



كيفية إدارة أدوية ضغط الدم

كيفية إعادة تعبئة وصفاتك الطبية:

• إذا نفذ دواءك الحالي:

- اتصل بصيدلية تحالف كامبريدج الصحي (CHA) لإعادة تعبئة وصفاتك الطبية (الحصول على المزيد من الدواء) إذا:
 - نفذت أدويةك ولا تزال لديك إمكانية إعادة التعبئة
 - إذا لم تنته صلاحية وصفاتك الطبية
- اتصل بالصيدلية عن طريق الاتصال بموقع الصيدلية الخاص بك أو باستخدام تطبيق إعادة التعبئة عبر الهاتف المحمول:
<https://app.rxlocal.com/>

• إذا لم يتبق لديك إمكانية إعادة التعبئة أو انتهت صلاحية وصفاتك الطبية:

- اتصل بمقدم الخدمة الخاص بك عبر الهاتف أو من خلال MyChart لمراجعة وصفاتك الطبية.
- سيحتاج مقدم الخدمة إلى التأكد من أن الدواء يفيدك كما هو متوقع وسيكتب لك وصفة طبية لعدد معين من مرات إعادة التعبئة.

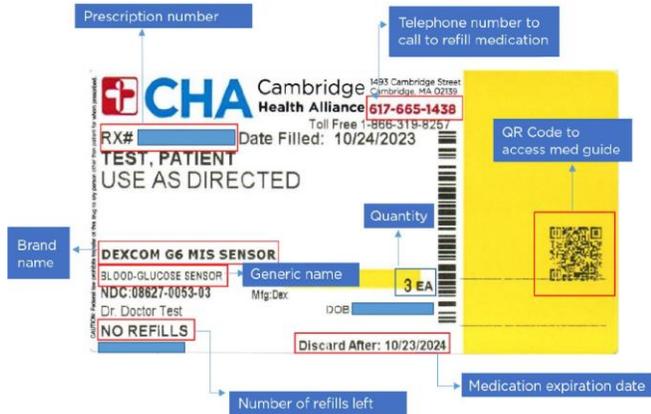
• إذا كنت بحاجة إلى وصفة جديدة:

- اتصل بمقدم الخدمة الخاص بك عبر الهاتف أو من خلال MyChart لمراجعة وصفاتك الطبية. قد تضطر إلى تحديد موعد حتى يتمكن فريق الرعاية الخاص بك من تقييم احتياجاتك.
- الصيدلية غير مصرح لها بوصف الدواء. يجب أن يتم ذلك من قبل مزود الخدمة الخاص بك.

كيفية تذكر تناول الدواء:

من المهم متابعة أدويةك وتناولها بالطريقة الصحيحة. إليك فيما يلي بعض الطرق لتذكر تناول أدويةك:

- تناول الدواء في نفس الوقت كل يوم.
- اربط مهمة تناول الدواء بالأنشطة اليومية، مثل تنظيف أسنانك.
- استخدم صندوق حبوب أسبوعي يحتوي على أقسام منفصلة لكل يوم أو ساعة من اليوم.
- اطلب من العائلة والأصدقاء أن يساعدوك في التذكر.
- استخدم تقويمًا طبيًا.
- قم بتعيين وظيفة تذكير على هاتفك الذكي.



تعلم كيفية قراءة ملصق وصفاتك الطبية من خلال مشاهدة الصورة على اليمين.

كيفية التبدل إلى صيدلية تحالف كامبريدج الصحي (CHA):

إذا كان لديك أي سؤال أو اشتفسار حول صيدليتنا، أو حول تبدال وصفاتك الطبية، أو حول استخدام صيدليتنا، يمكنك الاتصال على الرقم 617-806-8566 (اضغط على الخيار 3)، أو مراسلتنا عبر البريد الإلكتروني على العنوان Pharmacy@challiance.org أو زيارة موقعنا www.challiance.org/pharmacy.

يمكنك أيضًا الاتصال بالصيدلية مباشرةً في الموقع الأقرب إليك:

كامبريدج: 617-665-1438 شرق كامبريدج: 617-499-6690
مالدن: 781-338-8990 ريفير: 781-485-8272

ما هي أدوية ضغط الدم المرتفع؟

- تساعد أدوية علاج ارتفاع ضغط الدم على خفض ضغط الدم.
- اعتمادًا على مستويات المخاطر وضغط الدم لديك، قد تحتاج إلى نوع واحد أو أكثر من الأدوية للحفاظ على ضغط الدم لديك عند مستوى صحي.
- قد تحتاج إلى مراجعة مقدم الرعاية الصحية الخاص بك بشكل متكرر حتى تتم السيطرة على ضغط الدم لديك.
- لا تعمل أدوية علاج ارتفاع ضغط الدم إلا عند تناولها حسب الوصفة الطبية.
- لا ينبغي إيقاف تناول الدواء دون موافقة أخصائي الرعاية الصحية الخاص بك، حتى لو كنت تشعر أنك بخير.

ما هي أنواع الأدوية التي يمكن وصفها؟

- مدرات البول: تساعد على التحكم في ضغط الدم عن طريق إزالة الصوديوم الزائد (الملح) والماء من الجسم عن طريق التبول. تُسمى هذه الحبوب أحيانًا بـ "حبوب الماء".
 - مثبطات الإنزيم المحول للأنجيوتنسين (ACE)، وحاصرات مستقبلات الأنجيوتنسين II (ARBs)، وحاصرات قنوات الكالسيوم - تعمل على استرخاء الأوعية الدموية الضيقة وفتحها وخفض ضغط الدم.
 - حاصرات ألفا، حاصرات بيتا، مثبطات الجهاز العصبي - تعمل على تقليل النبضات العصبية إلى الأوعية الدموية، مما يسمح بمرور الدم بسهولة أكبر.
 - موسعات الأوعية الدموية: تفتح الأوعية الدموية بشكل مباشر عن طريق التحكم في النبضات العصبية.
- ملاحظة: قد يحتاج العديد من المرضى إلى تناول دواءين أو أكثر للحفاظ على مستويات ضغط دم صحية.

ما هي الآثار الجانبية المحتملة؟

يمكن لبعض أدوية علاج ارتفاع ضغط الدم أن تؤثر على وظائف معينة في الجسم. قد يؤدي هذا إلى آثار جانبية، ولكن فوائد استخدامها تفوق مخاطر الآثار الجانبية لدى معظم الناس.

تتضمن بعض الآثار الجانبية الشائعة ما يلي:

- الضعف أو التعب أو النعاس
- الضعف الجنسي لدى الرجال
- مشاكل في النوم
- بطء أو سرعة ضربات القلب
- الطفح الجلدي
- الشعور بالعطش
- السعال
- تشنجات العضلات
- الصداع أو الدوخة أو الدوار
- الإمساك أو الإسهال

إذا كنت تعاني من آثار جانبية، فلا تتوقف عن تناول الدواء لتجنب تلك الآثار. اتصل بمزود الخدمة الخاص بك إذا كانت لديك أي أسئلة أو مخاوف. يمكن لمزود الخدمة العمل معك للعثور على الدواء أو الجرعة التي تناسبك بشكل أفضل.

قم بمسح رمز الاستجابة السريعة (QR) لمعرفة المزيد.

