

## PRATİK İLAÇ KULLANIMINDA HASTALARIMIZ NÉLERE DİKKAT ETMELİ?

Reçeteye yazılan ilaçların kullanılmasıyla ilgili hastaya bilgi vermek eczanedeki bürokratik işlerin fazlalığı ve vakit darlığı nedeniyle her zaman mümkün olmayabilir. Ancak, akılcı ilaç kullanımı ve tedaviden sonuç alınması için ilaçların uygulama yolu, şekli ve zamanının sonsuz önem taşıdığı yadsınamaz bir gerçektir. Bu nedenle ilaçların kullanımıyla ilgili hastaya gereken bilgi ve talimatların verilmesiyle uyarılarda bulunulması her doktorun olduğu gibi eczacının da en önemli görevlerinin başında yer almaktadır.

Elde edilen bilgilere göre hastaların yandan fazlası verilen ilaçları ya doğru uygulamamakta, ya düzensiz kullanmakta veya yanlış kullanmaktadır. Tedaviye uyumsuzluğun ciddi sonuçları olmayabilir, ancak bir çok ilacın (yanılanma ömrü kısa olanlar veya terapötik aralığı dar olanlar) düzensiz kullanılması etkisiz veya toksik olmalarına neden olabilir.

Örneğin bir hastalığa aniden yakalanan bir hastaya veya aynı anda birkaç hastalığı olan yaşlı bir hastaya doktoru reçete yazarken ilaçlarının nasıl kullanılması gerektiğini anlattığında olasılıkla hastanın kafası karışık olduğundan doktorun tarifini tam olarak anlamayabilir. Bu durumda eğer eczanede de ilaçların verilmesi sırasında detaylı ve yazılı bir kullanma talimatı verilmez ise büyük olasılıkla ilaçların akılcı kullanımı gerçekleşmeyerek uygulanan tedavi anlamsız olacaktır. Öte yandan bir ilacın diğer ilaçlarla veya gıdalarla etkileşmesi, gebelik veya emzirme dönemlerinde kullanılması, aşırı doz veya zehirlenme belirtileri, yan etkileri, kullanılmaması gereken durumlar, uyarılar, önlemler, uygulama yolu ve dozuyla ilgili bilgileri de hastaya vererek akılcı ilaç kullanımını pekiştirilmiş olur. Bu bilgilerin yanı sıra hastaya ilacın nasıl kullanılması gerektiği de anlatılmalıdır.

Tedaviden sonuç alınması için hastanın bilgilendirilmesinin yanı sıra talimatlar vermek ve uyarılarda bulunmak için yeterli zaman ayrılmalıdır. Bu konuda toplumsal görevi tam olarak yerine getirmek ve hastaya yardımcı olmak için açık ve anlaşılır bir dille yazılmış ve kolay okunan hasta broşürleri (okuma ve yazması olmayan hastalar için resimli açıklayıcı diyagramlar), hangi ilacın hangi saatte ve ne şekilde kullanılacağını gösteren gün

				
Sabah	Öğle	Gece	Kul. süresi	Yemek

takvimi veya açık ve anlaşılır bir dille yazılmış pratik ilaç kullanma kitapçıklarından yararlanılabilir.

Hasta bilgilendirme kılavuzlarıyla ilgili çeşitli basılı ve görsel kaynakların yanı sıra Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ) önerilerinden de yararlanılabilir. Bu önerilerde hastaya verilmesi gereken asgari bilgiler 6 başlık halinde özetlenmiştir. Bu öneriler aşağıdaki gibidir.

### 1. İlacın Etkileri

- İlaç neden gereklidir
- Hastalığın hangi belirtisi ne zaman geçecek, hangileri geçmeyecek
- İlacın etkisi ne zaman başlayacak
- İlaç düzensiz kullanıldığında veya hiç kullanılmadığında neler olabilir

### 2. İlacın Yan Etkileri

- Hangi yan etkiler görülebilir
- Yan etkiler nasıl fark edilebilir
- Ne kadar sürer
- Ne kadar önemlidir
- Bunlar için neler yapılabilir

### 3. Talimatlar

- İlaç nasıl kullanılmalıdır
- İlaç ne zaman alınmalıdır
- Tedavi ne kadar sürmelidir
- İlaç nasıl saklanmalıdır
- Artan ilaçlar ne yapılmalıdır

### 4. Uyarılar

- İlaç ne zaman alınmalıdır
- Maksimum doz ne kadardır
- Tedavinin tümünün uygulanması neden gereklidir

### 5. Kontrol

- Kontrol için doktora tekrar ne zaman gidilmeli ve gidilmemelidir
- Hangi durumlarda kontrol tarihinden önce gidilmelidir
- Kontrolde doktor hastadan hangi bilgileri isteyebilir

### 6. Her şey anlaşıldı mı ?

- Hastaya her şeyi anlayıp anlamadığı sorulmalıdır
- Beklenmeyen bir etki görüldüğünde hekiminize veya eczacınıza başvurunuz.
- İlacınızı aldığınız anda telefona veya kapıya cevap vermek durumunda kaldıysanız, ilacı yanınıza alınız



veya çocukların ulaşamayacakları bir yere koyunuz.

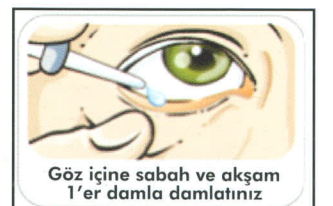
- İlaç sürekli kullanılacak olsa bile, kullanır kullanmaz kapağını kapatıp tekrar sakladığınız yere koyunuz.
- Gece veya karanlık bir odada çocuğunuza ilaç verirken ışığı açınız.
- Her ilacın ismini doğru kullanarak, ilacın şeker olmadığını çocuklara öğretiniz. İlaçların şeker ya da oyuncak olarak algılanmasına yol açabilecek davranışlardan (ilaç kutularıyla veya kullanılmış enjektörlerle oynanmasına izin vermek gibi) kaçınınız.
- Çocuğun ilaç kullanması gerektiğinde, ne amaçla ve ne süre kullanılacağını kendisine anlayabileceği bir dille açıklayınız.
- Kullanılmayacak duruma gelmiş ilaçları kesinlikle yok ediniz, çöpe atmaya, lavaboya ya da tuvalete dökünüz.
- Zaman zaman evinizi ve arabanızı (torpido gözü, kapı içi bölmeler) kontrol ederek, ilaç saklama koşullarını gözden geçirin.
- İlacın etkisini son kullanma tarihinden önce yitirmemesi için hangi koşullarda saklanacağını hekiminize ve eczacınıza danışınız.
- İlaçlarınızı uygulanacak miktar ve süreyle ilişkili hekiminizin önerisi ve eczacının uyarısı doğrultusunda kullanınız.
- Kendiliğinizden ya da konu-komşunuza danışarak ilaç almayınız.
- İlaçlarınızı, yalnızca hekiminizin önerisi ve eczacınızın uyarısı doğrultusunda kullanınız.
- İlaçlarınızı nasıl kullanacağını ve nasıl saklayacağını tam olarak öğreniniz ve eksiksiz uygulayınız.
- Hekiminize ve eczacınıza başvurduğunuzda, son haftalarda kullandığınız her türlü ilacı belirtiniz.
- Alerjik bir bünyeniz varsa, sağlık personelinin uyarıyı unutmayınız.
- İlaçların yan etkileri konusunda hekiminizden ve eczacınızdan bilgi alınız.
- Kendinizi iyileşmiş hissetseniz bile, ilacınızın (özellikle antibiyotik) kullanımını yarıda kesmeyiniz.
- İlaç kullanırken, alkollü içki içmekten kaçınınız.
- Hamilelik süresince ve emzirme döneminde, hekiminize danışmadan hiçbir ilaç kullanılmayınız.
- İlaçlarınızı, kilitli dolaplarda ve çocukların ulaşamayacağı yerlerde bulundurunuz.
- Evinizde, işyerinizde ve taşıtınızda bulunan ilaçları zaman zaman gözden geçirin. Bu konuda eczacınıza danışınız.
- İlaçların istenmeyen etkilerini (özellikle ilaç alerjisi) daha önce yaşamış iseniz, hekiminizi ve eczacınızı uyarıyı unutmayınız.

- İlacınızı kullandığınız sırada ortaya çıkan şikayetinizi hekiminize/eczacınıza bildirin.
- İlacınızın niçin kullanmanız gerektiğini hekiminize veya eczacınıza sorun.
- İlacınızı doğru biçimde kullanmadığınızda ne olacağını hekiminize/eczacınıza sorun.
- İlacınızı nasıl hazırlamanız gerektiğini (sulandırma vs.) eczacınıza sorun.
- İlacınızı günde kaç kez ve ne miktarda (dozda) almanız gerektiğini hekiminize/eczacınıza sorun.
- İlacınızı ne zaman kullanmanız gerektiğini hekiminize/eczacınıza sorun.
- Tedavinin kaç gün süreceğini hekiminize/eczacınıza sorun.
- İlacınızı kullanırken kaçınmanız gereken yiyecek ve içecekler var mı?
- Tedavi sırasında istenmeyen bir etki gördüğünüzde ne yapmanız gerektiğini hekiminize/eczacınıza sorun.
- İlacınızın nasıl (hangi şartlarda) saklanması gerektiğini hekiminize/eczacınıza sorun.

#### Bazı preparatların Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) önerisi doğrultusunda uygulama şekli

##### Göz damlası uygulaması

1. Ellerinizi yıkayın
2. Damlalığın ucuna dokunmayın
3. Yukarı doğru bakın
4. Alt göz kapağınızı aşağı doğru çekerek bir kese oluşturun
5. Damlalığın ucunu bu keseye olabildiğince yaklaştırın, ancak keseye veya göze dokunmayın
6. Reçetede yazılan miktarı gözün kesesine uygulayın
7. Gözünüzü birkaç dakika kapatın, ancak çok sıkı kapatmayın
8. Fazla sıvıyı temiz bir mendille alabilirsiniz
9. Birden fazla damla kullanılacaksa, iki damla arasında en az 5 dakika ara verilmelidir
10. Göz damlası gözde yanma hissine neden olabilir, ancak bu birkaç dakikadan uzun sürmemelidir. Daha uzun sürerse doktorunuza veya eczacınıza başvurunuz



### Çocuklarda göz damlası uygulanması

1. Çocuğun kafasını düz tutacak şekilde yatırın
2. Çocuğun gözlerinin kapalı olmasını sağlayın
3. Reçetede yazılan miktarı gözün köşesine damlatın
4. Çocuğun başını düzgün tutmaya devam edin
5. Sıvının fazlasını temiz bir mendille silin

### Göz merhemi uygulaması

1. Ellerinizi yıkayın
2. Tüpün ucunu hiçbir şeye dokundurmayın
3. Başınızı hafifçe arkaya eğin
4. Tüpünüzü bir elinize alın ve diğer elinizle alt göz kapağını aşağı çekerek bir kese oluşturun
5. Tüpün ucunu olabildiğince bu keseye yaklaştırm
6. Reçetede yazılan miktarı gözünüze uygulayın
7. Gözünüzü 2 dakika kapatın
8. Merhem fazlasını alın
9. Başka temiz bir mendille tüpün ucunu temizleyin

### Kulak damlası uygulaması

1. Kulak damlasını avucunuzda birkaç dakika tutarak ısıtın
2. Hastanın başını yana eğin veya kulak yukarı gelecek şekilde bir yana yatırın
3. Kulak kepçesini, kulak yolunu açacak şekilde nazikçe çekin
4. Reçetede yazılan miktarı uygulayın
5. Diğer kulağa geçmeden önce birkaç dakika bekleyin
6. Eğer üretici firma kesinlikle öneriyorsa, damla uygulandıktan sonra kulak yoluna bir miktar pamuk konabilir
7. Kulak damlası bir kaç dakikadan uzun süre yanma ve kaşıntıya neden olursa doktorunuza veya eczacınıza başvurunuz



### Burun damlası uygulaması

1. Burnunuzu temizleyin
2. Başınızı arkaya eğerek oturun veya omuzlarınızın altına bir yastık koyup uzanın, başınızı düz tutun
3. Damlalığı burun deliğine 1 santimetre kadar sokun
4. Reçetede yazılan miktarı burnunuza damlatın

5. Başınızı hemen öne, dizleriniz arasına kadar eğin
6. Birkaç saniye sonra doğrulun, böylece damla farinkse akacaktır
7. Gerekliyse işlemi diğer burun deliğine de uygulayın
8. Damlalığı kaynamış suyla çalkalayarak temizleyin

### Burun spreyi uygulaması

1. Burnunuzu temizleyin
2. Başınızı hafifçe öne eğik şekilde oturun
3. Spreyi çalkalayın
4. Spreyin ucunu bir burun deliğine sokun
5. Diğer burun deliğini ve ağızınızı kapatın
6. Şişeyi sıkıştırarak ilacı püskürtün ve hafifçe burnunuzu çekin
7. Spreyin ucunu burnunuzdan çıkartın ve başınızı hızla öne, dizleriniz arasına gelecek kadar eğin
8. Birkaç saniye sonra doğrulun, böylece ilaç farinkse akacaktır
9. Ağızınızdan nefes verin
10. Gerekliyse işlemi diğer burun deliğine de uygulayın
11. Spreyin ucunu kaynamış suyla çalkalayarak temizleyin



### Transdermal flaster uygulaması

1. Flasteri yapıştıracağınız yeri belirlemek için ilacınız kutusundaki kullanma talimatına bakın veya eczacınıza danışın
2. Flasteri berelenmiş ve hasarlı cilde uygulamayın
3. Flasteri deri katlarının üzerine veya sıkı giysilerin altına uygulamayın
4. Uygulama bölgesini düzenli olarak değiştirin
5. Uygulama anında ellerinizin temiz ve kuru olmasına dikkat edin
6. Uygulama bölgesini iyice temizleyip ve kuruların
7. Flasteri paketinden çıkarın ve cilde yapışacak ilaçlı tarafına elinizi değmeyin
8. Cildin üzerine yapıştırın ve sıkıca bastırın. Flasterin kenarlarının üstüne bastırın
9. Eskisini kaldırmayı unutmayın

### Aerosol (inhaler) uygulaması

1. Öksürerek olabildiğince balgam çıkarın
2. Aerosolü kullanmadan önce çalkalayın
3. Aerosolü üretici firmanın talimatına uygun şekilde (genellikle tüplü kısmı yukarıya gelecek şekilde) tutun
4. Dudaklarınızı ağız parçasının etrafına sıkıca yerleştirin

5. Başınızı hafifçe arkaya yatırın
6. Nefesinizi yavaş yavaş verin ve ciğerlerinizdeki havayı olabildiğince boşaltın
7. Derin bir nefes alın ve aynı anda aerosolü püskürtün. Bu sırada dilinizi aşağıda tutun
8. Nefesinizi 10-15 saniye tutun
9. Burnunuzdan nefes verin
10. Ağsınızı ılık suyla çalkalayın

#### Kapsüllü inhaler (disk) uygulaması

1. Öksürerek olabildiğince balgam çıkarın
2. Üretici firmanın talimatına uygun olarak kullanın
3. Nefesinizi yavaş yavaş verin ve ciğerlerinizdeki havayı olabildiğince boşaltın
4. Dudaklarınızı inhalerin ağız parçasının etrafına sıkıca yerleştirin
5. Başınızı hafifçe arkaya yatırın
6. İnhalerden derin bir nefes çekin
7. Nefesinizi 10-15 saniye tutun
8. Burnunuzdan nefes verin
9. Ağsınızı ılık suyla çalkalayın

#### Supozituar uygulaması

1. Ellerinizi yıkayın
2. Eğer supozituar çok yumuşak değilse üzerindeki kağıdı çıkartın
3. Eğer supozituar çok yumuşak ise, kağıdını açmadan önce soğutarak (buzdolabında veya akan soğuk su altında tutarak) sertleştirin ve sonra üzerindeki kağıdı açın
4. Supozituar üzerinde olabilecek keskin çıkıntıları elinizle ısıtarak düzeltin
5. Supozituarı soğuk suyla ıslatın
6. Yan yattıktan sonra üstteki dizinizi karnınıza çekin
7. Supozituarın yuvarlak ucu önde olmak üzere makattan hafifçe itin
8. Birkaç dakika yatar pozisyonda kalın
9. Ellerinizi yıkayın
10. Bir saat içinde büyük abdese çıkmamaya özen gösterin



2. Tabletın üzerinde kağıdı çıkartın
3. Tableti aplikatörün açık ucuna yerleştirin
4. Sırt üstü yatın
5. Dizlerinizi bükün ve bir birinden biraz ayırın
6. Ücuna tablet yerleştirilmiş aplikatörü vajinaya, gidebildiği kadar nazikçe sokun, ancak zorla itirmeyin
7. Aplikatörün pistonunu ittirerek tableti vajinaya düşürün
8. Aplikatörü geri çekin
9. Eğer tek kullanımlıklı ise aplikatörü atın
10. Aplikatör tekrar kullanılacaksa sabun ve kaynatılmış ılık suyla her 2 parçasını da temizleyin
11. Ellerinizi yıkayın

#### Vajinal tabletin aplikatörsüz uygulaması

1. Ellerinizi yıkayın
2. Tabletın üzerinde kağıdı çıkartın
3. Tableti ılık suya batırarak ıslatın
4. Sırt üstü yatın
5. Dizlerinizi bükün ve bir birinden biraz ayırın
6. Tableti vajinaya, gidebildiği kadar nazikçe sokun, ancak zorla itirmeyin
7. Ellerinizi yıkayın



#### Vajinal krem, merhem ve jellerin uygulaması (aplikatörlü)

1. Ellerinizi yıkayın
2. İlacın bulunduğu tüpün kapağını açın
3. Aplikatörü tüpe vidalayın
4. İstenen miktarda ilaç aplikatörün içine dolana kadar tüpü sıkın
5. Aplikatörü silindir kısmını tutarak tüpten ayırın
6. Aplikatörün ucunun dış kısmına bir miktar krem sürün
7. Sırt üstü yatın
8. Dizlerinizi bükün ve bir birinden biraz ayırın
9. Aplikatörü vajinaya, gidebildiği kadar nazikçe sokun, ancak zorla itirmeyin
10. Aplikatörün silindir kısmını tutarak diğer elinizle pistonu ittirin ve içindeki ilacın vajinaya akmasını sağlayın
11. Aplikatörü vajinadan çıkartın
12. Eğer aplikatör tek kullanımlıklı ise atın
13. Aplikatör tekrar kullanılacaksa sabun ve kaynatılmış ılık suyla temizleyin
14. Ellerinizi yıkayın

#### Vajinal tabletin aplikatörle uygulaması

1. Ellerinizi yıkayın