



SCCP
Saudi Cardiac Clinical Pharmacists



جمعية القلب السعودية
Saudi Heart Association

مرضى القلب والتثقيف الدوائي في رمضان



عندما يطل علينا شهر رمضان تكثر الأسئلة حول التداوي والعلاج في هذا الشهر المبارك

تدابير وقائية عامة

اهم الارشادات لكل المرضى:

1. العمل على أخذ الاحتياطات المناسبة للصيام في شهر رمضان
2. الأكل الصحي والرياضة
3. طرق الوقاية من مسببات امراض القلب ومضاعفاته
4. التثقيف الصحي لمرضى القلب
5. تحويل الجرعات للتماشى مع وجبتين بدل ثلاث وجبات
6. الإحاطة بالتفاعلات الدوائية الغذائية وتجنبها
7. توقيت الجرعات بحيث يكون المسافة معقولة بين الجرعات المتكررة في اليوم
8. تفادي اخذ الأدوية المؤثرة على الضغط والقلب والسكر اثناء الصيام
9. التوصية على متابعة نسبة السكر والدهون في الدم
10. استشارة طبيبك او الصيدلاني المختص في حالة وجود مضاعفات



إرشادات دوائية:

مسيلات الدم:

١. الاسبرين وكلوبيدوجريل او الحبوب المسيلة للدم لابد من أن تأخذها يوميا وبنفس الوقت وتؤخذ بعد الأكل وإذا نسي أخذها في وقتها وتذكر في وقت مقارب لنفس الجرعة في هذا اليوم لا مانع من اخذ الجرعة مباشرة عند تذكرها أما إذا كان الوقت متأخر أي بعد ١٢ ساعة من وقتها فتأجل إلى اليوم التالي بدون أن تضعف الجرعة.

٢. الريفيروكسيبان او الدابيغاتران او الابيكسيبان ادوية السيولة او مميعات الدم الجديدة يؤخذ الأول منها مره يوميا بينما الدابيغاتران أو الابيكسيبان يؤخذان مرتان باليوم في وقت ثابت على ان لا يزيد الوقت بين الجرعتين عن ١٢ ساعة ولا يقل عن ١٠ ساعات وفي حالة نسيان الجرعة يتناول المريض مباشرة الجرعة التالية دون مضاعفة الجرعة اما عن الطعام فانه لا يؤثر على الامتصاص ماعدا الريفيروكسيبان يفضل اخذه بعد طعام الفطور أوالسحور.

٣. الوارفارين مسيل الدم ينصح بأخذه يوميا في نفس الموعد وبالجرعات الموصى بها من قبل الطبيب أو الصيدلي ويجب عدم تناول الخضراوات ذات الأوراق الخضراء او الزنجبيل او الثوم معه حيث أن ذلك قد يؤثر في تركيز الدواء ومفعوله في الجسم حيث أن الوارفارين يعمل على عدم تجلط الدم وقد يؤدي إلى النزيف وينصح بأخذه على معدة فارغة.

٤. مدرات البول مثل فيروساميد معظم الصائمين يتجنبونها لتفادي استخدام دورات المياه وفقد السوائل وهذا في العموم خطأ والواجب المحافظة على أخذ هذه الأدوية كما وصفت من الطبيب وفي حالة نسيان الجرعة تؤخذ مباشرة عند تذكرها يوتر الاكل في امتصاصها ويفضل اخذ الجرعة بعد تمر الافطار وقت المغرب لكي لا تزعج الصائم اثناء ساعات الصيام.

٥. أما أدوية الضغط بجميع أنواعها فيفضل تناولها قبل النوم بعيدا عن بدء النشاط اليومي مع التأكيد على اخذها في وقت ثابت يوميا. وفي حالة نسيان الجرعة تؤخذ مباشرة عند تذكرها ويستحب أيضا اخذ قراءات الضغط يوميا في اول ايام الشهر الفضيل بجهاز المنزل. بالنسبة لتفاعل هذه الادوية مع الطعام فهي كالاتي: مثبطات الإنزيم المحول للأنجيوتنسين او مستقبلات الانجوتنسين مثل الليزينوبيرل او الفاستريل او اربيزارتان او برندوبيريل او اللوزرتان والفالزرتان لا يتاثر بالطعام

٦. أدوية القلب مثل مثبطات المستقبلات بيتا او مثبطات قنوات الكالسيوم يفضل أخذها بعد الإفطار. اما التي تكون عدة مرات في اليوم لابد من تحديد وقت الجرعات ليكون ثابتاً حتى لا ينسى الصائم أخذها. في حالة نسيان الجرعة خذ الجرعة حال تذكرك إذا كان موعد الجرعة القادمة قريبا فلا تأخذ الجرعة المنسية، وخذ الجرعة الجديدة واستمر على نفس الجدول، بدون أن تضعف الجرعة. بالنسبة لتفاعل هذه الادوية مع الطعام فهي كالاتي مثبطات بيتا لابد من اخذ الجرعة مباشرة على معدة فارغة مثل الكارفيديلول او الاتينولول، أما البيسوبرولول فلا يتأثر بالطعام. بالنسبة لمثبطات قنوات الكالسيوم مثل املوديبين لا يوتر الطعام في امتصاصها لذلك يمكن ان تؤخذ مع الطعام وفي اي وقت مع تثبيت وقت الجرعة.

٧. الأميودارون دواء ينظم اضطراب نبضات القلب يؤخذ مع الإفطار وهذا العلاج لا يتأثر بالطعام.

٨. الديجوكسين الذي يعمل على علاج قصور عضلة القلب وكذلك يقلل من ضربات القلب في بعض الحالات. اما ما يخص الطعام تؤخذ الجرعة ساعه قبل الاكل وفي نفس الوقت يوميا تجنب اكل الاطعمة التي تحتوي على الياف وتجنب العرق سوس والمليينات .

٩. خافضات الكوليسترول في الدم تؤخذ الجرعة مساءً يوميا. في حالة نسيان الجرعة خذ الجرعة حال تذكرك إذا كان موعد الجرعة القادمة قريبا فلا تأخذ الجرعة المنسية، وخذ الجرعة الجديدة واستمر على نفس الجدول، بدون أن تضاعف الجرعة. بالنسبة للطعام لا يؤثر الاكل في امتصاصها ما عدا الجريب فروت لابد من تجنبه أو تقليله.

نتمنى لكم صوماً مقبولاً