เกร็ดความรู้

การใช้ยาในผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุเป็นกลุ่มประชากรที่ใช้ยามากกว่ากลุ่มประชากรวัยอื่น เนื่องจากผู้ป่วยกลุ่มนี้ มักมีโรคเรื้อรัง ทำให้มีโอกาสรักษากับแพทย์หลายคน และได้รับยาหลายชนิด จากสถิติของประเทศสหรัฐอเมริกาพบว่าร้อยละ 90 ของผู้ที่มีอายุมากกว่า 65 ปี ใช้ยาอย่างน้อย 1 ชนิดต่อสัปดาห์ และจำนวนยาที่ใช้สัมพันธ์กับอายุที่มากขึ้น สิ่งที่ตามมาคือ ผลอันไม่พึงประสงค์จากการใช้ยา ปฏิกิริยาระหว่างยา และค่าใช้จ่ายในการรักษาที่เพิ่มมากขึ้น การใช้ยาในผู้สูงอายุ ทำให้เกิดผลข้างเคียงได้ง่าย เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาตามวัย อาทิ การดูดซึมและการกำจัดยาออกจากร่างกายทำได้ลดลง นอกจากนั้น ผู้สูงอายุซึ่งมีปัญหาด้านสายตา และความจำยังมีความเสี่ยงที่จะใช้ยาผิดได้มากอีกด้วย

กลุ่มยาที่มีความเสี่ยงสูงและควรหลีกเลี่ยงในผู้สูงอายุ

- กลุ่มยานอนหลับและยากล่อมประสาท
- กลุ่มยาต้านซึมเศร้า
- กลุ่มยาแก้ปวดลดอักเสบที่ไม่ใช่สเตียรอยด์ (NSAIDs)
- กลุ่มยาลดระดับน้ำตาลในเลือด
- กลุ่มยาคลายกล้ามเนื้อ
- กลุ่มยาต้านเกล็ดเลือด
- กลุ่มยาแก้อาเจียน
- กลุ่มยาลดแพ้ Anti-histamine

กลุ่มยาที่ใช้บ่อยในผู้สูงอายุ

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

ในผู้สูงอายุกลุ่มยาที่นิยมใช้มาก คือ กลุ่มยานอนหลับและยาแก้ปวด ซึ่งยา 2 กลุ่มนี้ไม่ได้รักษาที่สาเหตุของโรค แต่อาจบรรเทาอาการให้ทุเลาลงเป็นครั้งคราว ดังนั้น การใช้ยาต้องทำร่วมกับการรักษาสาเหตุที่ทำให้เกิดอาการนอนไม่หลับ และเกิดอาการปวด ซึ่งต้องอยู่ในความดูแลของแพทย์

พฤติกรรมของผู้ป่วยสูงอายุ

- การซื้อยารับประทานเอง ในประเทศไทยการซื้อยาตามร้านขายยาทำได้สะดวก ผู้สูงอายุจำนวนมาก มักซื้อยาชุด หรือยาที่แฝงมาในรูปยาลูกกลอนมารับประทาน เช่น ผู้ที่มีปัญหาปวดตามข้อ โดยมักเข้าใจว่าปลอดภัย เพราะผลิตจากสมุนไพร แต่มักมีการผสมยากลุ่มสเตียรอยด์ จึงส่งผลเสียในระยะยาว เช่น กระดูกพรุน ต่อมหมวกไตฝ่อ และความดันโลหิตสูง เป็นต้น
- ขาดการติดตามการรักษาจากแพทย์อย่างสม่ำเสมอ ผู้สูงอายุจำนวนมาก มักไม่ชอบมาพบแพทย์ เนื่องจากข้อจำกัดต่างๆ เช่น

กลัวรบกวนคนใกล้ชิด กลัวเสียเวลาและค่าใช้จ่าย การคมนาคมไม่สะดวก จึงพบได้บ่อยว่าญาติมาขอรับยาเดิมจากแพทย์ โดยไม่พาผู้ป่วยมาติดตามการรักษากับแพทย์

การไม่รับประทานยาตามแพทย์สั่ง ผู้ป่วยหลายรายมักใช้ยาผิดพลาด เนื่องจากสาเหตุต่างๆ เช่น

- การใช้ยายุ่งยาก ผู้ป่วยไม่เข้าใจวิธีการใช้ยาตามที่แพทย์สั่ง เช่น รับประทานวันละหลายครั้ง
- ผู้ป่วยหยุดยาเองโดยไม่แจ้งแพทย์ เพราะเกิดผลอันไม่พึงประสงค์จากการใช้ยา
- สายตาไม่ดี หลงลืม ฉลากยาที่เขียนไม่ชัดเจน จึงรับประทานยาผิดที่ใช้ยาด้วยตนเอง จะมีโอกาสติดยามากกว่าผู้ป่วย ซึ่งได้รับยาเพื่อการรักษาจากแพทย์

***การเก็บสะสมยา** สำหรับผู้สูงอายุที่เจ็บป่วย และมีโรคเรื้อรังมักจะได้รับยาหลายชนิด เมื่อใช้ยาไม่หมดก็จะเก็บสะสมยาไว้ เมื่อเกิดอาการเจ็บป่วยอีกครั้ง ก็จะเลือกรับประทานยาเดิมที่เคยรับประทานได้ผล ซึ่งอาจเกิดอันตรายได้ หากยานั้นหมดอายุแล้ว

เกร็ดความรู้

การใช้ยาในผู้สูงอายุ

ร่วมรณรงค์และเผยแพร่โดย

โรงเรียนวัดบ้านฉาง
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาระยองเขต 1