

الاستفادة إلى أقصى حدّ من الصيدلي الذي تتعامل معه

English version: www.healthdirect.gov.au/getting-the-most-out-of-your-pharmacist

يقوم الصيادلة المحليون بأكثر من مجرد صرف الدواء الموصوف لك - فهم خبراء أدوية مؤهلون يقدمون النصائح والمشورة بشأن الأدوية والرعاية الصحية بشكل عام لملايين الاستراليين كل عام.

كيف يمكن لصيادلة المجتمع المساعدة؟

غالباً ما تكون شبكة الصيادلة في أستراليا والتي تضم 5500 من الصيادلة المجتمعيين هي أول نقطة اتصال للمرضى مع النظام الصحي. فهم يوفرّون الأدوية ويتحققون من حصولك على الجرعة الصحيحة؛ وما إذا كان لديك أي حساسية؛ وما إذا كان لديك أي مشاكل أخرى مع الدواء؛ ويقدمون نصائح حول كيفية استخدامه بأمان.

يعمل الصيادلة عن كثب مع الأطباء العامين والأخصائيين والمهنيين في الخدمات الصحية المساعدة والمستشفيات. كما أنهم يوفرّون مجموعة من الخدمات للمستهلكين، عادةً ما تكون مجانية وبدون الحاجة إلى تحديد موعد. تشمل بعض هذه الخدمات:

- **المشورة بشأن الأدوية:** يقدم الصيادلة المشورة بشأن أفضل الأدوية التي لا تحتاج إلى وصفة طبية، والأدوية ذات الماركات غير المسجلة (الأرخص سعراً)، وكيفية تناول أدويةك بأمان. وقد يكون بإمكانهم أيضاً توصيل الأدوية أو الاحتياجات مقابل رسوم بسيطة ومساعدتك على إدارة أدويةك بشكل أفضل (مثل ملء علبة توصيب الأدوية الخاصة بك (blister pack) لتقسيم الأدوية وفقاً للأيام والأوقات التي تحتاج لأخذها فيها) ؛ وإجراء مراجعة للأدوية المنزلية.
- **النصيحة بشأن الرعاية الصحية:** يمكن للصيادلة مساعدتك في علاج الأمراض البسيطة مثل السعال ونزلات البرد، ورعاية ما بعد الولادة وإدارة الألم. كما يمكنهم أيضاً مساعدتك على إدارة الحالات المزمنة مثل السكري والربو.
- **النصيحة حول العناية بالجروح:** يمكن للصيادلة مساعدتك في العناية بالإصابات الطفيفة وإظهار كيفية وضع الضمادات والملابس الضاغطة.
- **الفحوصات الصحية وتقييم المخاطر:** يمكنك الحصول على فحوصات ضغط الدم أو الكوليسترول أو السكر في الدم (للسكري) من الصيدلية. يجب عليك إطلاع طبيبك على النتائج فوراً. طبيبك العام هو الشخص الأفضل لمساعدتك على فهم ما تعنيه هذه النتائج والعناية بصحتك بشكل مستمر.
- **اللقاحات:** يقدم بعض الصيادلة المدربين بشكل مناسب اللقاحات الموافق عليها، حسب الولاية أو المقاطعة التي تسكن فيها. للحصول على معلومات عن اللقاحات التي يمكنك الحصول عليها في الصيدلية في ولايتك، قم بزيارة موقع Pharmacy Guild of Australia.
- **النصائح حول الأطفال والرضع:** يقدم الصيادلة النصيحة والمنتجات لمساعدتك على علاج الحالات الشائعة عند الأطفال مثل طفح الحفاض والأكزيما وخبز الرأس والإمساك والألم والحمى والتسنين. تقدم العديد من الصيدليات خدمة رعاية الطفل لوزن الطفل وقياسه. تتوفر في بعض الصيدليات ممرضات مؤهلات لصحة الطفل لتقديم المشورة.
- **تقييم الرعاية الذاتية ونمط الحياة:** يركّز الصيادلة على صحتك وإبقائك بعيداً عن المستشفيات، على سبيل المثال من خلال فحص مؤشر كتلة الجسم ومساعدتك في الإقلاع عن التدخين.
- **الشهادات الطبية:** يمكنك الحصول على شهادة طبية لتبرير الغياب عن العمل من الصيدلي.
- **دعم المعرّضين لتوقف التنفس أثناء النوم:** قد يكون الصيادلة قادرين على تحديد ما إذا كنت معرضاً لخطر توقف التنفس أثناء النوم، وإجراء اختبارات النوم في المنزل، ومساعدتك على استخدام جهاز CPAP (الضغط الهوائي الإيجابي المستمر).

كيف تجد صيدلياً

يمكنك البحث عن الصيدلية المحلية (تسمى أحياناً Chemist) على الموقع findapharmacy.com.au أو استخدم خيار البحث عن الخدمات [Healthdirect Service Finder](#) للعثور على صيدليات تفتح حتى ساعات متأخرة في منطقتك.

ما هي الرعاية التي أحتاجها؟

يشتمل النظام الصحي الأسترالي على العديد من الأنواع المختلفة من الخدمات المتاحة لمساعدتك. شاهد هذا الفيديو للتعرف على أكثر الخدمات ملاءمةً لاحتياجاتك الصحية.