

مصرف منطقی دارو در سالمندان

سالمندان به دلیل تغییرات فیزیولوژیک ناشی از افزایش سن، مستعد ابتلا به بیماری های متعددی می باشند و به دلیل تفاوت های فیزیولوژیکی جزء گروه های سنی پرخطر محسوب می شوند.

بروز بیماری های مختلف در سالمندان باعث می شود که این افراد نسبت به سایر دوره های زندگی داروی بیشتری مصرف کرده و در نتیجه دچار عوارض دارویی بیشتری شوند.

کاهش بازده قلب، افت عملکرد کبد و کلیه، تغییرات همودینامیک در کنار تداخلات دارویی و استفاده از داروهای بدون نسخه، موجب تشدید وضعیت بالینی سالمندان می شود.

یکی از نکات قابل توجه این است که معمولاً سالمندان در مطالعات بالینی قبل از ورود دارو به بازار دارویی، در نظر گرفته نمی شوند و دوزهای مصرفی توصیه شده ممکن است برای سالمندان مناسب نباشد. چرا که فاکتورهای تدریج، متابولیسم، دفع و همین طور اثرات فیزیولوژیک بسیاری از داروها وابسته به سن است و با افزایش سن، تغییر می کند.



مطالعات نشان داده است که با افزایش سن و اختلال در عملکرد اندام ها و افزایش احتمال بروز بیماری های زمینه ای، هر فرد سالمند به طور متوسط ۸-۶ قرص مصرف میکند. بنابراین احتمال واکنش های زیان آور و بروز عوارض و تداخلات دارویی در این گروه سنی بیشتر است

در دارو درمانی و دارورسانی سالمندان به نکات زیر توجه شود :

- تداخلات دارویی توسط یک فرد مطلع (پزشک یا داروساز) بررسی شود.
 - دوره ی درمان بیماری کامل شود. چرا که غالبا از بین رفتن علائم بیماری بهترین دلیل برای قطع مصرف دارو است و ممکن است منجر به شکست درمان شود.
 - گاهی پزشک یک رژیم دارویی را برای فرد تجویز کرده و توصیه می کند در صورت بهبود، درمان را ادامه دهد. باید توجه داشت که اگر رژیم مذکور حاوی داروهایی است که مدت زمان مصرف آن ها مشخص و محدود است (مثل آنتی بیوتیک ها) لزوم به تکرار این دسته از داروها نیست و این امر باید توسط پزشک یا داروساز پایش شود. چرا که مصرف بیش از حد این داروها عوارض زیادی برای فرد بر جای می گذارد.
 - کاهش شنوایی، مشکلات بینایی و ناتوانی های فیزیکی می تواند موجب بروز اشتباه در مصرف داروها شود. خصوصا اگر فرد داروهای مختلفی مصرف کند. مثلا در ضعف بینایی همیشه احتمال این خطر وجود دارد که سالمند دارویی را به اشتباه جای داروی دیگر مصرف کند. بنابراین بهتر است دارورسانی توسط فرد دیگری نظارت شود یا از ابزارهایی مثل جعبه تقسیم دارو جهت جداسازی داروها براساس زمان و دوز مصرفی استفاده شود.
 - در بیمارانی که دچار ناتوانی حرکت یا هر نوع لرزش می باشند، استفاده از شکل دارویی مایع میتواند مشکل باشد. در چنین مواردی، استفاده از سرنگ جهت تعیین دقیق میزان داروی مصرفی و سهولت در دارورسانی می تواند کمک کننده باشد.
 - بدیهی است که هر چه تعداد داروهای مورد استفاده بیشتر باشد، احتمال عوارض جانبی ناخواسته، تداخلات دارویی و مسمومیت دارویی نیز بیشتر خواهد بود.
- بهتر است سالمندان یک لیست از داروهای مصرفی تهیه کنند و هنگامی که برای ناراحتی های مختلف به پزشک مراجعه می کنند، لیست خود را ارائه دهند تا ریسک تداخلات و عوارض دارویی توسط پزشک ارزیابی شود.



یکسری از داروهایی که معمولاً سالمندان استفاده می کنند، تداخلات زیادی با سایر داروها و حتی وعده های غذایی دارند. همینطور مقدار مصرف آن ها باید توسط پزشک تعیین شود و دقیقاً به همان میزان، مصرف شوند. چراکه دوزهای بالاتر مسمومیت ایجاد می کند و دوزهای پایین تر اثربخشی ندارد که به نوبه ی خود خطرناک است. مثل داروهای وارفارین و دیگوکسین.

مهم ترین نکته درباره ی مصرف این داروها این است که بیمار بیمار مقدار داروی تعیین شده توسط پزشک را در زمان مشخصی از شبانه روز مصرف کند و با توجه به اینکه غذا بر جذب آن ها تأثیر می گذارد، دارو را یک ساعت قبل یا دو ساعت بعد از وعده غذایی مصرف کند.

اگر یک نوبت از مصرف دارو فراموش شد و تا ۱۲ ساعت بعد آن را به یاد آوردید، دوز فراموش شده را مصرف کنید و در غیر این صورت نوبت فراموش شده را رها کرده و به برنامه دارویی معمولتان بازگردید و هیچ وقت مقدار داروی مصرفی را دو برابر نکنید زیرا ممکن است مسمومیت رخ دهد.

اگر به هر دلیلی دارو را برای دو یا چند نوبت متوالی مصرف نکردید، پیش از آغاز مصرف مجدد دارو، حتماً با پزشک خود مشورت کنید.

اگر قرص وارفارین استفاده می کنید، قبل از هر اقدام تهاجمی و جراحی با امکان خون ریزی، حتماً پزشک خود را مطلع کنید و هرگز خودسرانه یا با توصیه افراد غیرمجبرب اقدام به قطع داروی وارفارین نکنید.



این نکات بهتر است توسط پزشک یا داروساز مورد توجه قرار گیرد :

- حداقل امکان کم ترین تعداد اقلام دارویی برای سالمندان تجویز شود.
- از رژیم های دارویی ساده استفاده شود و دستورات مصرف به طور دقیق به سالمند توضیح داده شود.
- از القاب ساده و شناخته شده برای توضیح به بیمار استفاده شود. مانند قرص قلب، قرص فشار خون، قرص قند خون و ...

