



مسمومیت با ترامادول



ویژه مددجویان و خانواده ها

ارائه شده توسط:

ای سی یو بیمارستان خاتم الانبیاء شهرستان بافت
فاطمه محمدی نژاد/کارشناس پرستاری

خواننده گرامی، این پمفلت با هدف آگاهی بخشی درباره خطرات مصرف ترامادول، پیشگیری از مسمومیت و وابستگی، و ارائه راهکارهای حمایتی برای بیماران و خانواده‌ها تهیه شده است. ترامادول، هرچند برای کاهش درد تجویز می‌شود، یک داروی مخدر و اعتیادآور است و مصرف نادرست یا طولانی مدت آن می‌تواند عوارض جسمی و روانی جدی ایجاد کند

معرفی ترامادول

ترامادول یک داروی مخدر شبه‌اوپیوئیدی است که برای کاهش درد متوسط تا شدید تجویز می‌شود. این دارو می‌تواند به وابستگی و اعتیاد شدید منجر شود، حتی زمانی که طبق نسخه مصرف شود. مهم است بدانید: مصرف طولانی مدت یا بدون نظارت پزشک می‌تواند زندگی را تهدید کند.

تعریف مسمومیت

مسمومیت زمانی رخ می‌دهد که دوز مصرفی بالاتر از مقدار توصیه شده باشد یا ترامادول با الکل یا داروهای آرام‌بخش دیگر ترکیب شود. مسمومیت می‌تواند حاد (ناگهانی) یا مزمن (طولانی مدت) باشد و نیاز به مداخلات اورژانسی و تخصصی دارد

علائم مسمومیت

علائم شایع: • سرگیجه و گیجی شدید • خواب‌آلودگی یا بیهوشی • تهوع و استفراغ • تعریق شدید • خارش پوست
علائم خطرناک و اورژانسی: • تنگی نفس یا تنفس آهسته • ضربان قلب نامنظم • تشنج یا حرکات غیرطبیعی • کبودی لب‌ها یا ناخن‌ها (نشانه کمبود اکسیژن) • عدم واکنش به تحریک یا بیهوشی عمیق

نکته: شناسایی سریع این علائم می‌تواند جان بیمار را نجات دهد

دلایل مسمومیت

• مصرف بیش از حد ترامادول به صورت یکباره یا تدریجی
• ترکیب با الکل یا داروهای آرام‌بخش • مشکلات کبدی یا کلیوی که باعث تجمع دارو در بدن می‌شوند • سوءمصرف عمدی برای اثرات مخدر

اقدامات اورژانسی

1. تماس فوری با اورژانس (115)
2. اگر فرد تشنج می‌کند، او را در یک طرف بدن بخوابانید تا جلوی خفگی با استفراغ گرفته شود.
3. اگر فرد بیهوش است ولی نفس می‌کشد: حرکت ندهید و تنفس او را زیر نظر بگیرید.
4. اگر تنفس متوقف شد: CPR آغاز شود تا رسیدن کمک پزشکی
5. داروهای باقی‌مانده را همراه اورژانس به بیمارستان ببرید

درمان مسمومیت

بستری در بیمارستان و نظارت کامل بر تنفس، فشار خون و ضربان قلب • استفاده از داروهای ضد تشنج در صورت نیاز • در برخی موارد داروهای بازدارنده اثر ترامادول تحت نظر پزشک

پیشگیری از مسمومیت

• مصرف تنها با نسخه پزشک و مطابق دستور • هرگز ترامادول را با الکل یا آرام‌بخش‌ها ترکیب نکنید • دارو را دور از دسترس کودکان و نوجوانان نگه دارید • دفترچه ثبت مصرف دارو داشته باشید و دوز مصرفی هر روز را یادداشت کنید • در صورت بروز علائم غیرمعمول سریعاً با پزشک تماس بگیرید

وابستگی و سوءمصرف

مصرف طولانی‌مدت یا روتین باعث وابستگی جسمی و روانی شدید میشود.

علائم وابستگی: اضطراب، افسردگی، بی‌خوابی، نیاز مداوم به دارو

هرگز دارو را ناگهانی قطع نکنید
کاهش دوز باید تحت نظر پزشک
باشد

راهکارهای کمکی برای وابستگی

مراجعه به متخصص: • پزشک یا روانپزشک برای ترک تدریجی و داروهای جایگزین • روانشناس یا مشاور اعتیاد برای حمایت روانی و کاهش افسردگی
حمایت روانی: • حضور در گروه‌های حمایتی یا جلسات مشاوره گروهی • تکنیک‌های مدیریت استرس و اضطراب: مدیتیشن، تنفس عمیق، ورزش سبک • کنترل افسردگی و پیشگیری از خوددرمانی با دارو
جایگزین‌های سالم: • فیزیوتراپی، ماساژ، داروهای غیرمخدر برای کاهش درد • فعالیت‌های ذهنی و خلاقانه برای آرامش روان

نقش خانواده: • نظارت بر مصرف دارو و علائم وابستگی یا سوءمصرف • فراهم کردن محیط آرام و حمایت‌کننده • همراهی در مراجعه به پزشک و جلسات مشاوره

پیشگیری از بازگشت به مصرف: • شناخت علائم وسوسه و خطر • فعالیت‌های جایگزین برای کاهش درد و استرس • مشاوره مداوم و گروه‌های حمایتی

نقش اورژانس اجتماعی در حمایت از بیماران و خانواده‌ها

اورژانس اجتماعی (۱۲۳) یکی از خدمات سازمان بهزیستی کشور است که برای مداخله فوری در بحران‌های فردی و خانوادگی ایجاد شده است.

در زمینه‌ی مشکلات ناشی از سوءمصرف ترامادول و دیگر مواد مخدر:

• خانواده‌ها می‌توانند در صورت مشاهده علائم وابستگی یا سوءمصرف، با اورژانس اجتماعی تماس بگیرند.
• مددکاران و روان‌شناسان اورژانس اجتماعی مشاوره فوری، مداخله در بحران و ارجاع به مراکز درمان اعتیاد را انجام می‌دهند.

• خدمات اورژانس اجتماعی رایگان، محرمانه و شبانه‌روزی است

پیام پایانی:

اگر احساس کردید کنترل اوضاع از دست رفته یا نیاز به حمایت فوری دارید، تماس با اورژانس اجتماعی (۱۲۳) می‌تواند اولین قدم برای نجات، کاهش آسیب و بازگشت به زندگی سالم باشد

منابع

- Brunton, L. L., Hilal-Dandan, R., & Knollmann, B. C. (Eds.). (2018). Goodman & Gilman's: The pharmacological basis of therapeutics (13th ed.). McGraw-Hill Education.
- Jameson, J. L., Fauci, A. S., Kasper, D. L., Hauser, S. L., Longo, D. L., & Loscalzo, J. (2018). Harrison's principles of internal medicine (20th ed.). McGraw-Hill Education.
- Walls, R. M., Hwang, J., & Hwang, U. (2018). Opioid overdose and toxicity. In Rosen's emergency medicine: Concepts and clinical practice (9th ed.). Elsevier.
- UpToDate. (2023). Tramadol: Pharmacology, indications, and adverse effects. Retrieved from <https://www.uptodate.com>
- World Health Organization. (2012). WHO guidelines on the pharmacological treatment of persisting pain in adults with medical illnesses. Geneva: WHO Press.
- Centers for Disease Control and Prevention. (2022). CDC guideline for prescribing opioids for chronic pain. Retrieved from <https://www.cdc.gov>
- American Society of Addiction Medicine. (2020). National practice guideline for the treatment of opioid use disorder: 2020 focused update. Chevy Chase, MD: ASAM.
- هال، لیلی. (۱۳۹۹). فارماکولوژی داروهای پرستاری. ترجمه گروهی از اعضای هیأت علمی پرستاری. تهران: اندیشه رفیع.
- وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی. (۱۴۰۰). راهنمای بالینی مدیریت مسمومیت‌های دارویی و ایپونیدها. تهران: معاونت درمان.
- جزوه‌های آموزشی اورژانس و سم‌شناسی، دانشگاه‌های علوم پزشکی ایران (ویژه پرستاری و پزشکی)