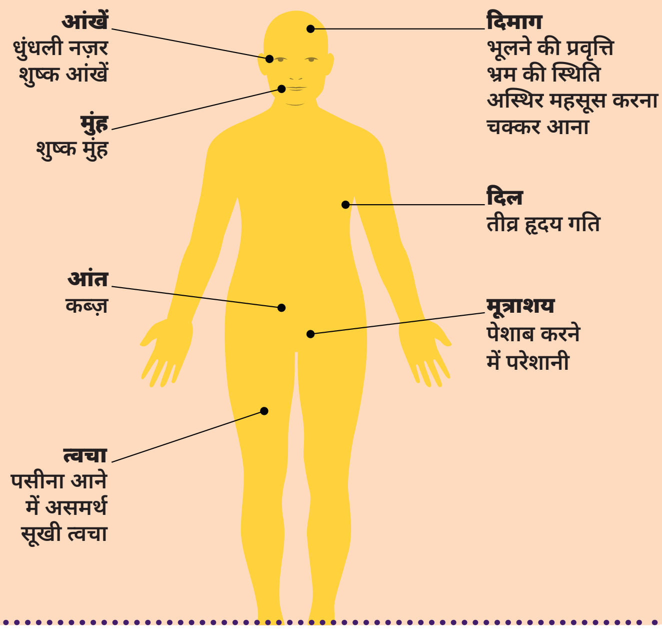
आपकी दवाओं से होने वाले दुष्प्रभाव? पूछने के लिए 5 प्रश्न

दवाएं आपको बेहतर महसूस करने में मदद कर सकती हैं, लेकिन वे अवांछित प्रभाव भी पैदा कर सकती हैं।

यदि आपने (या कोई ऐसा जिसकी आप परवाह करते/ती है, उन्होंने) भूलने की बीमारी, भ्रमित होना या चक्कर आना या डगमगाहट महसूस करने जैसी समस्याओं पर ध्यान दिया है, तो हो सकता है कि आपने यह समझ कर इसे छोड़ दिया हो कि यह आपके बूढ़े होने के कारण है। या हो सकता है कि आप चिंतित हों कि आपकी कोई स्थिति बिगड़ रही है।

आप जिन लक्षणों का अनुभव कर रहे/रही हैं, वे आपकी एक या अधिक दवाओं से होने वाले दुष्प्रभाव हो सकते हैं।

लक्षण जिनपर आप ध्यान दे सकते/सकती हैं



बॉक्स 1: ये दुष्प्रभाव निम्नलिखित के लिए उपयोग की जाने वाली दवाओं के कारण हो सकते हैं:

- नींद की समस्या
- उदासी (डिप्रेशन)
- मनोभ्रंश (डिमेंशिया) से व्यवहार या मनोदशा में परिवर्तन
- दर्द
- मूत्राशय-नियंत्रण की समस्याएं
- एलर्जी
- खांसी और जुकाम।

ये आपके डॉक्टर द्वारा निर्धारित दवाएं, या बिना पर्ची के मिलने वाली दवाएं हो सकती हैं जिन्हें आप डॉक्टर द्वारा दी पर्ची के बिना खरीद सकते/सकती हैं।

कुछ लोगों के लिए ये दुष्प्रभाव मात्र मामूली तौर पर असहज हो सकते हैं, लेकिन वे अधिक गंभीर स्वास्थ्य समस्याएं पैदा कर सकते हैं, जैसे कि गिरना या अस्पताल में देखभाल की आवश्यकता।

आपकी दवाओं से होने वाले दुष्प्रभाव?
पूछने के लिए 5 प्रश्न

यदि आपको ये लक्षण दिखाई दें तो अपने डॉक्टर को बताएँ , भले ही वे लक्षण मामूली हों

आपका डॉक्टर पता लगा सकता है कि लक्षणों का कारण क्या है। यदि यह आपकी दवाएं हैं, तो वे इन दुष्प्रभावों को प्रबंधित करने या कम करने के तरीके सुझा सकता/ती है।

अपनी किसी भी दवा को बंद करने या बदलने से पहले हमेशा अपने डॉक्टर या फार्मासिस्ट से बात करें।

अपनी दवाओं के बारे में अपने डॉक्टर या फार्मासिस्ट से पूछने के लिए 5 प्रश्न

1. मैं यह दवा क्यों ले रहा/रही हूँ?

कभी-कभी किसी दवा का उपयोग थोड़े समय के लिए ही किया जाना चाहिए, या हो सकता है कि आपकी स्थिति बेहतर हो चुकी हो। हो सकता है कि अब आप कोई अन्य दवा ले रहे/रही हों जो अधिक प्रभावी हो, और मूल दवा को रोका जा सके। दवाओं की समीक्षा ऐसी किसी भी दवा को खोजने में मदद कर सकती है जो आपके लिए आवश्यक नहीं है या आपके लिए अच्छी तरह से काम नहीं कर रही है।

2. इसके दुष्प्रभाव क्या हैं?

पूछें कि क्या आप जिन लक्षणों का अनुभव कर रहे/रही हैं, वे आपकी उम्र, स्वास्थ्य की स्थिति या दवाओं से संबंधित हैं।

3. दुष्प्रभावों के बारे में मैं क्या कर सकता/ती हूं?

पूछें कि आप अपनी दवाओं से होने वाले दुष्प्रभावों को कैसे प्रबंधित या कम कर सकते/ती हैं। आपका डॉक्टर आपकी एक या अधिक दवाओं में बदलाव का सुझाव दे सकता/ती है। डॉक्टर या फार्मासिस्ट आपकी दवाओं की समीक्षा कर सकता/ती है और उन दवाओं पर काम कर सकता/ती है जो आपके लिए अच्छा काम नहीं कर रही हैं।

4. अगर मैं कुछ नहीं करता/ती तो क्या होता है?

पूछें कि क्या आपकी दवाओं के दुष्प्रभाव बदतर हो सकते हैं - या बेहतर - यदि आप कुछ नहीं करते/ती हैं और दवाएं लेते रहते/ती हैं।

5. क्या अन्य चीजें हैं जो मैं अपनी स्थिति को प्रबंधित करने के लिए कर सकता/ती हूं?

पूछें कि क्या कोई अन्य उपचार या चीजें हैं जिनकी कोशिश आप अपने आपको अच्छा महसूस कराने के लिए कर सकते/सकती हैं। जीवनशैली में बदलाव, जैसे अधिक व्यायाम करना या स्वस्थ भोजन करना, अच्छे विकल्प हो सकते हैं।

nps.org.au

Level 7/418A Elizabeth Street Surry Hills NSW 2010

PO Box 1147 Strawberry Hills NSW 2012

02 8217 8700 02 9211 7578 info@nps.org.au

© 2021 NPS MedicineWise. अक्टूबर 2021 को प्रकाशित। एबीएन 61 082 034 393 लेवल 7/418ए एलिजाबेथ स्ट्रीट, सरै हिल्स एनएसडब्ल्यू 2010 स्वाधीन। लाभ के लिए नहीं। साक्ष्य - आधारित। यह कार्यक्रम ऑस्ट्रेलियाई सरकार के स्वास्थ्य विभाग द्वारा वित्त पोषित है। प्रदान की गई जानकारी चिकित्सा सलाह नहीं है। अपनी या किसी अन्य व्यक्ति की चिकित्सा स्थिति का इलाज या निदान करने के लिए इसका उपयोग न करें और कभी भी चिकित्सा सलाह को अनदेखा न करें या यहां दिए कुछ कारणों की वजह से इसे प्राप्त करने में देरी न करें। दवाओं की जानकारी बदलती रहती है, और हो सकता है कि जब आप इसका उपयोग करें तो यह सटीक न हो। कानून द्वारा पूर्णत: प्रसार हेतु अनुमत , एनपीएस मेडिसिनवाइज इस जानकारी पर निर्भरता या उपयोग के परिणामस्वरूप किसी भी नुकसान, क्षति, या चोट के लिए सभी दायित्व (लापरवाही के लिए बिना सीमा सहित) को अस्वीकार करता है।NPSMW2393

Carers Australia · FECCA · Choosing Wisely Australia (An initiative of NPS MedicineWise) · OPAN Older Persons Advocacy Network · NPS MEDICINEWISE