

ยาสำหรับผู้สูงวัย ใช้อย่างไรให้ปลอดภัย

ภญ.อารยา ศรีไพโรจน์

หลายท่านคงทราบดีว่าเมื่อเป็นผู้สูงวัย โอกาสที่จะมีโรคหรือปัญหาสุขภาพที่จำเป็นต้องใช้ยา ยิ่งมีโรคหลายโรค หรือมีโรคเรื้อรังก็จะส่งผลให้ผู้สูงวัยได้รับยาหลายรายการ และการที่ผู้สูงวัยอาจจะรักษาโรคในหลายสถานพยาบาล ประกอบกับผู้สูงวัยจะมีการทำงานของอวัยวะต่างๆ ที่เสื่อมสภาพลง โดยเฉพาะตับ ไต ทำให้ประสิทธิภาพในการกำจัดยาลดลง ก็อาจเกิดปัญหาในการใช้ยาได้ ดังนั้น เพื่อให้ผู้สูงวัยได้รับประโยชน์สูงสุด และเกิดความปลอดภัยในการใช้ยา ผู้สูงวัย หรือผู้ดูแลควรปฏิบัติตัว ดังนี้

๑. การแจ้งข้อมูลที่สำคัญให้แก่ แพทย์ เภสัชกร และพยาบาล ทราบในเรื่องต่างๆ ก่อนได้รับยา ได้แก่
 - โรคประจำตัว
 - ยาที่ใช้
 - ยาที่แพ้
 - ปัญหาอื่นๆ ที่มี เช่น กลืนยาลำบาก สายตามองเห็นไม่ชัดเจน หลงลืม หูตึง สูบบุหรี่ ดื่มสุรา
๒. เมื่อรับยาจากเภสัชกรต้องสอบถามเภสัชกรที่จ่ายยา โดยคำถามที่ผู้สูงวัย หรือผู้ดูแลควรถาม ได้แก่
 - ยานี้แก้อะไร
 - ยานี้กินอย่างไร
 - ถ้าลืมกินยา จะทำอย่างไร
 - จะเกิดอาการข้างเคียงอะไรไหม
 - จะต้องใช้ยาไปนานเท่าใด
 - จะเก็บยานี้ไว้ที่ไหน
 - กินยานี้ตอนท้องว่างหรือหลังอาหาร จึงจะดี
 - กินยานี้กับน้ำส้ม ได้หรือไม่

๓. การฝึกจดบันทึกประวัติข้อมูลสำคัญในข้อ ๑ ในสมุดบันทึกยา เมื่อต้องไปตรวจรักษา หรือปรึกษาเรื่องยาในสถานพยาบาลต่างๆ ไม่ว่าจะเป็น คลินิก ร้านยา ศูนย์บริการสาธารณสุข โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล โรงพยาบาล ก็นำสมุดบันทึกยานี้ยื่นให้แพทย์ เภสัชกร และบุคลากรสาธารณสุขทราบ เพื่อป้องกันการได้รับยาซ้ำซ้อน และป้องกันการเกิดอันตรกิริยาระหว่างยากับยา หรืออันตรกิริยาระหว่างยากับผลิตภัณฑ์สุขภาพ

๔. การเลือกใช้ยาและผลิตภัณฑ์สุขภาพที่มีการโฆษณาผ่านวิทยุ โทรทัศน์ หรือสื่อต่างๆ ผู้สูงวัยและผู้ดูแลต้องพิจารณาข้อมูลต่างๆ และปรึกษาแพทย์ เภสัชกร บุคลากรสาธารณสุขก่อนที่จะตัดสินใจซื้อมาใช้ เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาทั้งโรคและยาที่ใช้ประจำ

หากผู้สูงวัย และผู้ดูแล อ่านฉลากยาก่อนใช้ ตรวจสอบลักษณะของยา เก็บรักษายาในที่ที่เหมาะสม ไม่หลงเชื่อโฆษณา และแจ้งข้อมูลสำคัญต่างๆ ให้แก่แพทย์ เภสัชกร และบุคลากรสาธารณสุข การใช้ยาก็จะเกิดความปลอดภัยและเกิดประโยชน์สูงสุด

“ห่วงใยผู้สูงวัย จากใจเภสัชกรไทย”

เอกสารอ้างอิง

๑. บุชบา จินดาวิจักษณ์ และ สุวัฒนา จุฬาวัฒนทล. (บรรณาธิการ). ห่วงใยผู้สูงวัย จากใจเภสัชกร. พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร: สมาคมเภสัชกรรมโรงพยาบาล (ประเทศไทย); ๒๕๕๘.
๒. ศรีวรรณ อีระมันคง. การใช้ยาในคนกลุ่มพิเศษ. ใน กรกช กังวาลทัศน์, กุสวดี เมลืองนนท์, คณินทร์ รังสาตทอง, จุราพร พงศ์เวชรักษ์. (บรรณาธิการ). ยาในชีวิตประจำวัน. พิมพ์ครั้งที่ ๒. ปทุมธานี: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์; ๒๕๕๙. หน้า ๑๐๓ – ๑๒๗.