# **LOÃNG XƯƠNG**

|  |
| --- |
| **Biện pháp không dùng thuốc** |



1. Tập thể dục thường xuyên như đi bộ, chạy bộ để giảm nguy cơ bệnh, cải thiện và nâng cao sức khỏe.



2. Cung cấp đầy đủ vitamin, protein, canxi.

3. Ngưng hút thuốc lá, tránh uống quá nhiều rượu và các chất kích thích như cà phê.



4. Phòng bệnh qua việc bổ sung canxi và vitamin D (nguồn tốt nhất là chế độ ăn uống).

**TỜ THÔNG TIN TƯ VẤN SỬ DỤNG THUỐC CHO BỆNH NHÂN (PIL)**

|  |
| --- |
| **Mobic 7,5mg** |

**Tên sản phẩm:**Mobic 7,5mg (Meloxicam).

**1.Mô tả sản phẩm:**

Mobic là dạng thuốc chứa hoạt chất meloxicam là chống viêm giảm đau không steroid (NSAIDs)

**2.Thuốc dùng cho bệnh gì?**

Làm giảm các triệu chứng của đau trong loãng xương

**3.Các lưu ý trước khi sử dụng thuốc:**

- Các trường hợp không nên sử dụng thuốc:

+Bệnh nhân đang bị hen, mày đay,dị ứng với aspirin hay bất kỳ một thuốc NSAIDs nào khác.

+Loét dạ dày tá tràng tiến triển.

+Trẻ em dưới 12 tuổi.
+Giảm đau ngay trước khi hoặc sau khi phẫu thuật tim.

- Các lưu ý đặc biệt cho bệnh nhân:

+ Người bị suy gan và suy thận nhẹ đến trung bình: không cần hiệu chỉnh liều.

+ Người suy gan và suy thận nặng cần liên hệ với bác sĩ để được tư vấn thêm.

- Lưu ý sử dụng cho phụ nữ có thai và cho con bú:

+ Không nên dùng thuốc cho phụ nữ có thai và cho con bú.

- Nên tránh dùng những thuốc hoặc thực phẩm gì khi đang sử dụng thuốc này?

+ Tránh hút thuốc và uống rượu vì nó làm tăng nguy cơ các tác dụng phụ của thuốc đặc biệt là loét và chảy máu đường tiêu hóa.

+ Chú ý khi dùng cùng các thuốc khác:

* Các thuốc chống viêm không steroid khác bao gồm các salicylat, thuốc uống chống đông máu, ticlopidin, heparin dùng đường toàn than, thuốc tiêu huyết khối, Lithium, Methotrexat, tránh thai, thuốc lợi tiểu.

- Lái xe và vận hành máy móc:

Nếu xuất hiện các phản ứng phụ như: chóng mặt, ngủ gật thì cần tránh những hoạt động đó.

**4.Cách sử dụng thuốc**

*-* Liều dùng:

Bắt đầu và duy trì liều 7,5 mg mỗi ngày/1lần (1 viên), có thể bổ sung bằng cách tăng liều đến 15 mg mỗi ngày/1 lần (2 viên) nếu triệu chứng không giảm.

*-* Cách dùng:

Nên uống nguyên vẹn cả viên với nước hoặc với thức uống lỏng khác.

- Cần làm gì khi một lần quên không dùng thuốc?

Nếu quên một lần không dùng thuốc thì tiếp tục duy trì liều tương tự ở liều tiếp theo và không tăng liều gấp đôi ở liều này.

- Cần phải làm gì khi dùng thuốc quá liều khuyến cáo:

Bệnh nhân cần được hỗ trợ chăm sóc điều trị triệu chứng sau quá liều. Loại bỏ NSAIDs bằng cách uống 4 g cholestyramin, ba lần một ngày. Liên lạc với bác sĩ để đưa ra phương pháp điều trị thích hợp nhất.

**5.Tác dụng không mong muốn có thể xảy ra:**

- Nguy cơ tim mạch: NSAIDs có thể gây tăng nguy cơ tim mạch nghiêm trọng như hình thành huyết khối, nhồi máu cơ tim và đột quỵ, có thể gây tử vong. Nguy cơ này có thể tăng theo thời gian sử dụng thuốc.

- Nguy cơ trên tiêu hóa: NSAIDs có thể gây tăng nguy cơ tiêu hóa bao gồm chảy máu, loét và thủng dạ dày hoặc loét đường ruột, có thể gây tử vong. Những nguy cơ này có thể xảy ra bất cứ lúc nào trong quá trình sử dụng và không có triệu chứng cảnh báo. Bệnh nhân cao tuổi có nguy cơ lớn hơn.

Cách xử trí: tạm ngưng thuốc và báo cáo kịp thời với bác sĩ để có cách điều trị phù hợp.

**6.Cần bảo quản thuốc này như thế nào?**

Bảo quản ở nơi khô ráo, nhiệt độ phòng thích hợp khoảng 25 oC

Tránh xa tầm tay của trẻ em.

|  |
| --- |
| **Voltaren 75mg** |

**Tên sản phẩm:** Voltaren 75mg (Diclofenac).

**1. Mô tả sản phẩm:**

Voltaren có chứa hoạt chất diclofenac là thuốc thuộc nhóm thuốc chống viêm giảm đau không steroid .

**2. Thuốc dùng cho bệnh gì?**

- Sử dụng điều trị hỗ trợ các triệu chứng của viêm xương khớp.

- Sử dụng hỗ trợ triệu chứng trong điều trị cấp hoặc mạn tính của viêm cột sống dính khớp.

**3.Các lưu ý trước khi sử dụng thuốc:**

- Các trường hợp không nên sử dụng thuốc:

+Bệnh nhân đang bị hen, mày đay,dị ứng với aspirin hay bất kỳ một thuốc NSAIDs nào khác.

+Giảm đau ngay trước khi hoặc sau khi phẫu thuật tim.

*-* Các lưu ý đặc biệt cho bệnh nhân:

+ Bệnh nhân suy gan và suy thận mức độ nhẹ và trung bình không cần hiệu chỉnh liều.

+ Bệnh nhân suy gan và suy thận nặng khi sử dụng cần được tư vấn của bác sĩ.

- Lưu ý sử dụng cho phụ nữ có thai và cho con bú:

+ Không nên sử dụng thuốc cho phụ nữ mang thai vào 3 tháng cuối thai kỳ vì nó có thể gây đóng sớm ống động mạch gây sinh non.

+ Sử dụng cho phụ nữ cho con bú cần thận trọng và cần được sự tư vấn thêm của bác sĩ.

- Nên tránh dùng những thuốc hoặc thực phẩm gì khi đang sử dụng thuốc này?

+ Hạn chế đến mức tối đa hút thuốc lá và uống rượu vì làm tăng các tác dụng phụ của thuốc như loét và xuất huyết tiêu hóa.

+ Những thuốc dùng cùng nên thận trọng:

* Aspirin.
* Methotrexat.
* Cyclosporin
* Ức chế men chuyển
* Furosemid
* Lithium
* Warfarin
* Các chất ức chế CYP2C9 hoặc thuốc gây cảm ứng

.- Lái xe và vận hành máy móc:

Nếu bệnh nhân thấy chóng mặt và rối loạn thần kinh trung ương không được lái xe hoặc điều khiển máy móc.

**3.Cách sử dụng thuốc**

- Liều dùng:

Dạng uống liều khuyến cáo là 100- 150 mg/ngày(1-2 viên).

*-* Cách dùng: dùng đường uống, không nên nhai viên thuốc, nên uống cùng với nước hoặc thức uống lỏng khác.

*-* Cần làm gì khi một lần quên không dùng thuốc?

Nếu quên một lần uống thuốc nên duy trì ở liều tiếp theo và không nên tăng liều gấp đôi.

*-* Cần phải làm gì khi dùng thuốc quá liều khuyến cáo:

Xử trí khi dùng quá liều: biện pháp hỗ trợ và điều trị triệu chứng,loại ngay thuốc ra khỏi cơ thể càng sớm càng tốt bằng cách rửa dạ dày và dùng than hoạt tính (60-100 g ở người lớn, 1- 2 g/kg ở trẻ em).

**5.Tác dụng không mong muốn có thể xảy ra**

**Hay gặp gồm:**

+Tiêu hóa: đau bụng, táo bón, tiêu chảy, khó tiêu, đầy hơi, chảy máu/thủng, ợ nóng, buồn nôn, loét dạ dày,tá tràng và nôn.

+Rối loạn chức năng thận, thiếu máu, chóng mặt, phù nề, tăng men gan, đau đầu,tăng thời gian chảy máu, ngứa, phát ban và ù tai.

**6.Cần bảo quản thuốc này như thế nào?**

Bảo quản ở nhiệt độ < 30oC và để nơi khô ráo.

|  |
| --- |
| 1. Tên thuốc: ibuprofen 400mg
2. Mô tả sản phẩm : thuốc chứa 400mg ibuprofen là hoạt chất thuộc nhóm chống viêm giảm đau không sreroid
 |
| 1. **Thuốc dùng cho bệnh gì?**

Thuốc dùng để giảm đau đầu ,thấp khớp và đau cơ bắp, đau trong viêm khớp,loãng xương ,đau lưng,đau nửa đầu,đau răng,đau dây thần kinh.1. **Các lưu ý trước khi sử dụng thuốc**

**-Các trường hợp không nên sử dụng thuốc:**+Bệnh nhân đang bị hen, mày đay,dị ứng với aspirin hay bất kỳ một thuốc NSAIDs nào khác.+Giảm đau ngay trước khi hoặc sau khi phẫu thuật tim. **-Lưu ý đặc biệt cho bệnh nhân:**+ Bệnh nhân suy gan và suy thận mức độ nhẹ và trung bình không cần hiệu chỉnh liều.+ Bệnh nhân suy gan và suy thận nặng khi sử dụng cần được tư vấn của bác sĩ.+Trẻ em dưới 12 tuổi.+ Không nên dùng thuốc cho phụ nữ có thai và cho con bú.**- Nên tránh dùng những thuốc hoặc thực phẩm gì khi đang sử dụng thuốc này**?+ Tránh hút thuốc và uống rượu vì nó làm tăng nguy cơ các tác dụng phụ của thuốc đặc biệt là loét và chảy máu đường tiêu hóa.+ Chú ý khi dùng cùng các thuốc khác:Tương tác thuốc-thuốc:+Aspirin 75 mg (để ngăn chặn cơn đau tim và đột quỵ) giảm tác dụng khi bạn dùng ibuprofen.+Thuốc chống đông máu (ví dụ như warfarin)+Mifepristone (để tránh thai) - không dùng ibuprofen nếu bạn đã sử dụng mifepristone trong 12 ngày.+Thuốc lợi tiểu, thuốc điều trị tăng huyết áp , thuốc điều trị các bệnh tim mạch. +Corticosteroids, lithium, methotrexat, zidovudin +Kháng sinh quinolon (điều trị các bệnh nhiễm trùng)+Thuốc điều trị trầm cảm (bao gồm các thuốc SSRI)+Ciclosporin hoặc tacrolimus (thuốc dùng sau khi phẫu thuật cấy ghép, hoặc cho bệnh vẩy nến hay bệnh thấp khớp)Xử trí: liên hệ với dược sĩ hoặc bác sĩ để có tư vấn thích hợp**5.Cách dùng thuốc**Liều dùng: Người lớn và trẻ em từ 12 tuổi trở lên: Uống 3 viên/ ngày/mỗi viên mỗi 4 h. Không dùng cho trẻ em <12 tuổi. |
| **+Cách khắc phục khi trót quên 1 lần uống thuốc**Trót quên một lần uống thuốc tiếp tục duy trì liều tiếp theo và không tăng liều gấp đôi. |
| **+ Quá liều và xử trí**Nói chuyện ngay với bác sĩ nếu tình trạng diễn biến nghiêm trọng**.** |
| **+Cách theo dõi hiệu quả điều trị của thuốc** Bệnh nhân tự theo dõi hiệu quả điều trị thông qua triệu chứng giảm dần.Nếu các triệu chứng không giảm đi trong vòng 10 ngày cần liên hệ với bác sĩ. |
| **7. Tác dụng không mong muốn có thể xảy ra** Ít gặp, nhức đầu. Hiếm gặp: tiêu chảy, táo bón, làm tăng tình trạng viêm đại tràng hoặc bệnh Crohn. Có thể sưng hoặc loét niêm mạc miệng, có thể gây sưng chân tay. Xử trí: liên hệ với dược sĩ hay bác sĩ để được tư vấn thêm.-Đối với người cao tuổi hay gặp các tác dụng không mong muốn. |
| **8. Cần bảo quản thuốc này như thế nào?**Bảo quản ở nhiệt độ < 30oC và để nơi khô ráo. |

 