



صيام رمضان والالتزام بالدواء

لا يمثل صيام رمضان أي مشكلة لمن يتمتعون بصحة جيدة، أما إذا كنت تأخذ دواءً، فقد تتعرض بعض المخاطر في بعض الأحيان. يجب ألا تتوقف أبداً عن أخذ دوائلك أو تغييره من تلقاء نفسك؛ فمن الممكن دائمًا تعديل الدواء وبهذه الطريقة تقلل المخاطر المحتملة على صحتك.

المشكلات المحتملة مع الدواء

هناك الكثير من أنواع الدواء التي يجب أخذها في مواعيد ثابتة، كل 8 ساعات مثلاً أو بعدوجبة. وأحياناً في أثناء رمضان، يميل المرضى إلى تفويت جرعة أو جرعتين أو تناول الدواء كلها مرة واحدة، ولكن ذلك قد يسبب لك مشكلات إذا كنت صائماً.

ومن الأمثلة على ذلك:

- إذا لم تتناول الدواء الموصوف لك فإن هذا قد يضر بصحتك.
- تختلف استجابة الجسم للدواء بسبب اختلاف مواعيد أكلك ونومك، وهو ما قد يحدث حتى ولو كنت تتناول الدواء في الوقت المعتمد.
- إذا تناولت أدوية مختلفة في وقت واحد، فمن الممكن أن يؤثر كل دواء على عمل بقية الأدوية.
- تأثير الأدوية التي تتناولها قبل النوم قد يتغير لو أكلت في وقت متأخر في المساء.
- إذا تناولت الدواء على معدة فارغة، فقد يؤثر هذا على عمله، وقد تتعرض لآثار جانبية أو يزداد سوء الآثار الجانبية التي تتعرض لها عن المعتمد.

رخص لأصحاب الأمراض المزمنة

أعطى القرآن للمسلمين المصابين بأمراض مزمنة والذين يتناولون الدواء عدة مرات يومياً رخصة للأطفال. وعلى الرغم من ذلك، فإن بعض المرضى المصابين بالأمراض المزمنة يرغبون في مشاركة إخوانهم في صيام الشهر. وإذا كان الصيام أو عدم تناول أدويتك قد يؤدي إلى تفاقم المرض، فإن الصيام في الحقيقة محظوظ عليك. استفت أحد المشايخ إذا كنت لا تستطيع اتخاذ القرار بنفسك.

قلل من المخاطر على صحتك

هناك أساليب مختلفة ممكنة لتعديل تناول أدويتك في أثناء رمضان. وأنسب حل لك يعتمد على:

- الأمراض التي تعاني منها.
- الأدوية التي تحتاج إلى استخدامها.
- حالتك الصحية.
- رغباتك أنت.

يجب ألا توقف أبداً عن تناول دوائلك أو تغيير من تلقاء نفسك؛ بل يجب دائمًا استشارة الصيدلاني أو الطبيب. ويمكن للصيدلاني أن يشير عليك بأفضل الأساليب لتعديل تناول أدويتك في فترة الصيام.

وغالباً يمكن تعديل وقت تناول الدواء أو جرعته أو شكله.

- الوقت: من الممكن أن تحصل على دواء يستمر مفعوله لوقت أطول، وبذلك فإن جرعة واحدة يومياً ستكتفيك، لأن الدواء سيطلق مواده الفعالة في جسمك ببطء على مدار اليوم.
- الجرعة: بعض الأدوية يمكن تناولها بين المغرب والفجر بدون أي مشكلات، ولكن ذلك يتطلب غالباً تغيير الجرعة. وقد يلزم في بعض الحالات أيضاً زيادة الجرعة أو تقليلها لأن نمط تناولك للطعام يختلف عن المعتمد.
- شكل الدواء: بعض الأدوية تتوفّر أحياناً في صورة مختلفة، مثل لزقات أو أقماع.

وعند الضرورة، يمكن للصيدلاني مناقشة هذا التغيير مع طبيبك. ويُفضل مناقشته قبل بداية رمضان، كما ينادي دائماً استشارة الطبيب أو الصيدلاني إذا تعرضت لأي مشكلات صحية في أثناء رمضان.

*لاحظ من فضلك: إذا كنت لا تشعر بالارتياح لفكرة الذهاب إلى الصيدلية بسبب فيروس كورونا، فيمكنك تحديد موعد للحصول على استشارة شخصية هاتفيّاً.