

Thuốc được dùng để giúp quý vị khỏe hơn và có thể là bất kỳ loại thuốc kê đơn, vitamins, thuốc bổ thảo dược, hay thuốc bệnh không theo đơn quý vị mua ở hiệu thuốc. Một số loại thuốc hay tổ hợp thuốc có các tác dụng phụ có thể làm quý vị cảm thấy hơi buồn ngủ, chóng mặt hay nhức đầu. Những loại thuốc đó có thể làm quý vị mất thăng bằng hay cảm thấy không vững khi đứng.

Hành động:

- Nói chuyện với dược sĩ và bác sĩ của quý vị về tất cả các loại thuốc của quý vị và các tác dụng phụ, và chia sẻ với họ mục tiêu phòng chống té, ngã của quý vị.

Bốn loại thuốc hoặc nhiều hơn

- Khi quý vị dùng đến bốn hay nhiều hơn các loại thuốc, nguy cơ có tác dụng phụ tăng lên.
- Bốn loại thuốc không phải là nhiều nếu quý vị bao gồm cả thuốc kê đơn, thuốc bệnh không đơn, Vitamin và thuốc bổ thảo dược.

Hành động:

- Lập danh sách tất cả các loại thuốc quý vị đang dùng và cập nhật danh sách mỗi khi quý vị bắt đầu hay dùng thuốc nào hay thay đổi liều dùng.
- Đem theo danh sách thuốc của quý vị trong ví hay trong túi sách của quý vị.
- Nói về danh sách thuốc của quý vị với dược sĩ và bác sĩ của quý vị.

Thuốc không theo đơn

- Thuốc không theo đơn có thể bao gồm aspirin, antacids, các loại thuốc cảm, thuốc giảm đau, vitamins, và thuốc bổ thảo dược.
- Những loại thuốc đó có thể phản ứng với thuốc kê đơn của quý vị.

Hành động:

- Ghi lại các loại thuốc không theo đơn vào danh sách thuốc của quý vị.
- Hỏi dược sĩ hay bác sĩ về các phản ứng thuốc có thể xảy ra.

Trang 2

Thuốc chữa huyết áp cao

- Những loại thuốc này có thể gây ra các tác dụng phụ như choáng váng hay chóng mặt.
- Nếu quý vị cảm thấy choáng váng hay chóng mặt:
 - Đứng dậy một cách chậm rãi từ vị trí ngồi.
 - Khi ra khỏi giường, đưa chân ra bên cạnh giường một lúc trước khi đứng dậy.

Hành động:

- Lập danh sách các tác dụng phụ quý vị đang gặp phải và chia sẻ danh sách đó với dược sĩ và bác sĩ của quý vị.

Rượu bia và thuốc

- Rượu bia có thể làm quý vị thấy choáng váng hay chóng mặt.
- Rượu bia có thể phản ứng với thuốc của quý vị.
- Rượu bia có thể làm giảm tác dụng của thuốc hay gây ra tác dụng phụ.

Hành động:

- Nếu quý vị uống rượu bia, hỏi dược sĩ và bác sĩ của quý vị về các phản ứng của rượu bia với thuốc của quý vị và hỏi liệu có nên kiêng rượu bia không.