

## ایمن‌سازی منازل از نظر بروز مسمومیت‌ها

۱. داروها، محصولات شوینده و فرآورده‌های آرایشی-بهداشتی را دور از دسترس کودکان نگهداری کنید.
۲. قبل از دور انداختن ظروف حاوی مواد شیمیایی و شوینده داخل آن را آبکشی نمایید.
۳. داروها را دور از دید و دسترس کودکان و در ارتفاع بالا و در کمد مجهز به قفل نگهداری نمایید.
۴. محصولات خانگی خطرناک (مانند لوله‌بازکن، جوهر نمک، جرم‌گیر، محلول سفیدکننده و لک‌بر، مواد شوینده، گاز پاک‌کن، داروها و دیگر مواد شیمیایی) را در بسته بندی اصلی آن‌ها و با درب بسته نگهداری نمایید.
۵. از قرار دادن ظروف حاوی مواد شیمیایی در کنار مواد غذایی خودداری نمایید.
۶. از قرار دادن مواد شوینده در کمد‌های زیر ظرف‌شویی اجتناب نمایید. خطر مسمومیت در کودکان نوپا و کنجکاو از این طریق بسیار بالاست.
۷. چنانچه در منزل کودکی دارید، از قرار دادن خمیردندان، دهان‌شوی و یا دیگر فرآورده‌های آرایشی و بهداشتی و خوشبوکننده در دسترس کودکان خودداری نمایید.
۸. از نگهداری محصولات خطرناک مثل ضدیخ، شیشه‌پاک‌کن، بنزین، نفت، سموم علف‌کش، سموم حشره‌کش و کودهای باغبانی در کمد‌های بدون قفل در پارکینگ و حیاط منزل اجتناب نمایید.
۹. تمامی سموم مورد استفاده در منزل را در ظروف با درب غیرقابل دسترسی کودکان نگهداری نمایید.
۱۰. برچسب ظروف سموم و مواد دفع آفات را ابتدا کاملاً مطالعه کنید و سپس دقیقاً مطابق آن عمل نمایید.
۱۱. مخلوط کردن فرآورده‌های سفیدکننده با ترکیبات جرم‌بر به دلیل ایجاد گاز سمی خفه‌کننده، مطلقاً ممنوع است.
۱۲. موادی مانند نفت و بنزین را در ظرف اصلی آن‌ها نگهداری کنید و از ریختن این مواد داخل ظروف مربوط به فرآورده‌های خوراکی و نوشیدنی مانند بطری خالی نوشابه جداً پرهیز کنید.
۱۳. از قرار دادن کیف‌دستی و ساک خرید و همچنین کیسه‌های نایلونی، در دسترس کودکان پرهیز کنید. این وسایل ممکن است سبب خفگی کودکان شوند.
۱۴. آسیب ناشی از مسمومیت می‌تواند جبران‌ناپذیر باشد. خانواده خود را محافظت کنید.
۱۵. نزدیک به ۹۰٪ از مسمومیت‌ها در منازل رخ می‌دهند. خانه خود را نسبت به بروز مسمومیت ایمن نمایید.
۱۶. مسمومیت با گاز منو کسید کربن یکی از کشنده‌ترین مسمومیت‌های غیرعمدی در کشور ما است و شیوع آن در فصل سرما بالاتر است.
۱۷. آیا می‌دانید شایع‌ترین علت مراجعه مسمومیت به بیمارستان‌ها در اثر مسمومیت خوراکی با دارو است؟
۱۸. بیشترین مسمومیت‌های ارجاع شده به مراکز اطلاع‌رسانی داروها و سموم کشور و همچنین بیمارستان‌ها، مسمومیت‌های دارویی است.

۱۹. آیا از خطراتی که کودکان در منزل مادر بزرگها با آنها روبرو هستند آگاهی دارید؟ منزل بستگان نزدیک را مانند منزل خود به منظور پیشگیری از مسمومیتها، ایمن سازید.
۲۰. برای پیشگیری از مسمومیت دارویی کودک دلبندتان، از والدین خود بخواهید داروهای مصرفی خود را دور از دسترس کودکان نگهداری نمایند.
۲۱. در هنگام مراجعه به پزشک و دریافت دارو از داروخانه، والدین سالمند خود را همراهی نمایید تا از صحت نحوه مصرف دارو مطمئن شوید.
۲۲. در دوران سالمندی به دلیل تغییرات ساختار در اندامهای داخلی مانند کبد، کلیه، میزان مایعات، عضلات و چربی بدن، تغییراتی در جذب و دفع داروها حادث خواهد شد و بی‌احتیایی به مصرف دقیق داروها می‌تواند منجر به مسمومیت شود.
۲۳. در برخی از سالمندان کاهش قدرت بینایی، شنوایی و فراموشی، می‌تواند منجر به بروز اشتباهاتی در ضمن مصرف داروها و در نتیجه بروز مسمومیت دارویی گردد.
۲۴. پزشکان و داروسازان در برخورد با بیماران سالمند باید از تفهیم نحوه مصرف دارو در ایشان اطمینان حاصل نمایند.
۲۵. بسیاری از سالمندان ناچار به مصرف داروهای متعددی در طول روز می‌باشند. استفاده از جعبه‌های تقسیم داروها می‌تواند کمک شایانی به پیشگیری از مسمومیت و مصرف داروی تکراری در ایشان می‌گردد.
۲۶. چنانچه والدین سالمند شما مجبور به مصرف دارو می‌باشند، به صورت دوره‌ای نحوه مصرف داروهای ایشان را کنترل نمایید تا از بروز مسمومیت دارویی پیشگیری شود.
۲۷. سالمندان محترم باید در مراجعه به پزشک، نام داروهای مصرفی خود را به همراه داشته باشند تا از تجویز مجدد داروها و مصرف هم‌زمان آنها و یا بروز تداخلات خطرناک دارویی پیشگیری شود.
۲۸. مصرف خودسرانه داروها در سالمندان نسبت به دیگر افراد جامعه خطرناک‌تر است.