

"Хэрэглэгчийн жил - 2016" өдөрлөг боллоо.

Олон улсын хэрэглэгчийн эрхийг хамгаалах өдрийг тохиолдуулан Ухаалаг хэрэглээ-соёлтой үйлчилгээ” өдөрлөгийн нээлтийн үйл ажиллагаанд ЭМХТ-ийн албадууд идэвхтэй оролцож өөрийн үйл ажиллагааны мэдээллийг иргэдэд хүргэв.

Иргэдэд антибиотикийн зохистой хэрэглээг төлөвшүүлэх, “Антибиотикийн талаархи мэдлэг, хандлагыг дээшлүүлэх” зорилгоор брошур, гарын авлага, зурагт хуудас тарааж мэдээлэл өгөв.



Антибиотик

Төрөл бүрийн нянгаар үүсгэгдсэн өвчнийг эмчлэхэд хэрэглэдэг нян устгах үйлдэлтэй эмийн бэлдмэл. Харин вирусаар үүсгэгдсэн жирийн ханиад томуу болон суулгалтыг эдгээдэггүй. Антибиотикийг эмийн сангаас зөвхөн жороор авч хэрэглэх ёстой.

Антибиотикийн дасал гэж юу вэ?

Хор уршиг.

Өвчин үүсгэх нян дасан зохицож, тухайн антибиотикт дасалтай болдог.

Антибиотикийг бага тунгаар удаан хугацаагаар эсвэл эмчилгээний үргэлжлэх хугацааны турш бүрэн хэрэглэхгүй дутуу орхисноос антибиотикийн дасал үүсдэг.

Антибиотикийг эмчийн зааваргүй, өөрөө дур мэдэн буруу хэрэглэх нь түүнд дасалтай болох гол шалтгаан болдог. Хэрвээ ямар нэг антибиотикт дасалтай болсон бол тэр антибиотик төдийгүй түүнтэй адил бүлгийн бусад антибиотик ч үйлчлэхгүй болох аюултай. Хамгийн гол нь эмийг их хэмжээгээр хэрэглэсний улмаас эмийн хордлого, гаж нөлөө илэрч эхэлдэг.

Антибиотикийг зөв хэрэглэх:

- Антибиотикийн мэдрэг чанарыг үзүүлж, өөрт тохирох антибиотикийг зааврын дагуу хэрэглэх
- Антибиотикийг зөвхөн нянгаар үүсгэгдсэн халдварт өвчний үед эмч зөвлөсөн тохиолдолд хэрэглэх
- Антибиотикийг эмчийн заасан тунгаар зөвлөсөн хугацааны турш гүйцэд хэрэглэх
- Ихэнх антибиотикийг хооллохоос 30-60 минутын өмнө хэрэглэдэг боловч заримыг нь хоолны дараа хэрэглэдэг тул тухайн эмийн заавраас харж зөв хэрэглэх

Антибиотикийг хэрэглэхэд анхаарах зүйл:

- Хэрвээ ямар нэгэн антибиотик танд таардаггүй бол эмчид үзүүлэхдээ заавал хэлээрэй.
- Тухайн антибиотикийг уух боломжтой үед хэзээ ч тариагаар бүү хэрэглэ. Зөвхөн зайлшгүй шаардлагатай үед л тариагаар хэрэглэх ёстой.
- Антибиотикийг ялангуяа хүүхэд, жирэмсэн эмэгтэй, хөхүүл эхэд маш болгоомжтой хэрэглэх хэрэгтэй.

Өндөр хөгжилтэй улс орнуудад антибиотикийг ЗӨВХӨН ЖОРООП олгодог.

Эмийн зохисгүй хэрэглээнээс татгалзахыг зөвлөж байна.

Манай иргэдийн дунд дараах байдлаар эмийг зохисгүй хэрэглэх явдал олонтаа гарч байгааг сануулахад илүүдэхгүй

- Хэрэгцээгүй буюу эмчийн заалтгүй эм хэрэглэх
- Хэрэгцээт эмийг хэрэглэхгүй байх, эсвэл хэрэгцээт эмийг оновчтой сонгоогүй байх
- Эмийн тун, хэрэглэх цаг, эмчилгээ үргэлжлэх хугацааг зөв баримтлахгүй байх
- Хэрэглэх арга оновчгүй байх, тарилгад хэт шүтэх
- Хэт олон эмийг нэг дор хэрэглэх
- Эмчид дутуу мэдээлэл өгөх
- Эмийн үр дүн илэрч болох гаж нөлөөний талаар дутуу мэдээлэл авах

Иргэд эмийг хэрэглэхдээ юуг гол анхаарах шаардлагатай вэ?

Та ямар төрлийн эмийг хичнээн хэмжээгээр хэрэглэх нь таны эмчлүүлэх гэж байгаа өвчнөөс хамаарна. Түүнийг таны эмч зааж зөвлөж өгөх ёстой.

Эмийг аль болох их хэмжээгээр хэрэглэвэл бие түргэн сайжирч эдгэрэнэ гэж хүмүүс боддог. Энэ бол худал атлаа аюултай бодол юм. Эмийг хэтэрхий их хэмжээгээр хэрэглэсний улмаас эмийн хордлого, гаж нөлөө илэрдэг.

Эмийн гаж нөлөө гэж юу вэ?

Өвчнөөс урьдчилан сэргийлэх, түүнийг оношлох, эмчлэх зорилгоор зохистой тунгаар хэрэглэхэд бие махбодид гарч болзошгүй болон гарч байгаа сөрөг илэрлийг “эмийн гаж нөлөө” гэдэг; /илрэх хордлогын шинж тэмдгүүд нь дотор муухайрч, бөөлжис цутгах, бөөлжих, ходоод өвдөх, толгой эргэх, чих шуугих, амьсгаадах зэрэг эмийн гаж нөлөөний шинж болно./

Эм болгонд харилцан адилгүй байдаг бөгөөд, уг эмийн хэрэглэх үед ямар гаж нөлөө илэрч болзошгүйг эмийн зааварт бичсэн байдаг. Эм хэрэглээд дараа нь таны арьс загатнах, аман дотор памбайж хавдах, эсвэл амьсгалахад төвөгтэй болох, бие хөөж памбайх шинжүүд илэрвэл эмнэлгийн тусламжийг маш яаралтай авах хэрэгтэй.

Жороор олгодог эмүүдийг заавал эмчийн заавраар хэрэглэх шаардлагатай.

Эмийг хэрхэн зөв хэрэглэх вэ?

Эмийг эмчийн заалтын дагуу тодорой цагт, эмчилгээ үргэлжлэх хугацааны турш хэрэглэх ёстой. Хэрэглэж буй эмнүүдээ нэг саванд хольж хэрхэвч болохгүй. Хаягийг нь бүү аваарай. Мөн эмийг андуурахгүйн тулд харанхуйд таамгаар авч хэрэглэхгүй байх нь чухал. Эм хэрэглэхийн өмнө таны зайлшгүй мэдэж байх зүйлүүд:

- Эмийг хэрэглэхийн өмнө эмийн зааврыг сайтар уншиж танилцсан байна.
- Тухайн эмийг ямар хэмжээгээр хэрхэн хэрэглэх (эмийн тун)
- Өдөрт хэдэн удаа уух, түүнчлэн хэдэн өдрийн турш хэрэглэх
- Тухайн эмийг хоол ундтай хэрхэн уялдуулах өөрөөр хэлбэл өлөн үед, эсвэл хоол идсэний дараа хэрэглэх эсэх, Олон эмийг нэгэн зэрэг хэрэглэхээс аль болох зайлсхийх
- Эмийн боодол нь заавар шошготой байх ёстойг анхаарч баталгаажуулах

Эмийг гаднаас нь харахад дараах байдлууд өөрчлөгдсөн байвал хугацаа хэтрээгүй байлаа ч уг эмийг хэрэглэж болохгүйг анхаарна уу. Тухайлбал:

1. Үрлэн эмийн хувьд үйрч бутарсан, эсвэл өнгө нь өөрчлөгдсөн байх
2. Капсултай эмийн хувьд бүрээс нь хайлж наалдсан эсвэл хэлбэр дүрс нь өөрчлөгдсөн байх
3. Тунгалаг шингэн эмийн хувьд булингартсан, эсвэл ямар нэгэн зүйл хөвж байх
4. Нунтаг эмийн өнгө байдал нь шарлаж хуучирсан харагдаж байх гэх мэт
5. Ургамлын гаралтай эмийн түүхий эд харласан байвал

Эмийг хэрхэн хадгалах вэ?

Гэрийн нөхцөлд эмийг зөв хадгалах явдал эмчилгээний үр дүнд ихээхэн ач холбогдолтой. Ямарч эмийг хүүхэд хүрэхээргүй газар хадгалах ёстой. Эмийг өөрийнх (үйлдвэрийнх) нь саванд хадгал. Эмийн савны таглаан дотор байдаг хөвөн чийгнээс хамгаалах зориулалттай тул түүнийг авч хаяхгүй байх нь зүйтэй. Дулаан, гэрлийн шууд нөлөөнөөс хамгаалах нь чухал. Гал тогооны өрөө, угаалгын өрөөнд эмийг бүү хадгал. Учир нь чийг дулаан нь эмийн чанарыг алдагдуулдаг. Шингэн эмийг хөлдөхөөргүй хадгал. Тодорхой нөхцөл заагаагүй бол эмийг хөргөгчинд хадгалах шаардлагагүй. Хугацаа дууссан, хадгалахгүй устгах, гэрийн нөхцөлд их хэмжээний эмийн нөөц байх шаардлагагүй.

Эмийн зохистой хэрэглээг алдагдуулж буй шалтгаан олон байна.

- Сүүлийн үед эмчилгээний практикт хэрэглэж байгаа эмийн нэр төрөл маш их олширсноор эмнэлгийн мэргэжилтний эмийн мэдлэг хангалтгүй.
- Эмийн хэрэглээтэй холбоотой хууль дүрмийн хэрэгжилт хангалтгүй.

- Жорын бодлого алдагдсан. /Жорын хангамж муу, эмч нар жор бичдэггүй, бичсэн жор шаардлага хангахгүй, эмийн мэргэжилтэн жороор эмийг олгодоггүй/
- Хувийн эмнэлэг өвчтний хүсэлд тохируулах /дуслын шингэнийг хүссэнээр нь хийх, амин дэм агуулсан тарилгын эмээр үйлчлэх/
- Иргэд эмчид хандахгүйгээр эмийн сангаас эмийг дур мэдэн авч хэрэглэдэг. Эмийн талаар мэдлэг дутмагаас ижил төрлийн эмийг зэрэг авч хэрэглэдэг.
- Антибиотик эмийг хяналтгүй хэрэглэдэг.
- Тарилгын эмийг гэрийн нөхцөлд мэргэжлийн бус хүнээр хийлгэдэг.
- Халдвар хамгааллын дэглэм сахидаггүй, хүүхдэд эм хэрэглэхдээ тун хэмжээ, хугацаа, дэглэмийг баримталдаггүй.
- Эмийг хэт олноор авч буруу хадгалдаг, хаяг шошгогүй, хугацаа дууссан эм хэрэглэдэг.
- Ижил төрлийн эмийг зэрэг авч хэрэглэснээс эмэнд хордох, эмчилгээ үр дүнгүй болох,
- Өвчний шинж тэмдэг алдагдах зэрэг хортой үр дагавартай болохыг үл ойшоосоор байна.
- Түүгээр ч зогсохгүй эмч жор бичиж өгсөөр байтал эмчийн зааврыг баримталдаггүй, эмийн заавартай танилцдаггүй байна.
- Эмийн сангаас эмийг жоргүй олгодог, эмийг хэрэглэх аргыг зааж, тайлбарлаж өгдөггүй зэрэг иргэдээс үл шалтгаалах нөхцөлүүд бас эмийн зохистой хэрэглээнд сөргөөр нөлөөлж байгааг дурдах нь зүйтэй.

Эмийг зохисгүй хэрэглээнээс гарах гарц

Эмийн зохисгүй хэрэглээнээс гарах бүрэн боломжтой.

Эмийн зохистой хэрэглээг төлөвшүүлэх эрх зүйн орчин хангалттай бүрдсэн түүнийг хүн бүр хэрэгжүүлэх хэрэгтэй байна.

Эмийн зохистой хэрэглээг ухуулж таниулах

Зохистой хэрэглээ гэдэг нь зөвхөн эрүүл мэндийн салбарын болон эм зүйчдийн асуудал биш юм.

Энэ бол иргэдтэй шууд холбоотой. Иргэд эмийг гэр орондоо буруу хадгалах, хараа хяналтгүй хүүхдэд ойр байлгах, эмийн замбараагүй хэт өргөн хэрэглээ, эмчийн заавар зөвлөгөөгүйгээр хэрэглэх, эмийг хоол мэт ойлгох болсон.

Ялангуяа хүчтэй нөлөөтэй антибиотик, дуслын шингэнүүд, сайн гэсэн л бол авч хийлгэх сэтгэлгээ суусан нь эмэнд дасал болгох, биед байж байх ёстой эгэл биетүүдийг үгүй болгох, дархлааг бууруулах, эм таарахгүй хэт мэдрэг болох, харшлын олон өвчин бий болох, гаж буруу эмгэг согогтой хүүхэд төрөх, хүний удамшил генетикийн өөрчлөлт үүсэх хүртэл хор нөлөө үзүүлэх болсон. Иргэд маань энэ тогтсон зан төлөвөөсөө гарах хэрэгтэй.

Эрүүл мэндийн байгууллагууд, эмнэлгийн мэргэжилтнүүд эмийн зохистой хэрэглээг төлөвшүүлэх сургалт, сурталчилгааны ажлыг эрчимжүүлэх иргэдэд системтэй хүргэх ажлыг тогтмол зохион байгуулах.

Иргэд маань эмийн сангаас баталгаатай эмийг авах хэрэгтэй. Эмийн сан нь баталгаатай, тухайн улсын чанарын гэрчилгээ авсан, байнгын тогтмол мэргэжлийн шинжээчдийн хяналт шалгалтын дор хийгддэг ба ядаж л эмийн сөрөг нөлөө гарлаа гэхэд эргээд буух эзэнтэй хариуцлага тооцож болдог гэдгийг анхаарахад илүүдэхгүй бизээ.

Ямар нэгэн тохиолдолд эмийг аль болох яаран хэрэглэхгүй байхыг ард иргэд маань сурах хэрэгтэй.

Ямар төрлийн эмийг хичнээн хэмжээгээр хэрэглэх нь өвчилсөн өвчнөөс хамаардаг учраас түүнийг эмч л зааж зөвлөж өгнө.

Эм хэрэглэгчийн хувьд энэ бүхнийг оновчтой шийдэх бололцоо, мэдлэг муутай тул зайлшгүй эмчийн зөвлөгөөг баримтлах нь зүйтэй юм.

Тухайлбал эмийг ямар хэмжээгээр, хэдэн цагийн зайтайгаар, хоол ундтайгаа хэрхэн уялдуулан, яаж хэрэглэх хийгээд хэрэв эмийн сөрөг нөлөө тохиолдвол яах ёстой болон хэрхэн арга хэмжээ авах талаарх зөвлөгөөг эмнэлгийн мэргэжилтэн, эмч байнга тогтмол өгч байх ёстой. Эмийн зохистой хэрэглээ гэдэг нь тухайн хүний нас, биеийн онцлог, өвчний байдалд тохирсон эмийг зөв сонгон зохих тун хэмжээгээр, тодорхой хугацааны турш хэрэглэхийг хэлдэг.