



## หลักการ用药ในผู้สูงอายุ

1. ไม่ซื้อยารับประทานเอง ควรพบแพทย์และเภสัชกร

2. ใช้อย่างที่จำเป็น ปรึกษาแพทย์ถึงข้อบ่งชี้ในการใช้ยา เพราะยาบางชนิดควรใช้ติดต่อกันอย่างสม่ำเสมอ แต่บางชนิดจะใช้เมื่อมีอาการเท่านั้น

3. เมื่อต้องไปพบแพทย์หรือไปโรงพยาบาล ต้องนำยาทุกชนิด ซึ่งรวมถึงสมุนไพรและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่ใช้อยู่ไปแสดงแก่แพทย์



4. แจ้งให้แพทย์ทราบ เมื่อมีอาการผิดปกติ เช่น ให้อยู่ไป แล้วชาวม บัสสาวะบ่อย ไอเรื้อรัง เป็นต้น

5. แจ้งให้ทราบถ้ามีปัญหาเกี่ยวกับการกลืนยา เพื่อแพทย์จะได้เลือกชนิดยาที่เหมาะสม เช่น ให้น้ำยาแทนยาเม็ด

6. หลังได้รับยาควรตรวจทานยาทุกครั้ง ถ้ามีข้อสงสัยควรสอบถามทันที ได้แก่ ฉลากยา ชื่อผู้ป่วย ชนิดยา วิธีใช้ ข้อควรระวังที่ยังไม่เคยใช้ วันหมดอายุ

7. จัดเตรียมยาให้พร้อมต่อการใช้ เช่น การ ตัดยาครึ่งเม็ด การกดยาเม็ดออกจากฟอยด์ การจัดยาเป็นเวลา เป็นต้น เพื่อช่วยให้ผู้ป่วยได้รับยาอย่างถูกต้องครบถ้วน



8. รับประทานยาตามที่แพทย์หรือเภสัชกรแนะนำอย่างเคร่งครัด กรณีหลงลืมใช้สิ่งช่วย

จดจำ เช่น เขียนขนาดและวิธีรับประทานตัวใหญ่ติดบนฉลากยาหรือปฏิทิน ใช้อุปกรณ์ใส่ยาชนิดที่รับประทานช่องละ 1 ครั้ง เพื่อป้องกันการลืมรับประทานยา หรือรับประทานยาซ้ำซ้อน

9. เก็บยาให้ปลอดภัยและเก็บไว้ห่างจากมือเด็ก

10. หากผู้ป่วยสูงอายุช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ ผู้ดูแลควรหยิบยามาให้รับประทานเองกับมือ วิธีนี้จะปลอดภัยที่สุด

การใช้ยาอย่างเหมาะสมเป็นพื้นฐานสำคัญในการดูแลรักษาผู้สูงอายุอย่างมีประสิทธิภาพ เนื่องจากผู้สูงอายุ มีการเปลี่ยนแปลงร่างกายที่เสื่อมถอยลงร่วมกับมีโรคร่วมหลายอย่าง การเลือกให้ยาจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่ง ดังนั้น ผู้ที่เกี่ยวข้องไม่ว่าจะเป็นผู้ดูแลใกล้ชิด หรือบุคลากรทางการแพทย์ ควรให้ความเอาใจใส่ในการให้ยาของผู้สูงอายุเป็นพิเศษ ส่วนผู้สูงอายุเอง ก็ควรศึกษาความรู้เกี่ยวกับยาที่ใช้ และควรมีวิธีการช่วยจำเพื่อให้สามารถให้ยาได้อย่างถูกต้อง และปลอดภัย เกิดประโยชน์สูงสุดทั้งต่อตัวผู้สูงอายุเอง และลดค่าใช้จ่ายในการรักษาด้วย



## หลักการให้ยา



องค์การบริหารส่วนตำบลคมบาง

36 หมู่ที่ 9 ต.คมบาง อ.เมือง จ.จันทบุรี

โทร .0-3939-7066

sao\_kombang@live.com

www.kombang.com

## ยากับผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุ เป็นกลุ่มประชากรที่ใช้ยามากกว่ากลุ่มประชากรวัยอื่น เนื่องจากผู้ป่วยกลุ่มนี้ มักมีโรคเรื้อรัง ทำให้มีโอกาสรักษา กับแพทย์หลายคนและได้รับยาหลายชนิด จำนวนยาที่ใช้ สัมพันธ์กับอายุที่มากขึ้น สิ่งที่ตามมาคือ ผลอันไม่พึงประสงค์ จากการใช้ยา ปฏิกริยาระหว่างยา และค่าใช้จ่ายในการรักษา ที่เพิ่มมากขึ้น การใช้ยาในผู้สูงอายุ ทำให้เกิดผลข้างเคียงได้ ง่าย เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาตามวัย นอกจากนี้ผู้สูงอายุ ซึ่งมีปัญหาด้านสายตา และความจำยังมี ความเสี่ยงที่จะใช้ยาผิดได้มากอีกด้วย

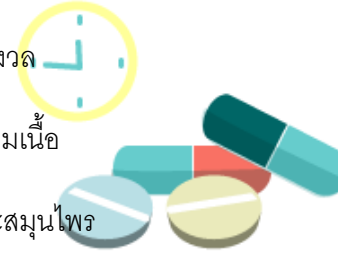
### กลุ่มยาที่มีความเสี่ยงสูงและควรหลีกเลี่ยงในผู้สูงอายุ

- กลุ่มยานอนหลับและยากล่อมประสาท
- กลุ่มยาด้านซึมเศร้า
- กลุ่มยาแก้ปวดลดอักเสบที่ไม่ใช่สเตียรอยด์ (NSAIDs)
- กลุ่มยาลดระดับน้ำตาลในเลือด
- กลุ่มยาคลายกล้ามเนื้อ
- กลุ่มยาด้านเกล็ดเลือด
- กลุ่มยาแก้ไอเจียน
- กลุ่มยาลดแพ้ Anti-histamine



### กลุ่มยาที่ใช้บ่อยในผู้สูงอายุ

1. กลุ่มยารักษาโรคประจำตัว อาทิ ยาลดความดันโลหิต
2. กลุ่มยานอนหลับและยาคลายกล้ามเนื้อ
3. กลุ่มยาแก้ปวดและยาคลายกล้ามเนื้อ
4. กลุ่มยาวิตามิน อาหารเสริม และสมุนไพร



ในผู้สูงอายุกลุ่มยาที่นิยมใช้มาก คือ กลุ่มยานอนหลับและยาแก้ปวด ซึ่งยา 2 กลุ่มนี้ไม่ได้รับการที่สาเหตุของโรค แต่อาจบรรเทาอาการให้ทุเลาลงเป็นครั้งคราว ดังนั้น การใช้ยาต้อง ร่วมกับการรักษาสาเหตุที่ทำให้เกิดอาการนอนไม่หลับ และเกิดอาการปวด ซึ่งต้องอยู่ในความดูแลของแพทย์

### ปัจจัยที่ส่งเสริมให้เกิดผลข้างเคียง จากการใช้ยาในผู้สูงอายุ

- การได้ยาหลายชนิดในเวลาเดียวกัน ทำให้ยามีปฏิกริยาต่อกัน หรือยาตีกัน ซึ่ง เกิดจากยาชนิดหนึ่งไปมีผลแทรกแซงยาอีกชนิดหนึ่ง
- การเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาในการออกฤทธิ์และกำจัดยาออกจากร่างกาย
- พฤติกรรมของผู้ป่วยสูงอายุ



ผู้ออกแบบ/จัดทำ : น.ส.จันทิมา นิสสัยสุข (ผู้ช่วยเจ้าหน้าที่บันทึกข้อมูล)

- \* การซื้อยารับประทานเอง
- \* ขาดการติดตามการรักษาจากแพทย์อย่างสม่ำเสมอ
- \* การไม่รับประทานยาตามแพทย์สั่ง
- \* การทานยาทั้งหมดอายุแล้ว



### ผลอันไม่พึงประสงค์จากการใช้ยาที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุเป็นวัยที่มีโอกาสเสี่ยงต่อผลข้างเคียงของยาได้ง่าย

- กลุ่มยาคลายกล้ามเนื้อและยานอนหลับ มักทำให้เกิดอาการมึนงง และเกิดอุบัติเหตุได้ง่าย
- กลุ่มยาลดปวดและอักเสบ ไม่ควรใช้ติดต่อกัน โดยไม่จำเป็น เพราะอาจทำให้เกิดแผลในทางเดินอาหารและลดการทำงานของไต
- กลุ่มยาระงับปวดที่ออกฤทธิ์ โดยตรงต่อระบบประสาทส่วนกลาง มีประสิทธิภาพสูงในการระงับอาการปวด แต่ก็มีอันตรายสูง และเสี่ยงที่จะเกิดการติดยาได้ โดยเมื่อใช้ติดต่อกันเป็นระยะเวลานาน
- ยากลุ่มอื่นที่พบปัญหาในผู้สูงอายุ อาทิเช่น ยาลดความดันโลหิต ยาด้านซึมเศร้า ยาลดระดับน้ำตาลในเลือด