

# NHỮNG ĐIỀU CẦN TRÁNH KHI UỐNG THUỐC VIÊN

Khi uống thuốc viên, nếu dùng nước khoáng, sữa sẽ làm giảm sự hấp thụ của kháng sinh.

Ngoài ra cần tránh những điều sau khi uống thuốc viên:

- Không đọc kỹ tờ hướng dẫn của nhà sản xuất, cũng như đơn thuốc của bác sĩ điều trị về cách uống, liều lượng, thời gian sử dụng của thuốc; trên thực tế điều này rất quan trọng vì nhiều thứ thuốc có những cách uống riêng, đặc trưng, tùy trường hợp.
- Không hỏi kỹ bác sĩ, dược sĩ những điểm chưa rõ về cách uống thuốc, về liều lượng...kê trong đơn hoặc trong tờ hướng dẫn sử dụng.
- Thiếu kiểm tra đối chiếu tên thuốc, liều lượng, cách dùng của thuốc với thuốc kê trong đơn của bác sĩ.
- Dùng tay chưa rửa sạch lấy thuốc để uống. Cần tránh điều này vì sẽ khó bảo đảm thuốc không nhiễm bẩn, khó bảo đảm vệ sinh an toàn thuốc men.
- Nằm uống thuốc: nằm uống dễ làm thuốc vướng ở cổ họng, thành thực quản, đôi khi không xuống tới dạ dày được, làm sặc, sinh ho, gây tổn thương niêm mạc cổ họng. Tốt nhất là ở tư thế thẳng đứng hoặc ngồi, cho đến khi nuốt viên thuốc được vài ba phút.
- Nuốt khan viên thuốc, nuốt chửng, không chiêu bằng nước. Việc làm này không tốt vì phần lớn các loại thuốc đều có tác dụng kích ứng nhất định đối với niêm mạc thực quản, dạ dày, khi uống viên thuốc có khả năng bị dính vào niêm mạc thực quản, lưu lại ở đó và gây kích ứng tác hại.
- Dùng quá nhiều nước để chiêu thuốc sẽ giảm khả năng kích ứng dạ dày. Nước nhiều sẽ làm thay đổi tính axit của dạ dày và tính kiềm trong ruột. Nồng độ axit trong dạ dày sẽ giảm, khi đột ngột uống quá nhiều nước gây ảnh hưởng cho việc hấp thu của thuốc.

Khi uống nhiều nước, thời gian thuốc lưu trong dạ dày ngắn, thuốc nhanh di chuyển xuống ruột có tính kiềm sẽ ảnh hưởng đến sự hấp thu và phân giải của thuốc. Tốt nhất là dùng khoảng 150ml, là vừa đủ. Đặc biệt khi uống thuốc sỏi giun sán thì lại nên uống ít nước nhằm bảo đảm nồng độ cao của thuốc trong thức ăn.

- Dùng nước khoáng, nước đóng chai có ga uống thuốc vì dễ sinh ra tương tác bất lợi, ảnh hưởng đến sự hấp thu của thuốc. Tốt nhất là dùng nước đã đun sôi để nguội để uống thuốc. Cũng không nên dùng các loại nước lá (chè, nước, vối...) vì các nước này có chứa tanin sẽ gây kết tủa, làm mất tác dụng thuốc.

Các loại nước ép hoa quả đều có pH axit nên ảnh hưởng đến một số thuốc kém bền vững trong môi trường này như Ampicilin, Lincomycin.

Sữa cũng làm giảm sút sự hấp thụ của một số thuốc như kháng sinh nhóm cyclin (tetracyclin, doxycyclin...)

- Cho trẻ uống kèm thuốc với thực phẩm, cho viên thuốc vào trong quả chuối, trẻ trệu trạo nuốt miếng chuối, viên thuốc sẽ vào thực quản, xuống dạ dày. Việc làm này nên tránh vì có thể gây nôn ọe, nếu nhai đúng viên thuốc đắng hoặc có thể gây nghẹn ở thực quản.
- Tối kỵ bịt mũi trẻ khi uống thuốc. Trẻ có thể bị sặc, viên thuốc dễ dàng lọt vào khí quản gây ngạt đường hô hấp. Tốt nhất là nghiền viên thuốc thành bột, nếu là dạng viên nhộng thì bóc bỏ lớp vỏ ngoài, hoà với nước, có thể cho thêm ít đường để dễ uống, tuy vậy đây cũng là việc bất đắc dĩ trong trường hợp không có thuốc dùng cho trẻ em.
- Đốc cả nắm thuốc vào miệng, cùng một lúc nuốt nhiều viên gồm nhiều loại khác nhau, như viên nén, viên nhộng, viên bao phim vì có hình dạng, trọng lượng khác nhau nên tốc độ di chuyển của

các viên thuốc cũng khác nhau, dễ gây nghẹn ở thực quản. Tốt nhất là phải uống từng viên một.

- Nhai nát hoặc bóc vỏ, bỏ vỏ bao thuốc viên, vì vỏ bao giúp cho việc che chắn mùi vị khó chịu của thuốc để gây nôn mửa. Những viên thuốc có tác dụng kéo dài, nếu bóc bỏ lớp phim thì tác dụng tức thì cùng một lúc rất nguy hiểm nhất là thuốc tim.

- Bẻ nhỏ kể cả nhai, ngậm mà chỉ uống/mạch nguyên vẹn cả viên, đối với thuốc viên bao tan ở ruột để thuốc không gây hại dạ dày (Aspirin, pH8...) đồng thời để thuốc không bị dịch vị có tính axit huỷ hoại.

- Dùng tùy tiện thuốc viên có tác dụng kéo dài (phải dùng đúng viên, số lần uống trong ngày theo chế độ), vì thuốc này chứa liều cao hơn dạng thuốc bình thường, nếu uống sai có thể gây quá liều nguy hiểm. Đặc biệt không được nhai, bẻ nhỏ hoặc mở viên nang, mà phải uống nguyên vẹn, nguyên viên.

- Bẻ nhỏ viên sỏi bột hoặc bỏ nguyên viên vào miệng để uống mà chỉ uống sau khi hòa tan vào nước vừa đủ để sỏi hết bột hoàn toàn, thuốc cần bảo quản chống ẩm và nguyên vẹn.

- Bẻ nhỏ thuốc ngậm dưới lưỡi, phải giữ nguyên vẹn để đặt dưới lưỡi và ngậm cho tan, nếu bẻ nhỏ và nghiền nát sẽ phá vỡ và làm hỏng dạng thuốc như thuốc sorbitrate sublingual, ergomar...

- Dùng thuốc viên của người lớn để dùng cho trẻ em. Tốt nhất là dùng thuốc dành cho trẻ em; dạng thuốc uống lỏng là loại thích hợp hơn cả, ở dạng sirô, dạng hỗn dịch, thuốc uống nhỏ giọt, cũng có thể dùng dạng thuốc bột, thuốc cốm... để pha vào nước thành dung dịch trước khi uống. Ngoài ra còn có loại thuốc đạn đặt vào hậu môn.

- Để người già lú lẫn tự uống thuốc vì dễ quên uống rồi lại uống nữa hoặc quên không uống tưởng uống rồi.

- Uống thuốc không đủ thời gian, có nhiều người khi uống thuốc thấy đỡ, vừa khỏi đã vội ngưng uống, nên rất dễ tái phát, đặc biệt đối với kháng sinh, nếu uống thuốc không đủ liều, không đủ thời gian, sẽ tạo ra những chủng vi khuẩn kháng thuốc gây khó khăn cho việc điều trị.

- Uống thuốc sai thời điểm, có những loại thuốc dễ gây kích ứng với dạ dày nên phải uống sau bữa ăn, có loại thuốc do hấp thụ chậm hoặc bị thức ăn cản trở nên phải uống xa bữa ăn.

Trong mọi trường hợp, tốt nhất là tuân theo đúng chỉ định, mệnh lệnh điều trị của bác sĩ và nghe theo hướng dẫn của dược sĩ.

Dược sĩ PHAN QUỐC ĐỔNG