

越南文

安 toàn dùng thuốc cho người già

Những lo ngại và hiện tượng lão hóa ở người cao tuổi (年長者的困擾與老化現象)

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 (老年人用藥常見的問題)

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, cắt 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 (造成老年人用藥問題的原因)

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.

中文對照說明

老人用藥安全

年長者的困擾與老化現象

1. 視力、聽力、認知力、記憶力均退化。
2. 藥品的吸收、分布、代謝、排泄均改變。
3. 生理的平衡、代償性功能退化，較難調節血糖、血壓、心跳、體溫等。
4. 協調功能退化，反應遲鈍，行動不便，易跌倒、骨折、頻尿、尿失禁。

老年人用藥常見的問題

1. 重複吃藥、忘記吃、吃錯藥、服藥時間錯誤。
2. 自行調藥或停用藥品，副作用發生率增加。
3. 喜歡買藥、偏方、中草藥、誇大不實藥物，互贈藥品。
4. 藥品保存方式錯誤，過期藥捨不得丟棄。

造成老年人用藥問題的原因

1. 有多種慢性病，同時服用多家醫療院所處方藥品，用藥種類複雜。
2. 作息時間與服藥時間無法配合。
3. 身體機能退化，記憶力、認知力下降。

Điều cần chú ý khi dùng thuốc ở người già (老年人用藥注意事項)

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 (老人用藥須知)

1. Cần định kỳ kiểm tra sức khỏe, hiểu 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.

老年人用藥注意事項

1. 老年人就醫時，應告訴醫師或藥師目前服用的所有藥物。
2. 讓醫師或藥師瞭解您的所有用藥，避免重覆用藥及藥物交互作用的發生。
3. 服藥時要確認用法、用量、時間和劑量，有疑問應立即詢問藥師。
4. 留意服藥產生的副作用，新症狀的產生。
5. 請勿購買來路不明的保健食品，勿輕信誇大不實廣告，以免花錢又傷身。
6. 堅持五不原則：不聽、不信、不買、不吃、不推薦。
7. 記憶力、認知力下降，使用避免忘記服藥時間的方式，如：日曆、藥盒。

老人用藥須知

1. 應定期健康檢查，瞭解內臟功能，以調整用藥劑量，避免副作用發生。
2. 利尿劑、綜合維他命製劑，避免睡前服用，以免影響睡眠。
3. 遵照醫師或藥師的指示服藥，勿自行更改。
4. 服用鎮靜劑、安眠藥後，宜休息儘量不走動，以防跌倒。
5. 服用高血壓製劑，宜防因姿態性低血壓造成眩暈。
6. 服用長效型藥品或使用單一劑量的用藥盒，可以預防忘記服藥。