



## چگونه اطلاعات دارویی خود را

(( به روز ))

کنیم؟

ترجمه: دکتر افسانه اسدی

کارشناس دارویی، معاونت غذا و داروی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

کشورها، پزشک را مسئول این گونه حوادث می دانند و عدم اطلاع عذر موجهی نخواهد بود. حال شما چگونه می توانید به روز بمانید؟ این مشکل از راه های متفاوت می تواند حل شود:

تهیه یک لیست از منابع اطلاعاتی قابل دسترس:

منابع متعددی در مورد اطلاعات دارویی وجود دارند. از اطلاعات پایه ای، ژورنال ها و کتاب های رفرانس بین المللی گرفته تا مراکز اطلاعات دارویی محلی یا ملی که فرمولاری و بولتن چاپ

علم و دانش در مورد داروها در حال تغییر است. داروهای جدید به بازار می آیند و تجربیات در مورد داروهای موجود در حال افزایش است. عوارض جانبی داروها بیشتر شناخته می شوند و کاربردهای جدید داروها و یا راه های استفاده از آن در حال توسعه است. معمولاً یک پزشک انتظار دارد که درباره پیشرفت های جدید دارودرمانی، بیشتر بداند، مثلاً زمانی که یک بیماری بر اثر عوارض یک دارو اتفاق افتاده است، پزشک می تواند بداند و از بروز آن پیشگیری نماید. دادگاه ها در بسیاری از

است، قیمت این کتاب گران است. کتاب‌های اختصاصی‌تر دیگر در مورد داروهای روان‌درمانی، یا گروه‌های خطر ویژه نظیر داروهای زمان‌شیردهی، داروهای مناسب کودکان یا داروهای سالمندان می‌باشد.

### ■ Drug Compendia

در بسیاری از کشورها، نشریاتی وجود دارد که داروهای قابل‌دستیابی را لیست کرده است. این Compendia در انواع و اهداف فرق می‌کند اما معمولاً شامل نام‌های ژنریک و اختصاصی، ترکیب شیمیایی، کاربردهای بالینی و موارد منع مصرف، هشدارها، احتیاط، تداخلات، عوارض جانبی و توصیه‌های مصرف می‌باشد. یک مثال Physician's Desk Reference است که همه ساله در ایالات متحده چاپ می‌شود. کتاب‌هایی که به طور تجاری حمایت مالی می‌شوند ممکن است محدودیت‌هایی داشته باشند مثلاً لیست دارویی ممکن است کامل نباشد. ارزیابی مقایسه‌ای هم معمولاً انجام نمی‌شود. مثال دیگر اندکس ماهانه متخصصان پزشکی است، (MIMS) Index of Medical Specialities (MIMS) Monthly که در کشورهای مختلف دنیا انتشار می‌یابد. از دیگر منابعی که شامل ارزیابی مقایسه‌ای

بوده و قابل‌تهیه می‌باشد: Pharmacopeia Dispensing Information United States (USPDI) قابل‌ذکر است که گران نیست و (BNF) British National Formulary که برای تمام تجویزکنندگان دارو در بریتانیا رایگان است. ضمناً شامل قیمت داروها نیز

می‌کنند. اطلاعات به صورت مختلف در دسترس می‌باشد: شفاهی، مکتوب، نوار کاست، نوار ویدئو، روی خط اینترنت یا CD-ROM.

### ■ کتاب‌های رفرنس

کتاب‌های رفرنس می‌تواند فارماکولوژی بالینی یا عمومی یا در بعضی موارد اختصاصی باشد. از جمله کتاب‌های رفرنس فارماکولوژی عمومی به زبان انگلیسی:

the Pharmacological Basis of Therapeutic pharmacology و Goodman and Gilman's Laurence and Bennett's clinical می‌باشد. معادل این‌ها به زبان‌های دیگر نیز وجود دارد. یک معیار مهم در انتخاب کتاب‌های رفرنس، تکرار چاپ‌های جدید می‌باشد. تنها کتاب‌هایی که هر دو یا ۵ سال تجدید چاپ می‌شوند می‌توانند اطلاعات جدید را شامل باشند. کتاب رفرنس مناسب با جزییات اطلاعات دارویی در مورد مواد فعال و شیمی داروها می‌باشد. هر چند داروهای اساسی و غیراساسی از هم تفکیک نمی‌شوند و اطلاعات دارویی مقایسه‌ای را شامل نمی‌شود. A Very's Drug Information یک کتاب اختصاصی‌تر مناسب برای تجویزکنندگان با مطالب ویژه در زمینه فارماکولوژی بالینی می‌باشد.

مثال دیگر از کتاب‌های textbook اختصاصی Meyler's Side Effects of Drug می‌باشد که دربرگیرنده بررسی‌های سالانه عوارض جانبی داروهای است که در جهان گزارش گردیده

می باشد که در بقیه کتاب ها به این نکته اشاره نمی شود تجدید چاپ هر دو کتاب بستگی به میزان و محتوای آن ها دارد.

### ■ لیست ملی داروهای اساسی و راهنماهای درمان (TG)

در بسیاری کشورهای در حال توسعه یک لیست ملی داروهای اساسی وجود دارد که معمولاً داروهایی اساسی و لازم برای هر سطح از مراقبت های اولیه ( داروخانه عمومی، مراکز بهداشتی، بیمارستان ها) انتخاب می شوند.

این لیست بر اساس یک موافقت عمومی در درمان انتخابی بیماری های معمول می باشد و محدوده داروهایی را که برای تجویزکنندگان در دسترس است تعریف می کند.

اگر لیست داروهای اساسی وجود نداشته باشد شما می توانید از لیست مدل WHO استفاده نمایید.

بسیاری از راهنماهای درمان ملی که شامل مهم ترین اطلاعات بالینی برای تجویزکنندگان می باشد (درمان انتخابی، روش های درمان توصیه شده، عوارض جانبی، موارد منع مصرف، داروهای آلترناتیو و غیره) در دسترس می باشند.

شما بایستی تحقیق کنید که آیا چنین راهنماهایی (guideline) در کشور شما وجود دارند یا خیر و سعی کنید که آخرین چاپ آن را تهیه نمایید.

### ■ Drug Formularies

فرمولاری ها شامل یک لیست فرآورده های

دارویی با اطلاعات هر دارو می باشند. آن ها می توانند ملی، محلی یا مؤسسه ای باشند و معمولاً توسط کمیته های دارویی بیمارستان بسط داده می شوند و داروهایی را که برای استفاده در کشور، ناحیه، بخش یا بیمارستان پذیرفته شده اند را لیست می کنند.

اگر این فرمولاری ها شامل مقایسه بین داروها، ارزیابی و اطلاعات قیمت نیز باشند، مقدار آن بیشتر می شود اما معمولاً این حالت نیست.

بهترین آن BNF است، سعی کنید که کپی آن را تهیه کنید حتی اگر آخرین چاپ آن نباشد.

### ■ بولتن های دارویی

این نشریات در فواصل معینی منتشر می گردند. محدوده چاپ آن ها از هفتگی تا ۴ بار در سال می باشد.

بولتن های دارویی غیر وابسته، بررسی بیطرفانه داروها و توصیه های عملی بر اساس یک مقایسه بین آلترناتیوهای درمان را شامل می شوند.

بولتن های دارو می تواند یک منبع اطلاعاتی برای تعیین قابلیت های داروهای جدید و حفظ اطلاعات جدید جهت کمک به تجویزکنندگان باشد.

بولتن های دارویی می توانند انواع حمایت کنندگان مالی را داشته باشند نظیر آژانس های دولتی، دپارتمان دانشگاه، سازمان های خیریه، سازمان های مصرف کننده و ...

آن ها در بسیاری از کشورها منتشر می شوند و اغلب رایگان هستند و به خاطر اطلاعات

تلف کردن وقت است.

بنابراین هیچ‌گاه در نظر نگیرید که به خاطر چاپ یک مقاله مروری و یا مطالعه تحقیقاتی، آن‌ها لزوماً از نظر علمی خوب هستند. هزاران ژورنال پزشکی منتشر می‌شوند که در کیفیت متفاوت هستند. تنها بعضی از آن‌ها از نظر علمی معتبر هستند.

اگر درباره میزان علمی بودن یک ژورنال پزشکی شک دارید، حتماً پشتیبان آن را بررسی کنید. با همکاران با تجربه‌تر مشورت کنید و چک کنید که آیا در Index Medicus که تمام ژورنال‌های مشهور و معتبر اصلی را پوشش می‌دهد وجود دارد یا خیر.

### ■ اطلاعات شفاهی

یک راه دیگر برای به روز نگه داشتن اطلاعات دارویی، شرکت در کمیته‌های دارو درمانی است. کمیته‌ها معمولاً شامل پزشکان عمومی و یک یا چند داروساز است.

در یک بیمارستان ممکن است شامل چندین متخصص، یک کلینیکال فارماکولوژیست و / یا یک داروساز بالینی باشد.

چنین کمیته‌هایی به طور منظم در مورد جنبه‌های مختلف دارو درمانی بحث می‌کنند. در بعضی موارد، آن‌ها فرمولاری‌های محلی را ثبت می‌کنند و مصرف آن‌ها را پیگیری می‌کنند. استفاده از یک متخصص بالینی به عنوان اولین منبع اطلاعات ممکن است ایده‌آل نباشد، به خصوص زمانی که شما خود یک پزشک مراقبت‌های اولیه هستید.

در بسیاری از موارد اطلاعات متخصصین

بیطرفانه‌اشان به آن‌ها اهمیت می‌دهند، مثل:

Drug and Therapeutics Bulletin (UK)

Medical letter (USA)

Australian prescriber (Australia)

یک بولتن خوب دارویی مستقل به زبان فرانسه prescribere می‌باشد که رایگان نیست. بولتن‌های دارویی ملی در تعداد زیادی از کشورهای در حال توسعه شامل بولیوی کامرون، مالاوی، فیلیپین و زیمبابوه انتشار می‌یابند.

فایده اصلی بولتن‌های دارویی ملی این است که آن‌ها می‌توانند عناوین مرتبط را انتخاب و از زبان ملی خود استفاده کنند.

### ■ ژورنال‌های پزشکی

برخی ژورنال‌های پزشکی عمومی می‌باشند نظیر:

The New England Journal of Medicine

British Medical Journal یا The Lancet,

سایرین بیشتر اختصاصی هستند. بسیاری از کشورها نیز معادل ملی آن‌ها را دارند.

هر دو نوع شامل اطلاعات زیادی برای تجویزکنندگان می‌باشد. ژورنال‌های عمومی به طور منظم مقالات مروری را منتشر می‌کنند. ژورنال‌های اختصاصی شامل اطلاعات جزئی‌تر در دارو درمانی بیماری‌های خاص می‌باشند، برخی ژورنال‌های مستقل هستند. آن‌ها معمولاً خوش‌نما و اغلب اطلاعات موجود در یک قاب ساده و قابل دستیابی آسان می‌باشد، رایگان هستند. آگهی‌های تبلیغاتی بیش از متن دارند و در حقیقت خواندن آن‌ها

ممکن است واقعاً برای بیمار شما کاربردی نباشد. بعضی از ابزارهای تشخیصی یا داروها ممکن است در دسترس نبوده و یا در آن سطح مراقبت نیاز نباشد.

### ■ مراکز اطلاعات دارویی

بسیاری از کشورها مراکز اطلاعات دارویی دارند که اغلب با مرکز اطلاعات سموم نیز در رابطه هستند. کلیه افراد می‌توانند تماس گرفته و با طرح سئوالات مربوط به مصرف داروها و سموم راهنمایی بگیرند.

شبکه کامپیوترهای دارای خط اینترنت و یا CDROM دستیابی به حجم بیشتری از اطلاعات را ممکن ساخته است.

بسیاری از رفرانس‌های اصلی نظیر Martindale و Meyler's Side Effects of Drug امروزه به‌طور مستقیم از طریق شبکه بین‌المللی قابل دستیابی است.

زمانی که مراکز اطلاعات دارویی توسط دپارتمان داروسازی وزارت بهداشت حمایت شود اطلاعات معمولاً در مورد دارو متمرکز می‌شود.

### ■ اطلاعات کامپیوتری

سیتم اطلاعات دارویی کامپیوتری که اطلاعات دارویی اصلی را برای هر بیمار نگهداری می‌کنند، توسعه یافته است. برخی از این سیستم‌ها کاملاً پیشرفته هستند و شامل قسمتی برای مشخص کردن تداخلات دارویی و یا موارد منع مصرف دارو می‌باشند. برخی سیستم‌ها نیز شامل یک فرمولاری

برای هر تشخیص می‌باشند.

تجویزکنندگان می‌توانند فرمولاری‌اشان را در کامپیوتر نگهداری کنند. اگر این کار انجام شود به روز کردن اطلاعات به‌طور منظم نیاز به استفاده از منابع اطلاعاتی شرح داده شده را دارد.

در بسیاری از مناطق دنیا دسترسی به سخت‌افزار و نرم‌افزار نیاز به تکنولوژی دارد. در کشورهایی که چنین تکنولوژی به آسانی قابل دسترسی است می‌تواند کمک مفیدی برای تمرین نسخه نویسی باشد.

### ■ منابع صنعتی اطلاعات دارویی

اطلاعات کارخانجات داروسازی معمولاً از طریق تمام روش‌های اطلاع‌رسانی اعم از شفاهی، مکتوب و کامپیوتری قابل دستیابی است.

درآمد صنعت بالا و اطلاعات آن برای استفاده جذاب و آسان می‌باشد. هرچند منابع تجاری اطلاعات اغلب تنها جنبه‌های مثبت فرآورده‌ها را تاکید می‌کند و جنبه‌های منفی را حتی المقدور می‌پوشانند.

اگر شما از اطلاعات تجاری استفاده می‌کنید موارد ذیل را در نظر بگیرید:

اول از محتوای آگهی‌ها اطلاعات بیشتری جستجو کنید  
دوم درباره منابع اطلاعات سؤال کنید و کیفیت آن‌ها را کنترل کنید  
تنها منابعی که ثابت شده و معتبر هستند بایستی جدی گرفته شوند.  
سپس کیفیت روش تحقیق که نتیجه‌گیری بر

## ■ خواندن موثر و کارآمد

### □ مقالات

بسیاری از تجویزکنندگان در خواندن مطالبی که مایلند دچار مشکل هستند. دلیل آن نداشتن فرصت کافی - و در کشورهای صنعتی - حجم انبوه مطالبی است که برای آن‌ها ارسال می‌شود. عاقلانه است که یک استراتژی برای استفاده از وقت به هر اندازه موثر که ممکن است را دنبال کنید.

شما می‌توانید با مشخص کردن مطالبی که می‌خوانید (ارزشمند بودن آن) و طی مراحل ذیل در وقت خود صرفه جویی نمایید:

۱- ابتدا عنوان مطلب را ببینید که آیا آن مطلب برای شما جالب و مفید می‌باشد، اگر خیر مقاله بعدی را ببینید.

۲- مؤلفین را بررسی کنید، خواننده با تجربه می‌داند که کدام مؤلفین معمولاً اطلاعات ارزشمندی دارند. اگر خیر مقاله را عوض کنید. اگر مؤلفین ناشناخته بودند این امتیاز را به آن‌ها بدهید که مقاله آن‌ها را بررسی کنید.

۳- خلاصه مقاله را بخوانید. نکته اصلی این جاست که تصمیم می‌گیرید که آیا نتیجه برای شما مهم است یا خیر اگر نه مقاله را عوض کنید.

۴- محل و موقعیت را ببینید که آیا به میزان کافی شبیه وضعیت شما می‌باشد بعد تصمیم بگیرید نتیجه ممکن است برای کار شما کاربرد داشته باشد. برای مثال نتیجه یک تحقیقات در یک بیمارستان ممکن است ارتباطی به مراقبت اولیه داشته باشد. اگر وضعیت با وضعیت شما بسیار تفاوت می‌کرد مقاله را عوض کنید.

۵- قسمت مواد و روش‌ها را بخوانید. تنها با

اساس آن انجام گرفته است را بررسی کنید.

سوم تحقیق کنید که همکاران شما و ترجیحاً یک متخصص در آن رشته درباره دارو می‌داند یا خیر؟ اطلاعات تجاری گاهی در بعضی موارد به ویژه برای دانستن پیشرفت‌های جدید مفید است.

## ■ انتخاب بین منابع اطلاعاتی

فواید و مضرات منابع اطلاعاتی دارویی متفاوت است.

منابع اطلاعاتی ممکن است بر اساس کشور و وضعیت شخصی هر فردی تفاوت کند، شما امروزه تصمیم می‌گیرید که بهترین راه برای به روز نگه داشتن اطلاعات چیست؟ با لیست کردن منابع اطلاعاتی قابل دسترسی سعی کنید حداقل یکی از راه‌های ذیل را دنبال کنید:

۱- ژورنال‌های پزشکی

۲- بولتن‌های دارویی

۳- کتاب‌های رفرانس بالینی یا فارماکولوژی  
۴- کمیته‌های درمان یا مشورت با یک همکار متخصص با سابقه

هرچند منابع اطلاعاتی اولیه در امور روزانه شما باید شامل فرمولاری شخصی باشد، اما شما گاهی ممکن است با یک مشکل روبه‌رو شوید که ناچار به استفاده از یک منبع اطلاعاتی اضافی شوید.

این منبع می‌تواند یک کتاب رفرانس بالینی یا فارماکولوژی یک یک بولتن دارویی و یا مشورت با یک داروساز یا متخصص باشد.

هیچ‌گاه از اطلاعات تجاری جدا از سایر منابع اصلی استفاده نکنید.

دانستن و پذیرفتن متد تحقیقاتی می‌توانید تصمیم بگیرید که نتیجه معتبر است یا خیر. ۶- منابع را کنترل کنید. اگر شما بدانید موضوعی که شما احتمالاً قادر به قضاوت آن هستید، آیا مؤلفین از منابع کلیدی استفاده کرده‌اند. اگر این‌ها نیست حتماً دقت بیشتری نمایید.

#### □ آزمایشات بالینی

به‌طور کلی تنها آزمایشات بالینی double-blind، به‌طور راندوم، اطلاعات معتبر درباره تاثیر یک درمان می‌دهند. نتیجه مطالعات می‌بایستی متمایل به یک سو باشد.

گاهی مدارک متضادی با منابع متفاوت ارایه می‌شوند اگر شک دارید ابتدا روی روش کار دقت کنید. زیرا روش‌های متفاوت نتایج متفاوت می‌دهند. سپس مطالعه جمعیتی را برای مشاهده یک ارتباط بیشتر نسبت به وضعیت خودتان بررسی کنید. اگر باز شک داشتید بهتر است منتظر بمانید و تصمیم‌تان را برای انتخاب داروی شخصی تا به دست آوردن مدارک بیشتر به تعویق بیندازید.

#### ■ نتیجه

به روز ماندن برای تجویزکنندگان دارو در کشورهای توسعه یافته نباید زیاد مشکل باشد. تنها در برخی کشورها دستیابی به منابع اطلاعاتی مستقل دارویی بسیار محدود بوده کمی سخت است در هر حال جایی که شما زندگی و کار می‌کنید اهمیت دارد که یک استراتژی را برای به حداکثر رساندن دسترسی‌تان به اطلاعات کلیدی مورد نیاز برای بهترین استفاده از داروهایی که نسخه می‌کنید توسعه دهید. مراقب محدودیت‌های برخی منابع اطلاعاتی باشید و زمان خود را صرف اطلاعاتی کنید که ارزش داشته باشند.

#### منبع

Guide To good prescribing - Chapter 12 1998 - WHO

