

استخدام الأدوية التقليدية

يستخدم الناس في جميع أنحاء العالم، بما في ذلك الولايات المتحدة، الأدوية التقليدية لتساعدهم عندما لا يشعرون أنهم على ما يرام أو للحفاظ على صحتهم.

من الأمثلة على أنواع الأدوية التقليدية الحبوب أو المساحيق أو الشاي أو منتجات الشفاء المصنوعة من النباتات أو الأعشاب من بلدك الأم أو تلك التي تجدها هنا في الولايات المتحدة.

كثير من هذه الأدوية التقليدية آمنة وجيدة لصحتك، ولكن بعضها ليس كذلك. سيشرحك الأطباء والصيدلة في الولايات المتحدة على تناول الأدوية التقليدية إذا كانت آمنة.

أخبر الطبيب أو الصيدلي بشأن الأدوية التقليدية التي تستخدمها أنت أو طفلك. في الواقع، سيكون من الجيد اصطحاب هذه الأدوية معك في موعد الطبيب القادم.

فيما يلي بعض الأسباب الرئيسية المهمة لمناقشة ما تتناوله مع الطبيب أو الصيدلي:

- إذا كنت تتناول أدوية تستلزم وصفة طبية، فأحياناً ما تتفاعل الأدوية التقليدية مع الدواء الموصوف طبيًا. قد يتسبب ذلك في جعلك مريضاً أو يقلل من فاعلية الدواء.



- أيضاً، إذا كنت تتناول كميات كبيرة من الأعشاب أو التوابل أو الثوم أو الزنجبيل لصحتك، فيمكن أن تتفاعل كذلك مع الأدوية الموصوفة طبيًا.

- تحتوي الأدوية التقليدية أحياناً على مكونات ضارة بالجسم. فليس لمجرد أنها أعشاب طبيعية لا يعني أنها صحية.



على سبيل المثال، تم اكتشاف أن بعض المساحيق من بورما والتي تُستخدم لعلاج مشكلات المعدة تحتوي على كميات كبيرة من الرصاص والزرنيخ. الرصاص والزرنيخ ضاران جداً بالجسم. يمكن لهذه الأنواع من المساحيق أن تجعلك مريضاً وخاصة الأطفال.

لا تخف من التحدث مع الطبيب أو الصيدلي بشأن ذلك الأمر. من المهم لصحتك مشاركة هذه المعلومات.

Using Traditional Medicines

People all around the world – including in the United States –use traditional medicines to help them when they are not feeling well or to keep themselves healthy.

Examples of these types of traditional medicines are pills, powders, teas or healing products made from plants or herbs from your home country or that you find here in the US.

Many of these traditional medicines are safe and are good for your health, but some are not. Doctors and pharmacists in the United States will encourage you to take traditional medicines if they are safe.

Tell your doctor and pharmacist about any traditional medicines you or your child may be using. In fact, it's a good idea to take these medicines with you to your next doctor appointment.

Here are the main reasons why it is important to discuss what you are taking with your doctor or pharmacist:

- If you are taking prescription medications, sometimes traditional medicines interact with the prescription medication. This can make you sick or can make your medication weak.
- Also, if you eat large amounts of herbs, spices, garlic or ginger for your health, this can also interact with your prescription medications.
- Sometimes traditional medicines have ingredients that are harmful to the body. Just because they are natural does not mean they are healthy.



For example, it was discovered that some powders from Burma that are used for stomach problems had large amounts of lead and arsenic in them. Lead and arsenic are very harmful to the body. These types of powders can make you sick and are especially harmful to children.



Don't be afraid to talk with your doctor or pharmacist about this. It is important for your health that you share this information.