

YAŞLI BİREYLERDE GÜVENLİ İLAÇ KULLANIMI

- ▶ Hastalık nedenleri ve mekanizması ortaya konulduktan sonra çeşitli seçeneklerin içinden etkinliği ve güvenilirliği kaliteli, bilimsel araştırma ve yayınlarla kanıtlanmış olan ilaç seçilmeli ve yaşlı hastaya özgü bir dozaj şeması hazırlanmalıdır.
- ▶ Yaşlılar genellikle birden fazla ilaç kullanırlar
 - ▶ Antidiyabetik/hipoglisemik ajanlar
 - ▶ Merkezi sinir sistemi üzerine etkili ajanlar
 - ▶ Bronkodilatörler
 - ▶ Diüretikler
 - ▶ Antiaritmal ajanlar
 - ▶ Antihipertansifler
 - ▶ Antikuagülanlar
 - ▶ Analjezikler vb.

Yaşlılarda çoklu ilaç kullanımına zemin yaratan faktörler

Yaşlanma ve hastalıklar nedeniyle;

- ▶ Aynı anda birden fazla hastalığın olması
- ▶ Hastalığın ilerlemiş olması ve kombine ilaç gereksinimi
- ▶ Tanıdan ziyade semptomaya yönelik ilaç kullanılması

Sağlık personeli ile ilgili nedenler

- ▶ Reçetelere çok sayıda ilaç yazılması,
- ▶ Doktorların fazla sayıda ilaç yazmaya eğilimli olmaları,
- ▶ Doktorların eski ilacı kesip yeni ilaca başlama eğilimi,
- ▶ Hastanın veya doktorun tercihi olarak kullanılan ilaçların otomatik olarak tekrar yazılması,

Yaşlıyla ilgili faktörler

- ▶ Yaşlının farklı doktorlara giderek çok sayıda reçete alması,
- ▶ Çok ilaç reçete eden doktora iyi doktor gözüyle bakılması
- ▶ Yaşlıların fazla ilaç beklentileri,
- ▶ Çok sayıda reçetesiz ilaç satılması,

- ▶ Yaşlı hastaların aile bireylerinden veya çevreden ilaç alarak kullanma eğilimi

Yaşlılarda en sık yan etki oluşturan ilaç grupları

1. merkezi sinir sistemi depresyonu yapan ilaçlar,
2. antibiyotikler,
3. analjezikler (ağrı kesiciler),
4. antikoagülanlar (kan sulandıran ilaçlar),
5. antihipertansifler (tansiyon ilaçları),
6. bronkodilatatörler (hava yollarını açan ilaçlar),
7. diüretikler (idrar söktürücüler)
8. oral hipoglisemik (kan şekerini düşüren) ilaçlar

Yaşlılarda İlaç Yan Etkisini Düşündüren Bulgular

- ▶ Depresyon,
- ▶ Konfüzyon (bilinç bulanıklığı),
- ▶ Huzursuzluk,
- ▶ Düşme,
- ▶ Hafıza kaybı,
- ▶ Ekstrapiramidal sistem bulguları (parkinsonizm, tardiv diskinezi gibi istem dışı hareketlere neden olan hastalıklar),
- ▶ Konstipasyon (kabızlık) ve inkontinans (idrar kaçırma)

Yaşlılarda en çok reçetesiz kullanılan ilaçlar

%40-60 oranında

- ▶ analjezikler (ağrı kesiciler),
- ▶ laksatifler (kabızlık ilaçları)
- ▶ vitaminler

İleri yaştaki kişilerde ilaçların alınmasından sonra, ilacın içindeki etken maddenin emilimi, dokulara dağılımı ve daha sonra vücuttan atılımı gençlere oranla farklılık göstermektedir

Bu durumun nedenleri;

- ▶ Tükürük salgısında azalma,
- ▶ Mide-barsak hareketlerinde azalma,
- ▶ İlacın emilebileceği yüzeyde azalma,
- ▶ Mide boşalma zamanında uzama,
- ▶ Kas kitlesi ve vücut suyunda azalma,
- ▶ Vücut yağ kitlesinde artma,
- ▶ Karaciğerde küçülme, kanlanmasında azalma,
- ▶ Böbreğin kanlanması ve süzme özelliğinde azalma
- ▶ Hücrelerin ilaca cevabında değişme

Yaşlılıkta akılcı ilaç kullanımı ile ilgili temel kurallar

- ▶ Yaşlı hastaya ilaç önerilirken tedavi mutlaka bireyselleştirilmeli; o hastaya en uygun ilaç seçilmelidir.
- ▶ Tedaviye başlamadan önce bir tanı konmuş olmalıdır; sadece hastalık belirtileri için ilaç önerilmemelidir.
- ▶ Tıbbi sorunlar olanaklar elverdiğince ilaçsız olarak tedavi edilmeye çalışılmalıdır.
- ▶ Başka doktorlar tarafından ilaç yazılıp yazılmadığı sorulup araştırılmalıdır.
- ▶ İlacı mümkün olan en düşük dozda başlanmalıdır.
- ▶ Eğer gerekiyorsa ilacın dozu kontrollü olarak artırılmalıdır.
- ▶ Sedasyon yapan, sakinleştirici özelliği olan ilaçlar kişinin günlük yaşamındaki faaliyetlerini etkileyebileceği için dikkatle önerilmeli ve kullanılmalıdır.
- ▶ Doz ayarlaması dikkatle yapılmalıdır.
- ▶ Yan etkisi olabilecek ilaçlar mümkün olduğunca kısa sürede kullanılıp, kesilmelidir.
- ▶ İlaçlar gerekli kan-idrar incelemeleri gibi laboratuvar testleri yapıldıktan sonra reçete edilmelidir.
- ▶ Hastanın tedaviye uyumunu artırmak için kullanım takvimi hazırlanmalı, ilaç kutuları belirgin olarak etiketlenmelidir.

- ▶ Tedavi düzenli olarak gözden geçirilmeli ve gereksiz ilaçlar tedaviden çıkarılmalı, tekrar tekrar reçeteye yazılmamalıdır.
- ▶ Tedavi planı mümkün olduğunca basitleştirilmelidir.

Yaşlıların ve bakım verenlerin dikkat etmesi gerekenler

- ▶ Her belirti veya yakınma için hemen ilaç kullanımı düşünülmemeli
- ▶ Muayeneye giderken yaşının kullanmakta olduğunuz tüm ilaçları götürülmeli ve doktora gösterilmeli
- ▶ Sigara, alkol ve kafeinli içecek tüketimi konusunda doktor bilgilendirilmeli
- ▶ Mümkün olduğunca az ilaç kullanılmalı
- ▶ İlaç doktorun önerdiği dozda alınmalı ve tedavi şemasına uyum gösterilmeli
- ▶ Sorunlar veya sorular varsa, mutlaka doktora yöneltip çözüm bulunmalı
- ▶ Kullanılan ilaçlar ile ilgili her türlü yan etki mutlaka doktora iletilmeli
- ▶ İlaç kullanımında herhangi bir zorluk ile karşılaşırsa doktora söylenilmeli
- ▶ İlaç kullanımı ile ilgili detayları hatırlamak için takvime işaretler koyulmalı
- ▶ İlaç besin etkileşimine dikkat edilmeli
- ▶ Tamamlayıcı ve alternatif uygulamalar nedeniyle tıbbi tedaviye ara verilmemeli