

越南文

Thuốc dự trữ trong gia đình

Tự chăm sóc bản thân là hành vi tự uống thuốc vì sức khỏe của bản thân. Điều quan trọng nhất là mọi người có thể tự mình đánh giá loại bệnh đó, cần có những nhận thức cơ bản đối với loại thuốc tự mình dùng như thuốc chỉ định hoặc thuốc thành phẩm, và tuân thủ theo chỉ định của bác sỹ để uống thuốc.

Trong gia đình chuẩn bị sẵn một số loại thuốc có thể kịp thời chữa trị một số loại bệnh nhẹ. Mỗi gia đình cần chuẩn bị một ít thuốc thường dùng an toàn hữu hiệu, học cách sử dụng an toàn hợp lý, có thể giúp cho những thuốc thường dùng có thể phát huy hiệu quả cao nhất.

Chủng loại thuốc thường dự phòng trong gia đình

1. Loại thuốc uống thường dự phòng:

- (1) Thuốc cảm cúm: thuốc cảm tổng hợp thường gặp, thuốc viêm mũi, thuốc ho, thuốc trị đờm hoặc thuốc ho dạng sirô.
- (2) Thuốc giảm đau hạ sốt: vừa có thể hạ sốt vừa có thể giảm đau.
- (3) Thuốc trị đường ruột dạ dày: có triệu chứng khó tiêu hóa, dạ dày khó chịu, tiêu chảy.
- (4) Khác: say xe, say máy bay, thuốc dị ứng.

2. Loại thuốc thường dùng bên ngoài:

- (1) Betadine (2) cao bôi tiêu viêm (3) cồn (4) cao dán giảm đau (5) thuốc giảm sốt (6) thuốc nhỏ mắt (7) cao trị ngứa (8) Loại khác.

中文對照說明

家庭常備藥

自我照護是民眾為了自己健康所做的自我給藥照護行為。最重要的是民眾對該症狀可以「自我評估」，對於自我照護的藥品如指示藥或成藥應有基本的認識，並遵守藥師之指示來用藥。

家庭常備藥品，能使一些小病得到及時治療。每個家庭應準備少量安全且有效的常用藥物，並學會安全合理的使用，使常備藥物能夠發揮其最大的功效。

家中常備藥物的種類

1. 常備內服藥種類：

- (1) 感冒用藥：常見的綜合感冒藥、鼻炎錠、止咳錠、化痰錠或咳嗽糖漿。
- (2) 解熱鎮痛藥：除了可退燒也可以止痛。
- (3) 胃腸道用藥：有消化不良、腸胃不適、腹瀉的症狀時使用。
- (4) 其他：暈車、暈機藥、過敏藥品。

2. 常備外用藥種類：

- (1) 優碘 (2) 消炎軟膏 (3) 酒精 (4) 酸痛貼布 (5) 退燒栓劑 (6) 眼藥水 (7) 止癢藥膏 (8) 其他。

Điều cần chú ý

1. Nếu người lớn liên tục uống thuốc cảm cúm tổng hợp quá 7-10 ngày, hoặc có hiện tượng sốt 3 ngày trở lên mà bệnh vẫn chưa tiến triển thì lập tức đi khám bác sỹ.
2. Xuất hiện tác dụng phụ nghiêm trọng, cần nhanh chóng chấm dứt uống thuốc và đi khám bác sỹ.
3. Không được đồng thời uống một lúc 2 loại thuốc giảm đau hạ sốt trở lên, nếu không sẽ tăng thêm tác dụng phụ và độc tính.
4. Trong thuốc cảm cúm có chứa thuốc kháng histamine, dễ gây ra hiện tượng buồn ngủ.
5. Phương pháp bảo quản thuốc dạng đặc biệt:
Thuốc nhỏ mắt: thường để trong nhiệt độ phòng. Nếu có ký hiệu đặc biệt thì bảo quản ngăn dưới của tủ lạnh và theo chỉ dẫn. Nếu trong vòng 1 tháng sau khi mở chưa sử dụng hết cần phải vứt đi.
Thuốc nhét hậu môn: do dạng thuốc này dễ bị mềm đi dưới nhiệt độ 30 phút trở lên, đa số cần để trong ngăn đá tủ lạnh để tránh bị mềm.
Thuốc dạng lỏng/thuốc dạng vắn: như thuốc dạ dày, thuốc cảm hoặc nước thuốc ho, chỉ cần bảo quản trong nhiệt độ phòng, trừ trường hợp có chỉ dẫn đặc biệt.

Kết luận

Thuốc dự trữ trong gia đình thường dùng để trị những bệnh nhẹ, nhưng nếu phát hiện sau khi uống thuốc mà bệnh không cải thiện thì cần nhanh chóng đến bác sỹ để khám, tránh xảy ra những chậm trễ đáng tiếc. Ngoài ra, những thuốc này thường là để dự phòng chứ không dùng, để mỗi thành viên trong gia đình đều biết trong nhà có thuốc gì, thuốc để ở đâu và sử dụng như thế nào?

注意事項

1. 若成人連續服用綜合感冒藥超過 7-10 天，或有發燒現象達 3 天以上，症狀尚未改進，應該立即就醫診治。
2. 出現嚴重副作用，應立即停止服藥並且就醫。
3. 勿同時服用任何 2 種以上的解熱鎮痛藥，否則會使副作用和毒性加強。
4. 感冒藥中常含有抗組織胺，易引起嗜睡現象。
5. 特殊劑型的藥物保存方法：
眼藥水：一般放在室溫下即可。有特別標示，需放在冰箱下層者，則依標示處理。開封後一個月內未用完，應即丟棄。
肛門栓劑：栓劑劑型因為溫度超過 30°C 就會開始軟化，多數需要放在冰箱冷藏，以免軟化。
一般液劑/ 懸浮劑：像胃乳、感冒或咳嗽藥水，室溫保存即可。有特殊指示者除外。

結語

家中常備藥應是用來治療較輕微的症狀，但若是發現服藥後症狀未改善，仍需立即到醫院治療，避免發生延誤治療的遺憾。此外，常備藥品是備而不用，讓家庭的每一成員都知道家裡有什麼藥，藥放在哪裡，如何使用。