

老人用藥安全

An toàn dùng thuốc cho người già

Những lo ngại và hiện tượng lão hóa ở người cao tuổi

1. Thị lực, thính lực, khả năng nhận thức, trí nhớ đều thoái hóa.
2. Hấp thụ, phân bố, chuyển hóa và bài tiết thuốc đều thay đổi.
3. Cân bằng sinh lý, chức năng phục hồi bị thoái hóa, khó điều tiết đường huyết, huyết áp, nhịp tim và nhiệt độ cơ thể.
4. Chức năng điều tiết bị thoái hóa, phản ứng chậm, hoạt động khó khăn, dễ ngã, gãy xương, đi tiểu nhiều lần, đi tiểu mất kiểm soát.

Vấn đề thường gặp khi dùng thuốc ở người cao tuổi

1. Uống thuốc lặp lại, quên ăn, uống nhầm thuốc, nhầm thời gian uống thuốc.
2. Tự điều phối thuốc hoặc dùng thuốc, mức độ xảy ra tác dụng phụ tăng lên.
3. Thích mua thuốc, cất thuốc, thuốc cỏ đông y, thuốc bị thổi phồng giá trị thực, tặng thuốc lẫn nhau.
4. Cách bảo quản thuốc sai, thuốc quá hạn không nỡ vứt đi.

Nguyên nhân nảy sinh vấn đề về dùng thuốc ở người già

1. Có nhiều loại bệnh mãn tính, đồng thời uống nhiều đơn thuốc của nhiều cơ sở y tế, các loại thuốc dùng phức tạp.
2. Không phối hợp giữa thời gian nghỉ ngơi và thời gian uống thuốc.
3. Thoái hóa chức năng cơ thể, trí nhớ và khả năng nhận thức giảm.

Điều cần chú ý khi dùng thuốc ở người già

1. Khi người già đi khám bệnh, cần thông báo cho bác sỹ hoặc dược sỹ tất cả các loại thuốc hiện đang sử dụng.
2. Để bác sỹ hoặc dược sỹ hiểu tất cả các thuốc của bạn, tránh dùng thuốc trùng lặp và những tác dụng lẫn nhau giữa các loại thuốc.
3. Khi uống thuốc cần xác nhận rõ cách dùng, lượng dùng, thời gian và liều lượng, khi có thắc mắc gì cần nhanh chóng hỏi dược sỹ.
4. Lưu ý tác dụng phụ khi uống thuốc và nảy sinh những bệnh mới.



5. Không được mua những thực phẩm chức năng không rõ nguồn gốc, không được nhẹ dạ nghe những quảng cáo thổi phồng giá trị thực để tránh tiền mất tật mang.
6. Kiên trì 5 nguyên tắc không: không nghe, không tin, không mua, không ăn và không giới thiệu.
7. Trí nhớ , khả năng nhận thức giảm, sử dụng cách tránh quên thời gian uống thuốc như: dùng lịch hoặc hộp đựng thuốc.

Điều cần biết khi dùng thuốc ở người già

1. Cần định kỳ kiểm tra sức khỏe, hiệu chức năng nội tạng, để điều chỉnh lượng dùng thuốc, tránh xảy ra tác dụng phụ.
2. Thuốc lợi tiểu, vitamin tổng hợp, tránh uống trước khi đi ngủ để không ảnh hưởng tới giấc ngủ.
3. Uống thuốc theo chỉ thị của bác sỹ hoặc dược sỹ, không được tự mình thay đổi.
4. Sau khi uống thuốc an thần, thuốc ngủ cần nghỉ ngơi tránh không đi lại, đề phòng bị ngã.
5. Uống thuốc cao huyết áp cần phòng bị chóng mặt do huyết áp thấp mang tính tư thế gây ra.
6. Uống thuốc có tác dụng lâu dài hoặc sử dụng hộp thuốc đựng một liều thuốc có thể phòng việc quên uống thuốc.