



الأدوية خلال الحمل ما عليك معرفته

إذا - كنت بحاجة لبداية ، أو وقف أو تغيير أي أدوية خلال الحمل، تحدثي مع طبيبك عن كيفية الحفاظ على سلامتك وسلامة جنينك.

هل يمكنك استخدام الأدوية التي لا تحتاج لوصفة أثناء الحمل؟

من المهم معرفة احتمالية وجود مخاطر للأدوية التي يمكن شراؤها دون وصفة قبل أخذك لها أثناء الحمل. تحتوي ورقة الحقائق هذه على معلومات حول الأدوية الشائعة التي تُصرف دون وصفة طبية. يجب أن تتأكدي من طبيبك أو الصيدلاني قبل أخذك لأدوية يمكن شراؤها دون وصفة.

ماذا يمكنك أن تأخذي للألام والأوجاع؟

يمكنك أخذ الجرعة الموصي بها من الباراسيتامول لـ:

- الألام الخفيفة.
- الصداع.
- وجع الأسنان.
- آلام العضلات.
- تخفيف الحرارة.

لا يجب عليك استخدام مضادات الالتهاب غير الستيرويدية مثل الإيبوبروفين أو الديكلوفيناك أثناء الحمل. قد تؤدي هذه الأدوية جنينك خاصة قبل أسبوع - الحمل الـ ٣٠. تحدثي مع طبيبك أو الصيدلاني قبل أخذ مضادات الالتهاب غير الستيرويدية.

ماذا يمكنك أخذ لمعالجة الحساسية و حمى القش؟

إذا كنتي تعانين من الحساسية أو حمى القش، قد يكون لديك:

- سيلان وأنف - مسدود.
- تشعيرين بالعطاس.
- حكة في الأنف أو العين أو الحنجرة.
- عيون حمراء ودامعة ومتهيجة.

حاولي - تجنب الأشياء التي تزيد من أعراضك- سوءًا مثل حبوب اللقاح والغبار والحيوانات.

هل تستطيعين أخذ الأدوية أثناء الحمل؟

قد تحتاجين لأخذ الأدوية أثناء الحمل. عليك التحدث مع طبيبك قبل أن:

- تبدئي بأخذ أي أدوية جديدة.
- تغيير أو إيقاف أي أدوية.

الدواء هو ما تأخذه عند شعورك بالمرض ، أو للعلاج أو تجنب الإصابة بالمرض. هناك أنواع مختلفة من الأدوية.

الأدوية الموصوفة من طبيب

تحتاج لوصفة طبية من طبيب ، أو طبيب إنسان أو - مهني صحي آخر للحصول على الأدوية الموصوفة.

الأدوية التي تباع دون وصفة

لا تحتاج لوصفة طبية لشراء هذه الأدوية في الصيدليات ، أو المحلات التجارية أو محلات الأكل الصحي.

العلاج بالأعشاب

الرجاء قراءة صفحة الحقائق - المسماة *Herbal medicine in pregnancy and breastfeeding*

للحصول على معلومات عن العلاج بالأعشاب والأدوية التقليدية أثناء الحمل.

يمكن لطبيبك شرح ما هو آمن لك ولطفلك. يمكن أن تنتقل معظم الأدوية من جسمك لطفلك خلال الحمل. سيقوم طبيبك بـ:

- شرح المخاطر والفوائد.
- إعطائك نصيحة حول علاجات أو أدوية أخرى.

مضادات الهيستامين

بإمكانك استخدام مضادات الهيستامين التي تشعرك بالنعاس أثناء الحمل. بإمكانك استخدام الجرعة الموصى بها من مضادات الهيستامين مثل كلورفينيرامين، سيبروهيبتادين، ديكسلورفينيرامين، دوكسيلامين، فينيرامين وبروميثازين.

كما ويمكن استخدام مضادات الهيستامين التي لا تشعرك بالنعاس أثناء الحمل. يعتبر لوراتادين آمنًا للاستخدام أثناء الحمل بالجرعة الموصى بها.

قطرات العين

يمكنك استخدام قطرات العين الموضعية لعلاج الحساسية وحصى القش مثل:

- أزيلاستين
- كيتوتيفين
- ليفوكاباستين
- أولوباتادين

عليك استخدام أقل جرعة لفترة قصيرة أثناء الحمل.

للتأكد من وصول كمية أقل من الدواء من قطرات العين إلى جسمك، يمكنك:

- الضغط بالقرب من الزاوية الداخلية من عينك، فوق القناة الدمعية لمدة دقيقة أو اثنتين.
- قم بإزالة أي قطرات زائدة في العين بعد وضع القطرات فيها.

قد تكون هناك قطرات عين أخرى بإمكانك استخدامها. اسأل طبيبك أو الصيدلاني للحصول على النصيحة.

بخاخات الأنف

يمكنك استخدام بخاخات الأنف التي تحتوي على الكورتيكوستيرويد والتي تحتوي على بيكلوميثازون وبوديزونيد.

استخدمي بخاخات الأنف المزيلة للاحتقان فقط إذا لم تساعد بخاخات الأنف التي تحتوي على الكورتيكوستيرويد في علاج الأعراض.

ماذا يمكنك - أن تأخذ لعلاج البرد والرشح؟

إذا كنتي تشعرين بتوعك شديد بسبب نزلات البرد ، أو الأنفلونزا أو مشاكل في الجيوب الأنفية، فيجب عليك الاتصال بطبيبك. يتسبب فيروس بمرض الرشح الشائع. بإمكانك معالجة أعراض البرد أو الرشح.

السعال

للسعال الجاف، يمكنك تناول مثبتات السعال مثل ديكستروميثورفان أو - ديهيدروكودين استخدم فقط الجرعة الموصى بها ولا تقومي بتناولها لفترة طويلة.

بالنسبة للسعال الصدري أو المنتج، يمكنك تناول طارد البلغم مثل غايفينيسين، أو محلل البلغم مثل برومهيكسين بالجرعة الموصى بها.

الأعراض الأنفية

لا تستخدم مزيلات الاحتقان عن طريق الفم مثل السودوإيفيدرين أو الفينيلفرين.

لمعالجة أنفك المسدود، يمكنك استخدام أجهزة استنشاق البخار وقطرات أو بخاخات الأنف بتركيز 0.9% من كلوريد الصوديوم.

يمكنك استخدام رذاذ الأنف المضاد للاحتقان الذي يحتوي على أوكسي ميتازولين ، أو زيلوميثازولين أو ترامازولين لمدة تصل إلى 3 أيام. قد تزداد أعراضك سوءًا إذا استخدمتها لفترة طويلة جدًا.

التهاب الحنجرة

يمكنك استخدام الجرعة الموصى بها من حبات الحنجرة المحلاة و التي تحتوي على مخدر موضعي أو عوامل مضادة للبكتيريا. يمكن أن يسبب الكثير من هذه الحبات الإسهال.

لا تستخدم أي منتجات تحتوي على البنزيدامين ما لم يخبرك طبيبك بخلاف ذلك .

لمساعدة التهاب الحنجرة، يمكنك الغرغرة بالماء المملح أو شرب الليمون والعسل.

لا تستخدم غرغرة الحلق التي تحتوي على البوفيدون اليود لأنها قد تكون ضارة لك ولوظيفة الغدة الدرقية لطفلك.

ما الذي يمكنك استخدامه للقروح؟

بإمكانك:

- وضع الثلج على القروح.
 - استخدم مرطب الشفاه لإبقاء شفاهك مرطبة.
 - استخدم كريم أسيكلوفر بالجرعة الموصى بها.
- لا تستخدم أقراص فامسيكلوفير أثناء الحمل. يمكنك التحدث مع طبيبك إذا كانت القرح شديدة أو كنت بحاجة إلى دواء بوصفة طبية.

لتجنب القرح، يمكنك:

- استخدام مرطب الشفاه المحتوي على SPF 15+
- تجنب الكثير من التعرض للشمس أو الرياح
- تجنب الإصابات للشفاه أو الجلد.

ما الذي يمكنك استخدامه للإمساك؟

قبل أخذك لأي دواء:

- قومي بأكل الكثير من الألياف ، مثل الفواكه والخضار و الحبوب.
- اشربي الكثير من المياه.

يمكنك التحدث مع- أخصائي تغذية للحصول على نصيحة بخصوص الأكل. إذا كنت بحاجة إلى ملين، تحدثي مع طبيبك أو الصيدلي.

يمكنك استخدام ملينات البراز مثل دوكوسات. يمكنك أيضًا استخدام المسهلات الاسموزية مثل اللاكتولوز أو الجلسرين أو ماكروغول. استخدم فقط الجرعات الموصى بها.

يمكنك استخدام الملينات - المكونة للكتل التي تحتوي على الإسباجولا أو النخالة أو ميثيل السليلوز، لمساعدة عضلات الأمعاء و- المُصْران على العمل بشكل أفضل .

لا تستخدم المسهلات المنشطة مثل السينا أو البيسكوديل لفترة طويلة جداً. يمكن أن تسبب هذه المسهلات مشاكل لأمعائك. تحدثي مع طبيبك قبل استخدام ملين.

ما الذي يمكنك تناوله لعلاج الإسهال؟

عادة لن تعاني من الإسهال لفترة طويلة، لذلك لا تحتاج إلى تناول الدواء. يجب عليك تناول محاليل الإمهاء الفموية لتعويض فقدان السوائل والكهارل.

لا تستخدم لوبراميد في الأشهر الثلاثة الأولى من الحمل. قد تكوني قادرة على استخدام لوبراميد في الثلث الثاني أو الثالث من الحمل إذا قال طبيبك أنه على ما يرام.

يجب عليك رؤية طبيبك إذا:

- إسهالك غزير، مائي، دموي.
- لديك أعراض أخرى مثل الحمى أو آلام شديدة في المعدة.
- كنت تعاني من الإسهال لمدة تزيد عن 48 ساعة.

ماذا يمكنك أخذ لمعالجة الحرقة في المعدة؟

تصاب 80% من النساء بحرقة المعدة ومرض الجزر المعدي المريئي أثناء الحمل. تتغير هرمونات الحمل الطريقة التي يسمح بها جسمك للحمض بالانتقال من معدتك إلى المريء. - الخاص بك. يمكنك تجربة إجراء تغييرات على نظامك الغذائي ونمط حياتك لتخفيف الأعراض الخفيفة. يمكنك:

- تناول وجبات متعددة ، وصغيرة.
- تجنب الوجبات الغنية بالتوابل ، والشكولاتة ، والحمضيات والقهوة.
- تجنب الاستلقاء بعد تناول وجبة مباشرة.
- تجنب الأكل في وقت متأخر من الليل.

يمكنك استخدام مضاد للحموضة لتخفيف شعور عدم الارتياح. يجب عليك التحدث مع طبيبك أو الصيدلي إذا لم تتحسن الأعراض.

ماذا يمكنك استخدام لمعالجة القمل أو قمل الرأس؟

يمكنك استخدام مشط قمل الرأس والبلسم. استخدم المشط والبلسم كل يومين حتى لا تجدي أي قمل حي لمدة 10 أيام. قومي بغسل جميع ملابسك وأغطية فراشك بالماء الساخن.

يمكنك استخدام العلاجات الموضعية التي تحتوي على دايميثيكون أو بيريثرين/بيبيرونيل بوتوكسيد. يمكنك أن تطلب من طبيبك أو الصيدلي النصيحة. يجب تكرار العلاج بعد 7 أيام لقتل أي قمل جديد .

تحققي من جميع أفراد عائلتك والمقربين منك بحثاً عن قمل الرأس. إذا كان أي شخص يعاني من القمل، فيجب عليه إجراء العلاج في نفس الوقت لمنع إصابة الآخرين بالقمل.

ما الذي يمكنك استخدامه لمعالجة الجرب؟

يجب عليك التحدث مع طبيبك إذا كنت تعتقد أنك مصابة بالجرب. يمكنك استخدام البيرميثرين.

تأكدي من أن الأشخاص في منزلك ، وعائلتك ومعارفك المقربين يتلقون العلاج في نفس الوقت لمنع إصابة الآخرين بالجرب. ويجب علاجهم حتى لو لم تظهر عليهم الأعراض.

ما الذي يمكن استخدامه لعلاج قرح الفم؟

تُشفى معظم قرح الفم من تلقاء نفسها. يمكن استخدام الكريمات أو الجل الذي يباع دون وصفة طبية للتخفيف من الألم أو الشعور بعدم الارتياح.

يمكنك استخدام الكريمات والمعاجين الواقية التي تحتوي على الكارميلوز ، أو الجيلاتين أو البكتين أثناء الحمل.

لا تستخدم المنتجات التي تحتوي على حمض الساليسيليك أو البنزيدامين إلا إذا وافق طبيبك على ذلك.

ما الذي يمكنك استخدامه لعلاج القلاع المهبلي؟

يعد مرض القلاع المهبلي أحد أكثر أنواع العدوى الفطرية شيوعاً أثناء الحمل. يمكنك استخدام الكريمات الموضعية المضادة للفطريات والفرزجات التي تحتوي على كلوتريمازول أو نيساتين.

قد تختارين استخدام الفرزدج أو الكريم (دون استخدام أداة التطبيق) في أواخر الحمل. قد تختارين أن تأخذي دورة علاجية من كلوتريمازول لمدة 6 أيام لأنها أكثر فعالية بدلاً من دورة علاجية أقصر.

لا يجب أن تتناول الفلوكونازول عن طريق الفم عندما تكونين حاملاً إلا إذا قال طبيبك أن ذلك مسموحاً. تحدثي إلى طبيبك أو الصيدلاني.

ما الذي يمكنك استخدامه لليواسير؟

يمكنك استخدام المراهم أو التحاميل الشرجية عندما تكونين حاملاً. لتجنب الإصابة باليواسير يمكنك:

- تناول الكثير من الألياف ، مثل الفواكه والخضار والحبوب.
- شرب الكثير من الماء.

ماذا يمكنك أن تستخدم لعلاج التهاب الدودة الخيطية؟

تأكدي من غسل يديك وأظافيرك بالماء والصابون جيداً:

- بعد - الذهاب إلى الحمام.
- قبل تحضير الأكل.
- قبل تناول الطعام.
- بعد تغيير الحفاضات.

يمكنك استخدام البيرانتيل لعلاج عدوى الديدان أثناء الحمل. تأكدي من أن الأشخاص في منزلك يقومون بالعلاج في نفس الوقت. ويجب علاجهم حتى لو لم تظهر عليهم الأعراض



Interpreter

هل تحتاجين لمترجم؟

إذا كنت بحاجة لمترجم، بإمكانك طلب مترجم.

لمزيد من المعلومات

Medicines Information Service

من التاسعة صباحاً وحتى الرابعة مساءً، من الاثنين للجمعة

(03) 8345 3190

drug.information@thewomens.org.au

قسم الصيدلة

Level 1, The Royal Women's Hospital

20 Flemington Road

Parkville VIC 3052

أوراق حقائق أخرى

بإمكانك العثور على أوراق حقائق أخرى على موقعنا:

thewomens.org.au/fact-sheets

تحدثي إلى طبيبك أو الصيدلي إذا كنتي لا تزالين تعانيين من الأعراض بعد أسبوعين. لمنع عدوى دودة أخرى:

- حافظي على قصر أظفرك.
- لا تقومي بقضم أظفرك أو حك مؤخرتك.
- قومي بالاستحمام كل يوم.
- قومي بغسل شراشف سريرك وأغطية السرير وبيجامتك بالماء الساخن لقتل أي بيوض للديدان الخيطية.
- قومي بغسل الحمام بشكل متكرر بالمطهر.

الدعم الخاص بالعنف الأسري

1800 Respect National Helpline

بإمكانك الاتصال في أي وقت من النهار أو الليل على الرقم

1800 737 732

1800respect.org.au

إخلاء المسؤولية: توفر صحيفة الحقائق هذه معلومات عامة فقط. للحصول على نصيحة محددة حول احتياجات الرعاية الصحية لك أو لطفلك، يجب عليك طلب المشورة من أخصائي الصحة الخاص بك. لا يتحمل مستشفى النساء الملكي أي مسؤولية عن أي خسارة أو ضرر ينشأ عن اعتمادك على صحيفة الحقائق هذه بدلاً من رؤية أخصائي صحي. إذا كنت أنت أو طفلك بحاجة إلى رعاية طبية عاجلة، يرجى الاتصال بأقرب قسم للطوارئ إليك.
© مستشفى الومينز (النساء) الملكي 2024.