www.vicks.com](http://www.vicks.com)

**Do Not Use** if pouch is broken or torn.

TO OPEN  
PUSH IN TAB AND PULL OUT

See Full Drug Facts Information on the back of this dispenser

25 PACKETS OF 2 LiquiCaps®



نمونه‌ای از آنتی‌بیوتیک‌ها

مصرف داروها همانطور که روی برچسب آن نوشته شده بسیار مهم است.

دارو را تا زمانی که توصیه شده است مصرف کنید.

دارو را بیشتر یا کمتر از آنچه روی برچسب است یا داروساز به شما گفته است مصرف نکنید.

**در هنگام بیماری داروها می‌توانند به شما کمک کنند بهتر شوید، اما اگر آنها را به درستی مصرف نکنید، می‌توانند به شما آسیب برسانند.**

## داروی ژنریک چیست؟

گاهی اوقات می‌توانید بین یک داروی "ژنریک" ('generic') و یک دارو با نام تجاری، یکی را انتخاب کنید.

داروهای ژنریک و داروهای دارای نام تجاری به یک صورت عمل می‌کنند. داروی ژنریک معمولاً قیمت کمتری دارد.

اگر گزینه ژنریک برای دارویی که نیاز دارید وجود داشته باشد، داروساز ممکن است از شما بپرسد که آیا به جای دارو با نام تجاری، داروی «ژنریک» را می‌خواهید.

اگر داروساز از شما نپرسید، می‌توانید بپرسید که آیا مارک ژنریک (مارک ارزان‌تر) دارویی مورد نیاز شما را دارد یا خیر.

هیچ یک از داروهای خود را به افراد دیگر ندهید و داروی شخص دیگری را مصرف نکنید.

دارویی که برای شخص دیگری مفید است ممکن است برای بیماری شما موثر نباشد و آن را بدتر کند.

آنتی‌بیوتیک‌ها داروهای بسیار قوی هستند. فقط در صورتی باید آنها را مصرف کنید که پزشک به شما بگوید. اگر آنها را به درستی مصرف نکنید، می‌توانند عوارض جانبی جدی داشته باشند.

برخی از داروها می‌توانند عوارض جانبی ایجاد کنند. عوارض جانبی ممکن است مانند ناراحتی معده خفیف باشند یا می‌توانند مانند آسیب به کبد بسیار جدی باشند.

اگر متوجه شدید که دچار مشکل شده‌اید، با پزشک یا داروساز خود صحبت کنید. در صورت نیاز، مترجم بخواهید. خدمات ترجمه رایگان است.



ژنریک



نام تجاری



- ◀ داروها را در ظروف اصلی خود نگهداری کنید، زیرا دستورالعمل روی برچسب آنها وجود دارد.
- ◀ برخی از داروها نیاز به یخچال دارند. این معمولاً روی برچسب نوشته می‌شود.
- ◀ داروهای تاریخ مصرف گذشته و داروهایی که دیگر استفاده نمی‌کنید را دور بیندازید.

## داروها چگونه کمک می‌کنند؟

- ◀ برخی از داروها به سرعت عمل می‌کنند و برخی دیگر نیاز به زمان دارند. به عنوان مثال، برخی از مسکن‌ها (analgesics) ممکن است چند دقیقه طول بکشد تا درد را درمان کنند، اما قرص‌های آنتی بیوتیک ممکن است بیش از 24 ساعت طول بکشد تا متوجه بهبود عفونت شوید، داروهای ضد افسردگی معمولاً دو هفته قبل از اینکه متوجه بهبود خلق و خو شوید، طول می‌کشد.
- ◀ اگر نگران هستید که داروهایتان کارساز نیستند یا سلامتی شما بدتر می‌شود، باید فوراً به پزشک مراجعه کنید.
- ◀ برخی از داروها با معده خالی بهتر عمل می‌کنند یا ممکن است معده را تحریک کنند، بنابراین بهتر است همراه غذا مصرف شوند.

## برای اطمینان از داروهای خود را می‌شناسید سؤال پرسید

از پزشک، پرستار یا داروساز خود سؤال کنید تا مطمئن شوید که نحوه استفاده از دارو را می‌دانید.

برای استفاده ایمن از داروها باید موارد زیر را بدانید:

- ◀ این چه دارویی است
- ◀ چرا از دارو استفاده می‌کنید
- ◀ نحوه و زمان مصرف دارو
- ◀ آیا دارویی وجود دارد که نباید با این دارو استفاده کنید

اگر نحوه استفاده از دارو را فراموش کردید یا اگر اطلاعات روی برچسب را متوجه نشدید، می‌توانید از داروساز کمک بخواهید.

## چگونه داروهایم را به درستی نگهداری کنم؟

داروهایی که به درستی نگهداری می‌شوند ماندگاری بیشتری دارند و بهتر عمل می‌کنند.

- ◀ داروهای خود را در مکانی امن و دور از دسترس کودکان و حیوانات خانگی قرار دهید.
- ◀ داروهای خود را در جای خشک و خنک نگهداری کنید. مکان‌هایی که مرطوب و گرم هستند، مانند آشپزخانه یا حمام، می‌توانند به داروهای شما آسیب برسانند.