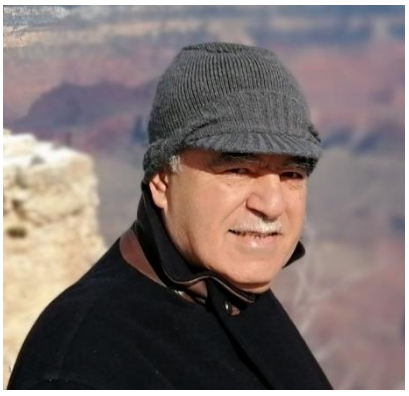
كيفية التخلص من الأدوية المنتهية الصلاحية، وبقايا الأدوية المنزلية المستعملة

بقلم د. كاظم نورالدين



تمهيد

بلغت حوادث التسمم عن طريق الخطأ Unintentional Poisonings الناجمة عن تناول الأدوية في المنزل، (في الولايات المتحدة وحدها، في عام 2007) أكثر من ربع مليون حالة(وفق ما تم تبليغه لمراكز مكافحة التسمم Poison Control Centers بالولايات المتحدة)، ولذا تعد الأدوية من المصادر الرئيسية للتسمم المنزلي عن طريق الخطأ..

كذلك لاحظت إحدى الدراسات أمرًا مهمًا ومثيرًا للدهشة، هو أنه في حالات تسمم الأطفال بالأدوية عبر تناولها عن طريق الخطأ، تمت ملاحظة وجود 45 % من الحالات سببها عدم حفظ الدواء في أوعية مقاومة للأطفالChild – Resistant Containers ، أي التي يُفترض أن تعمل بطريقة لا يتمكن الطفل معها من فتح عبوة الدواء! وهو ما يجعلنا نشك حول حقيقة فاعلية وجدوى تلك العبوات في منع حصول حالات تسمم الأطفال بالأدوية المحفوظة فيها.

ونظراً لعدم إلمام السكان في المجتمعات، فإن معرفة وسيلة وكيفية التخلص من الدواء هي إحدى المعلومات المهمة التي ينبغي للصيدلي ذكرها لمتلقي العلاج الدوائي عند تسلمه له، كما ينبغي للمريض سؤال الصيدلي عن هذا الأمر حال عدم ذكره له.

ماذا يعني تاريخ انتهاء صلاحية الدواء؟

تاريخ انتهاء صلاحية الدواء تضعه الشركة المنتجة، لأنه بمثابة تحديد قانوني لآخر يوم تضمن فيه فاعلية منتجها، ضمن ظروف الحفظ التي تذكرها في شهادة التعليمات المرفقة عادة. وهو ما ينطبق على الأدوية المصروفة بوصفة طبية، والأخرى التي تُباع دونما الحاجة إلى تلك الوصفة من طبيب. وقد صدرفي العام 1979 قانون إلزام شركات الأدوية في الولايات المتحدة بوضع تاريخ انتهاء الصلاحية.

ويتم تحديد هذا التاريخ وفق معايير إدارة الغذاء والدواء، بناء لاختبارات تُجريها الشركة المنتجة على ثبات مكونات الدواء الكيميائية، وتتراوح المدة غالبًا بين 12 و60 شهراً من لحظة الإنتاج(تختلف بين منتج وآخر). وهذا التاريخ يسري الإعتماد عليه حينما تكون عبوة الدواء غير مفتوحة، أي بإغلاق الشركة المنتجة، وحال فتح عبوة الدواء، مثل الأقراص، أو الكبسولات الدوائية الموضوعة في عبوة بلاستيكية، أو الدواء الذي على هيئة شراب سائل، فإن تاريخ الصلاحية يتغير بالكلية ولا تُستخدم عبارة Expiration Date بل تستخدم عبارة «يُستخدم قبل تاريخ كذا Beyond – Use Date «أو عبارة «لا تستخدم بعد تاريخ كذا Do Not « Use Afterأو «تخلّص من الدواء بعد تاريخ كذا .Discard After «وتنصح هيئة وضع معايير الأدوية في الولايات المتحدة United States Pharmacopeia باستخدام العبارة الأولى من بين العبارات الثلاث المذكورة.

وعلى سبيل المثال، قد تصبح المدة أسابيع بالنسبة للشراب، أو بضعة أشهر بالنسبة لأقراص الدواء، ولذا فإن أقراص أو كبسولات الدواء التي تصرفها الصيدلية في المستشفى وتضعها في علبة بلاستيكية ذات غطاء، تختلف في تاريخ انتهاء الصلاحية للدواء نفسه عند وضعه في كيس بلاستيكي لا غطاء محكماً له، وكلاهما يختلف عن تاريخ انتهاء الصلاحية للأقراص نفسها في عبواتها الأصلية التي أتت من الشركة المنتجة، وعليه يتعين على المريض ملاحظة هذه الأمور وسؤال الصيدلي عن ذلك.

ترى الرابطة الأميركية للطب American Medical Association أن فاعلية كثير من الأدوية هي بالفعل أطول من تاريخ الصلاحية المكتوب على عبوة الدواء، ومن هذا تفرع برنامج تمديد مدة الصلاحية Shelf Life Extension Program، الذي يُختصر بـ«SLEP»، بالاتفاق مع إدارة الغذاء والدواء الأميركية، وتابع البرنامج 122 نوعاً من مختلف أنواع الأدوية، وتبين أن 88 % منها بقيت فاعلة لمتوسط مدة نحو6 أشهر بعد انتهاء تاريخ الصلاحية المكتوب على عبوة الدواء. وكان من نتائج هذا البرنامج بعد ذلك تمديد مدة الصلاحية المكتوبة على عبوات أنواع عدة من الأدوية. ولكن يبقى من الصعب جدًا على المريض تمييز هذه الأمور في أنواع الأدوية المختلفة، ولذا يُطلب من المرضى الالتزام بالتاريخ المكتوب فقط، ضمانًا لسلامتهم ولفاعلية معالجتهم.

انتهاء الصلاحية

إن التعامل السليم مع كميات الأدوية المنتهية الصلاحية Expired Medicines يتطلب إدراك عدد من الجوانب المهمة لضمان سلامة المرضى وسلامة البيئة، وثمة عدد من العناصر التي يتم بموجب اتباعها تحقيق هذين الأمرين.

وفق إصدارات إدارة الغذاء والدواء، فإن استخدام الأدوية المنتهية الصلاحية تصرّف خطر، وقد يُؤدي إلى أضرار صحية، لذلك لا توجد ضمانات بأمان استخدام الدواء بعد تجاوز تاريخ الصلاحية. وعند وجود دواء منتهي الصلاحية يجب أن تتم عملية التخلّص منه بطريقة سليمة، وحينما لا تتوفر على العبوة إرشادات التخلص من الدواء، فإن ثمة برامج (في بعض الدول) لاسترجاع الأدوية بطريقة سليمة للتخلص منها، وحينما لا تتوفر بقرب المرء تلك الخدمة، فإن بعض أنواع الأدوية يُمكن التخلّص منها بوضعها في أكياس بلاستيكية محكمة الإغلاق، ورميها ضمن النفايات المنزلية، وبعضها يُنصح بالتخلص منها في المرحاض. وتفيد الإدارة المذكورة بأنها بدأت في سبعينات القرن الماضي مطالبة شركات إنتاج الأدوية بوضع تاريخ انتهاء الصلاحية على الأدوية التي تُصرف بوصفة طبية والأدوية التي تباع دونما الحاجة إلى وصفة طبية. وتشدد على أن تاريخ انتهاء الصلاحية المكتوب على عبوة الدواء جزء مهم في تحديد ما إذا كان المنتج الدوائي آمنًا للاستخدام، وسيعمل كما يُفترض.

ومن الضروري للمريض قراءة هذه المعلومة والالتزام بها. ذلك أن الأدوية المنتهية الصلاحية قد تكون أقل فاعلية أو خطرة نتيجة حصول تغيرات في تراكيبها الكيميائية، أو انخفاض فاعليتها الدوائية. كما أن التخزين غير السليم وغير المطابق لمتطلبات حفظ نوع الدواء، مثل الرطوبة و الحرارة في الغرفة.. وغيرها، لأن هذه العوامل تُسهم في خفض فاعلية الدواء قبل بلوغ تاريخ انتهاء صلاحيته، ولذا ولضمان صحة الاعتماد على تاريخ انتهاء الصلاحية، ينصح بحفظ الدواء في الظروف الملائمة لذلك، والتي عادة ما تسجّل في شهادة المعلومات.

تعتبر بداية السنة فترة مناسبة لإلقاء نظرة على جميع الأدوية الموجودة لدى الاسرة ، للتعرف على الأدوية التي يجب التخلص منها ، إما بسبب أنها أصبحت قديمة جداً ، أو أننا لم نعد بحاجة اليها .

عادة ما يتم شرح وقت التخلّص من الدواء على علبته (إما بانتهاء الصلاحية أو بعد الفتح بشهر وغيرها...)' أما في الأدوية اللاوصفية، والعينات المجانية . سوف نجد تاريخ الصلاحية مطبوع أو محفور أسفل العلبة أو على جنبها وكذلك على حافة أنابيب المراهم والكريمات، ويرمز لها ب(Exp)، وأما الأدوية التي لا يوجد عليها تاريخ صلاحية ولا نعرف تاريخ شراءها ، الأفضل التخلّص منها فوراً ودون تردد.

نذكّر أن طريقة حفظ الأدوية تؤثر على صلاحيتها وبالتالي تفقد فعاليتها . فحفظها في مكان رطب وحار ، قد يجعلها تفقد صلاحيتها حتى لو لم ينته تارخ الصلاحية ، وهذا اذا لم تتحوّل الى مواد سامة . مثلاً "التتراسكليت" (مضاد التهابات)، عندما تنتهي صلاحيته يسبب مشاكل خطيرة تؤثر على الكلى .

بعض الأشخاص بتخلصون من الأدوية المنتهية الصلاحية بواسطة "السيفون"، حرصاً على أن لا يتسمم بها اطفالهم عندما يجدونها في سلة المهملات، ولكن لاينصح بذلك لأنها قد تضر بالنباتات التي تسقى بماء المجاري ، وبالتالي تسبب ضرراَ بالحيوان و الانسان تباعاً.

لكي نتخلّص من الأدوية القديمة بأمان ، علينا أن نحرص على الأخذ بالنصائح التالية :

- عدم رمي الأدوية في سلة المهملات لكي نحمي الأطفال من التسمم بها.
- نتخلص من جميع الأدوية في علبها الاصلية ونحرص على أن تكون العلب محكمة الاغلاق، ولاننثر الأقراص نثراً.
- نضع زجاجات الأدوية السائلة المتبقي فيها كمية من الدواء في أكياس بلاستيكية ، ونربطها جيداً كي لايتسرب الدواء في حال انكسار الزجاجة .
- نضع جميع الأدوية المطلوب التخلص منها في حاوية مهملات مغلقة .
- نسارع الى التخلّص من محتويات سلة المهملات المنزلية المحتوية على الأدوية بنقلها الى الحاوية الموجودة في الشارع ، ليتم تفريغها من قبل عمال النظافة .

متى يتم التخلص من الأدوية وكيف؟

يلعب الدواء دورًا مهمًا في معالجة الأمراض، وحينما لا يُحتاج إليه أو عندما يبلغ تاريخ انتهاء الصلاحية له، فإن التخلص السليم منه يُقلل من احتمالات حصول حوادث إساءة الاستخدام، سواء تناولها بالخطأ من قبل الصغار أو البالغين أو تناولها قصدًا لغير ما صُرفت له. وثمة عدة خيارات لإتمام التخلص من الدواء بطريقة سليمة يُمكن المرء من خلالها أن يُحقق ذلك، نذكر منها :

– إرجاع الدواء المنتهي الصلاحية،او بقايا الأدوية ، بأسرع ما يُمكن ودون تأجيل بلا داع، إلى المستشفى، او الصيدلي أحد أفضل الطرق للتخلص السليم التي تساهم في خفض احتمالات إساءة استخدامه. وتتوفر في كثير من المستشفيات برامج استرداد أدوية المرضى تلك، وهي من ضمن مسؤولياتها.
– للتخلص المنزلي، حينما لا تتوفر للمرء تلك الخدمة ، فإنه وفق إرشادات إدارة الغذاء والدواء الأميركية، هناك بعض أنواع الأدوية التي يُمكن التخلص منها عبر طريقة التخلص المنزلي ضمن النفايات المنزلية، وذلك وفق اتباع الخطوات التالية:

* خلط أقراص وكبسولات الأدوية، دون كسرها أو طحنها، مع مواد غير مستساغة وغير متقبلة للتناول مثل الأوساخ أو بقايا القهوة المطحونة.
* وضع الخليط في وعاء مثل كيس بلاستيك وأحكام إغلاقه.

* ألقِاء ذلك الكيس ضمن الزبالة المنزلية.

* أزالت ومسح كل المعلومات الشخصية، مثل الاسم والرقم الطبي عن عبوات الأدوية قبل إلقائها مع الزبالة المنزلية.

وتتضمن هذه الإرشادات أمرين:

الاول : حفظ المعلومات الشخصية الطبية مثل نوعية الأدوية التي يتناولها المريض لعلاج أمراض معينة لديه.

الثاني : جعل الدواء الملقى في النفايات غير قابل للتناول عن طريق الخطأ من قبل الإنسان أو الحيوان.

– كما يمكن التخلص المنزلي من بقايا الأدوية عبر إلقائها في المرحاض، وسحب السيفون لإخراجها مع مياه الصرف الصحي، ولكن هذه الطريقة وفق ما تشير إليه إدارة الغذاء والدواء مناسبة لعدد محدود من الأدوية التي تشكل خطورة عالية حال تناول جرعة منها، أي الأدوية التي لا يُمكن إلقاؤها مع النفايات المنزلية ضمانًا لتجنب استخدامها عن طريق الخطأ. و لا تعد عملية التخلص من الأدوية عبر الإلقاء في المرحاض الوسيلة المُثلى. ويتم البحث عن طرقٍ أفضل.

لا يخلو بيت من أدوية غير مستخدمة أو زائدة عن الحاجة، فغالبا ما يتبقى في منازلنا دواء تم التوقف عن استخدامه لتمام الشفاء، أو لقيام الطبيب بتغيير الدواء المستخدم، أو لانتهاء تاريخ صلاحيته فلا يمكن استخدامه. وبالتالي فإن التخلص من تلك الأدوية يصبح السبيل الوحيد للتعامل معها، ولكن للأسف الشديد فإن الممارسات الشائعة للتخلص من الأدوية تتسم بخطورة شديدة، إذ إن لها العديد من التأثيرات السلبية على صحتنا وبيتنا.

ممارسات خاطئة يجب الحذر منها، ومن بينها:

* إعطاء الأدوية الزائدة عن الحاجة لأشخاص آخرين، أو التبرع بها. لان ذلك يتسم بالخطورة الشديدة بسبب ابتعاده عن الإشراف المباشر للطبيب أو الصيدلي، كونه قد يعرض صحتهم للخطر، فليس كل ما يصلح لمريض بعينه قد يصلح لمريض آخر حتى ولو تشابهت الحالة المرضية.

* التخلص من الأدوية غير المستخدمة، سواء كانت صالحة للاستخدام أو منتهية الصلاحية، عبر إلقائها مباشرة في القمامة وهذا أمر فائق الخطورة، لانه يعرض تلك الأدوية لإعادة استخدامها ، أو حتى بيعها من قبل بعض الأشخاص، خاصة إذا كانت تلك الأدوية ذات تأثير على الحالة النفسية والمزاجية.

خطوات تتبع قبل التخلص من الدواء:

* قبل التخلص من أي دواء، يجب قراءة نشرة المعلومات الدوائية الخاصة به، فإذا وجدت محاذير أو إرشادات معينة محددة حول كيفية التخلص من هذا الدواء بشكل خاص نتبعها حرفياً.

* إذا لم يكن هناك أية إرشادات محددة، نقوم بإفراغ الأدوية من حاوياتها تماما في كيس بلاستيكي محكم الغلق يمنع تسرب الماء.

* أضافة مخلفات أخرى إلى الكيس البلاستيكي يمكنها أن تجعل محتوياته غير مرغوب فيها مثل بقايا القهوة المستخدمة سابقا أو بقايا الشاي أو نشارة الخشب...

* أغلاق الكيس البلاستيكي بإحكام والقيام بتحريكه لخلط محتوياته، ثم تخلص منه في سلة المهملات.

* إذا لم تعرف كيف تتخلص من فائض الدواء، لا تتردد في طلب المساعدة من الصيدلي الذي تتعامل معه.

تقترح منظمة "سيدر انفيرومنتال" cedar"– تقنية جديدة لإعادة استخدام الأدوية بدل طمرها مع النفايات العادية ، حرقها في أفران شركة الترابة، كما حصل مؤخراً وأدى الى اعتراضات للأهالي في القرى المجاورة، إلا ان البحث في خلفية المسألة وتاريخيتها يطرح أسئلة أبعد وأعمق من الخلاف التقني. وهذه كانت تجربة غير ناجحة.

إذا كانت الأدوية المنتهية الصلاحية تصنف ضمن النفايات المنزلية الخطرة والتي تحتاج الى معالجة خاصة، فلماذا لا يتم وضع خطة خاصة مع غيرها من النفايات المنزلية المصنفة خطرة مثل البطاريات والأجهزة الإلكترونية، بالتعاون مع البلديات وتجميعها في مستوعبات تمهيداً لإعادة تصديرها الى بلد المنشأ، خصوصاً انها تشترك جميعها في المواصفات بأنها خطرة وبأنها مستوردة؟

يعتبر التخلص من الأدوية المنتهية الصلاحية أمراً شائكاً في جميع أنحاء العالم، حيث تلجأ المجتمعات الصناعية إلى حرق الأدوية المنتهية الصلاحية مع السيطرة على الانبعاثات بينما تلجأ المجتمعات الأقل ثراءً إلى طمر تلك النفايات.

أخيراً أملنا أن يأتي اليوم الذي يستطيع فيه لبنان الاكتفاء الذاتي في معالجة نفاياته الدوائية. عن طريق تنفيذ خطة وطنية طويلة الأجل لإدارة النفايات، تقوم على المبادئ الصحية والبيئية السليمة؟وذلك بتجهيز

معامل نموذجية في لبنان للقيام بهذه المهمة؟ رغم عدم التأكد من قدرة السياسيين على تحمّل مسؤولياتهم في المدى القريب بسبب الجو السلبي السائد في البلد والذي من خلاله تشكّك كل جهة بأي مبادرة .

ختاماً، يبقى القول ان انتهاء صلاحية الأدويّة يسلّط الضوء على مشكلة في سلسلة الإمداد تكتنف اختيار الأدوية والتقدير الكمي والاقتناء والتخزين والتوزيع والاستخدام. وهنا الحاجة إلى تبيان العوامل المساهمة في انتهاء الصلاحيّة في كل مرحلة من حلقة الإمداد بهدف تصميم إستراتيجيّات واقعيّة تحدُّ من تلك المشكلة..

البيئة النقية تضاعف الحياة