

راهنمایی ساده برای انتخاب بهترین محصول موضعی پوستی (بخش دوم)

تاریخ: تیر ۱۴۰۵

در مقاله قبلی به طور کلی با فرم های دارویی کرم، ژل، پماد، لوسیون و محلول آشنا شدیم و کاربردها و تفاوت های آن ها را نام بردیم. اما احتمالا همچنان سوالاتی در ذهن باقی می ماند.

مثلا اگر به جای یک ژل از کرم استفاده کنم چه اتفاقی می افتد؟

اگر هم ژل و هم کرم باید استفاده کنم، ترتیب استفاده صحیح آن ها به چه صورت است؟

در این راهنما می خواهیم هر فرم دارویی را دقیق تر بررسی کنیم تا بدانیم هر کدام برای چه موقعیتی مناسبند تا در موقعیت های درمانی مختلف بتوانیم بهترین را برای شرایط اختصاصی خود انتخاب کنیم.

مقایسه فرمولاسیون ها در یک نگاه

در مقاله قبلی با عنوان «انواع محصولات موضعی پوستی (بخش اول)» انواع اشکال دارویی نیمه جامد و مایع را در مصرف موضعی بررسی کردیم. جهت کسب اطلاعات بیش تر می توانید مقاله پیشین را از [اینجا](#) مطالعه کنید.

در این مقاله ابتدا به جمع بندی و مقایسه کلی فرمولاسیون ها خواهیم رفت تا دید بهتری نسبت به انواع مختلف آن ها پیدا کنیم و با نگاهی آگاهانه تر محصول مورد نظر را انتخاب کنیم:

فرمولاسیون	قوام	نفوذ در پوست	قابلیت شست و شو با آب
پماد	ضخیم و چرب	عالی	خیر
کرم	نیمه جامد	متوسط	بله
ژل	نیمه جامد و شفاف	خوب	بله
لوسیون	نسبتا مایع	کم	بله
محلول	مایع و آبی	متغیر	بله

همان طور که مشاهده می کنید جدول فوق بر اساس میزان نفوذ محصول در پوست از بالا به پایین تنظیم شده است.

بدان معنا که:

پمادها بیشترین نفوذ در پوست را دارند و لوسیون‌ها اکثراً در سطح پوست پخش می‌شوند و نفوذ چندانی ندارند.

از لحاظ ظاهری نیز هر یک از محصولات موضعی پوستی با هم متفاوتند. معمولاً:

بیشترین قوام مربوط به پمادها بوده و محلول‌ها کاملاً مایع هستند.



انتخاب فرمولاسیون مناسب از محصولات دارویی پوستی

نوع عارضه، آسیب یا بیماری، سن و جنسیت فرد، محل مورد استفاده و حتی مدت زمان مصرف همگی از عواملی هستند که در انتخاب فرم دارویی برای محصولات موضعی موثرند.

به طور مثال در کودکان و به خصوص برای سطوح گسترده، مصرف شکل دارویی پماد چندان راحت نیست؛ چرا که کودک فرصت به کارگیری درست محصول را به والدین نمی‌دهد.

همچنین در آقایان نیز معمولاً ترجیح بر استفاده از فرم‌های دارویی است که احساس سبک‌تری بر روی پوست داشته باشند و احساس سنگینی و پوشانندگی بالا معمولاً موجب عدم مصرف صحیح و طولانی مدت در آقایان می‌گردد. این موضوع به خصوص در ناحیه پوست سر که بسیاری از آقایان با مشکلات ریزش مو مواجه هستند اهمیت می‌یابد. در این افراد انتخاب شکل دارویی محلول یا ژل بهترین فرم دارویی خواهد بود.



در جدول زیر راهنمایی ساده و کاربردی قرار داده‌ایم تا برای برخی موارد روزمره بتوانید بهترین و مناسب‌ترین فرم دارویی را انتخاب کنید.

بیماری/ناحیه	شکل دارویی پیشنهادی	علت انتخاب فرم دارویی
پوست خشک و پوسته پوسته شده	پماد یا کرم	بیش‌ترین رطوبت‌رسانی و نفوذ دارو
پوست مستعد آکنه	ژل	غیرکومدوژنیک، خشک‌شوندگی سریع
پوست سر (مو دار)	ژل، لوسیون یا محلول	پخش آسان، با چسبندگی و رسوب کم
اگزمای ترشح‌دار	کرم یا لوسیون	آرام‌بخش، خاصیت پوشانندگی کم
پلاک‌های ضخیم (مثل پسوریازیس)	پماد	نیاز به نفوذ عمیق
سطوح گسترده بدن	لوسیون	پوشش‌دهی مناسب، احساس خوب بر روی پوست

در صورتی که در خصوص انتخاب نوع شکل دارویی یا نحوه مصرف آن سوالی دارید، داروساز بهترین دوست راهنمای شما در این مسیر است. از همین جهت می‌توانید به [صفحه ایران ناژو](#) مراجعه کنید و با مشاور علمی شرکت صحبت و پرسش‌های خود را مطرح نمایید تا بهترین انتخاب را به شما معرفی کنند.

سوالات متداول در خصوص انتخاب محصول دارویی پوستی

۱. پزشکم برای من یک کرم تجویز کرد ولی داروخانه یک پماد به من تحویل داد. آیا این موضوع مشکلی در روند درمان من ایجاد می‌کند؟

این موضوع بستگی به شرایط فردی و بیماری شما دارد. پماد قوی‌تر و پوشاننده‌تر از کرم است. اگر پزشک برای اگزمای ترشح‌دار کرم تجویز کرده، جایگزینی با پماد، می‌تواند نتیجه بالینی را عوض کند. چرا که پوشانندگی بالای پماد، خطر تجمع رطوبت و بدتر شدن عفونت را دارد. بنابراین همیشه تعویض و جایگزینی فرم دارویی را با داروساز یا پزشکتان در میان بگذارید.

۲. آیا می‌توانم چندین محصول موضعی پوستی را همزمان استفاده کنم؟
به طور کلی بله ولی ترتیب و زمان‌بندی آن‌ها اهمیت بالایی دارند. ابتدا فرآورده‌ای که حاوی دارو است را روی محل بمالید و حدود ۱۰ الی ۱۵ دقیقه صبر کنید تا جذب شود. سپس یک مرطوب‌کننده روی آن بزنید (مرطوب‌کننده را هیچ‌وقت پیش از محصول دارویی استفاده نکنید چون با ایجاد یک سد، مانع جذب دارو می‌شود). اگر چند فرآورده دارویی دارید، حتماً ۳۰ دقیقه بین مصرف آن‌ها فاصله ایجاد کنید.

۳. بین کرم، ژل و پماد اول از کدام استفاده کنم؟
اگرچه هیچ راهنمای ثابت و یکسانی برای همه شرایط و افراد وجود ندارد؛ ترتیب محلول ← لوسیون ← ژل ← کرم ← پماد معمولاً به‌طور گسترده پذیرفته شده است؛ رعایت این ترتیب از ایجاد یک لایه محافظ توسط فرآورده‌های چرب‌تر (مانند پماد) جلوگیری می‌کند؛ چرا که این لایه می‌تواند جذب فرآورده‌های سبک‌تر را در صورت مصرف بعد از آن‌ها کاهش دهد.

۴. چرا پس از استفاده از ژل، پوستم احساس سوزش دارد؟
این موضوع ممکن است به ۲ دلیل اتفاق بیوفتد. یکی وجود الکل در فرمولاسیون (به خصوص در ژل‌های مخصوص اکنه) و دیگری خود ماده دارویی (مانند آلفاهیدروکسی اسید یا رتینوئید). در صورتی که احساس سوزش شدید و مداوم دارید، داروساز می‌تواند فرم دارویی جایگزین (معمولاً کرم) را با حفظ اثربخشی به شما پیشنهاد دهد.

۵. آیا می‌توانم از کرم دارویی صورتم برای بدن و یا برعکس استفاده کنم؟

پوست صورت نازک‌تر از پوست بدن است. محصولات اختصاصی پوست صورت معمولاً سبک‌تر هستند و خاصیت پوشانندگی کم‌تری دارند. استفاده از کرم صورت روی پلاک‌های ضخیم بدن ممکن است دوز ناکافی از دارو را به محل برساند. از سوی دیگر استفاده از یک پماد غلیظ بدن، بر روی صورت می‌تواند منافذ را ببندد و باعث ایجاد جوش شود. اهمیت این موضوع در محصولات دارویی بسیار بالاتر از محصولات آرایشی و بهداشتی است.



چه زمان لازم است به پزشک مراجعه کنیم؟

اگرچه بسیاری از مشکلات پوستی با انتخاب فرم صحیح دارویی و نحوه استعمال صحیح قابل کنترل و یا درمان هستند؛ اما گاهی برخی علائم ممکن است در روند استفاده از محصول دیده شوند که حتماً فرد نیاز است بابت آن‌ها به پزشک مراجعه کرده و مسئله را به طور دقیق و صحیح بررسی کند. برخی از این علائم عبارتند از:

- × پوست دارای ترشح یا نشانه‌های عفونت از جمله گرما، چرک و قرمزی گسترش‌یافته
- × عدم بهبود پس از ۲ تا ۴ هفته درمان موضعی مناسب
- × بثورات گسترده که بیش از ۱۰ درصد سطح بدن را درگیر کرده
- × بثورات صورت همراه با علائم سیستمیک شامل تب، ضعف و درد مفاصل

- × هر تغییر پوستی که خودبه‌خود خونریزی می‌کند یا بهبود نمی‌یابد
- × بدتر شدن شدید و بلافاصله پس از شروع یک فرآورده موضعی جدید



موثرترین توصیه‌های عملی برای استفاده از محصولات موضعی

- ✓ محصول را بر روی پوستی که کمی مرطوب است بمالید. پوستی که پس از شست و شو هنوز کمی مرطوب است، نفوذپذیری بالاتری دارد. استفاده از محصول پوستی در بازه ۳ دقیقه پس از استحمام می‌تواند جذب دارو را به طور قابل توجهی افزایش دهد.
- ✓ از مقدار مناسب محصول استفاده کنید. استفاده از مقدار کم معمولاً رایج‌ترین علت شکست درمان موضعی است. واحد نوک انگشت یا ^۱FTU معمولاً معیار مناسبی برای میزان استفاده است.



^۱ FTU: The Fingertip Unit

جدول زیر مقدار صحیح استفاده از کرم‌ها و پماد را طبق معیار FTU را نشان می‌دهد:

تعداد واحدهای نوک انگشت (بزرگسال) به ازای هر دوز					
سن بیمار	صورت و گردن	دست کامل	پا کامل	جلوی سینه و شکم	پشت، کمر و باسن
۳ تا ۱۲ ماه	۱	۱	۱.۵	۱	۱.۵
۱ تا ۳ سال	۱.۵	۱.۵	۲	۲	۳
۳ تا ۶ سال	۱.۵	۲	۳	۳	۳.۵
۶ تا ۱۰ سال	۲	۲.۵	۴.۵	۳.۵	۵
بالای ۱۲ سال و بزرگسالان	۲.۵	۴	۸	۷	۷

✓ نواحی تحت درمان را از نور مستقیم آفتاب محافظت کنید. بسیاری از داروهای موضعی از جمله برخی آنتی‌بیوتیک‌ها، رتینوئیدها و برخی ضد قارچ‌ها حساسیت به نور را افزایش می‌دهند. پس حتما پیش از خروج از خانه از ضد آفتاب با SPF ۳۰+ استفاده کنید.

✓ از محصول خود به درستی نگهداری کنید. برخی کرم‌ها و ژل‌ها در دمای بالا تجزیه می‌شوند. معمولا این محصولات باید در دمای پایین‌تر از ۲۵ درجه سانتی‌گراد و دور از نور مستقیم آفتاب نگهداری شوند. با این وجود حتما دستورالعمل نگهداری روی جعبه هر محصول را برای اطلاعات دقیق‌تر بخوانید.

✓ دست‌ها را پیش و پس از استفاده از محصول بشویید. پیش از استفاده به این دلیل که محصول را آلوده نکنید. پس از استفاده به این دلیل که ناخواسته محصول را به ناحیه دیگری در بدن منتقل نکنید. (این موضوع به خصوص در استفاده از استروئیدهای قوی اهمیت دارد).

در نهایت به یاد داشته باشید...

حتی بهترین فرمولاسیون محصول موضعی در دنیا هم تا زمانی که به طور موثر و صحیح استفاده نشود، تاثیری نخواهد داشت!

پس هرچه زودتر با داروساز مشورت کنید تا محصولی را که مناسب شرایط شماست به شما معرفی کند. تقریبا همیشه یک جایگزین مناسب وجود دارد که بتوانید به طور منظم و صحیح از آن استفاده کنید.

- European Medicines Agency (EMA)
- British National Formulary (BNF)
- Dosage Form Design and Drug Bioavailability in Remington
- Australian Medicines Handbook Pty Ltd

گراورنده: دکتر فاطمه نورسته

این محتوا صرفاً جنبه آموزشی داشته و جنبه درمانی ندارد. توصیه می‌گردد حتماً پیش از تصمیم‌گیری در خصوص تمامی مسائل پزشکی با پزشک یا داروساز خود مشورت کنید.