الموجودة في المستحضر المقنن تكون بالميليجرامات او بالميكرو كرامات بينما يستعمل العطارون والاطباء الشعبيون في تحضير خلاطاتهم حفنة اليدين او قبضة اليد او ملء الفنجان كنسب في تحضير وصفاتهم، وهنا يكمن الخطر... لذا يجب على المواطن الانتباه الى الامور التالية:

1- يجب التحقق من نقاوة العشب قبل الشراء بسبب احتواء بعض الأعشاب والنباتات على الشوائب والملوثات الكيميائية مثل المبيدات الحشرية التي ترش على النبات لقتل الآفات ويأتي هذا التحقق من خلال شرائها من المحال الموثوق بها والتأكد من مصادر هذه الأعشاب.

2- عدم شراء المنتجات أو الأدوية العشبية عن طريق الإنترنت أو التليفزيون أو الوسائل الإعلامية الأخرى لأنها تكون رديئة وغير مرخصة وثبت احتواؤها على مكونات دوائية محظورة ومعادن ثقيلة أو تحتوي على بعض الأعشاب الضارة التي لا يسمح باستخدامها وتصنع هذه المنتجات فقط لغرض التصدير إلى الخارج للتجارة.  
3- عدم استعمال أي دواء عشبي بناء على تجارب الآخرين لأن الخلطات العشبية أو الأدوية العشبية تختلف في طرق علاجها من شخص لآخر.

4- عدم شراء أي منتج أو دواء عشبي إلا بعد التأكد من ترخيصه من الجهات الصحية الرسمية في بلدك، لأنه قد يتم منح المنتج ترخيصاً في بلدان أخرى من دون مراعاة متطلبات الجودة والسلامة المطبقة في بلدك.  
5- عدم شراء أي مستحضر عشبي لا يحمل الملصقات البيانية الضرورية باللغتين العربية والإنجليزية مثل مكونات المستحضر وفعاليته ومأمونية استخدامه إضافةً إلى اسم المصنع وعنوانه وبلد المنشأ.

6- يجب استشارة الطبيب قبل استعمال هذه الأعشاب وسؤال الصيدلي عما إذا كان هناك أي تداخلات دوائية معها لضمان السلامة. حيث لا توجد إلى الآن خلطات عشبية محلية مصرحة من وزارة الصحة .

7- يجب وضع الأدوية العشبية بعيداً عن متناول الأطفال.

**التحذير من خلطات العطارين والأدوية العشبية**

مصطلح "أعشاب طبيعية" الذي يستعمله العطارون للترويج عن خلطاتهم لا يعني أنها آمنة وليس لها أضرار صحية عند الاستخدام ، فالعديد من الأعشاب قد تكون سامة بسبب بنيتها الكيماوية وتسبب آثار جانبية مثل التليف في الكبد أو الفشل الكلوي والعقم أو السرطان كما تضر بالجهاز الهضمي والأوعية الدموية.

جهل العطارون في تحديد فترة صلاحية الخلطة التي تعتمد على معايير كثيرة كدرجة الحرارة والرطوبة وشدة الضوء ونوعية العبوة مما قد تؤثر جميعها على المواد الفعالة في أجزاء النبات.

*حيث* حذَر مختصون في علم الأدوية والصيدلة من التعامل مع الخلطات العشبية مجهولة المصدر ومن تعاطي الأعشاب عشوائياً لما في ذلك من خطورة بالغة على الصحة والحياة، لافتين إلى أن الخلطات العشبية في أحيان كثيرة تكون مخلوطة بالمبيدات الحشرية أو العقاقير الطبية ما يجعلها تتسبب في إصابة متعاطيها بالعديد من الامراض الخطرة، داعين إلى ضرورة الحذر منها، واتساقا مع تحذيرات المختصين فإن الهيئة العامة للغذاء والدواء سبق وأن نبهت من انتشار دعايات عبر وسائل التواصل الاجتماعي تروج لبعض الخلطات العشبية، وتزعم أنها مجربة ومفيدة لعلاج بعض الأمراض أو لتخفيف الوزن.



جهل العطارين والأطباء الشعبيين بالمجاميع الكيميائية في الاعشاب يجعل خلطاتهم العشبية العشوائية خطراً على المستهلك. كما ان بعض المجاميع الكيميائية سامة تسبب السرطان او تلف الكبد أو الفشل الكلوي أو العقم . فلا يحق لغير المختص صنع اي دواء عشبي حيث ان الاعشاب