

Dự trữ thuốc chữa một số bệnh thường gặp

Trong những ngày lễ, Tết, nếp sống thường bị đảo lộn cùng với thời tiết nóng lạnh thất thường khiến sức khỏe bị ảnh hưởng ít nhiều.

Trong những ngày lễ, Tết, nếp sống thường bị đảo lộn cùng với thời tiết nóng lạnh thất thường khiến sức khỏe bị ảnh hưởng ít nhiều. Những bệnh như cảm, sốt, nhức đầu, rối loạn tiêu hóa thông thường rất dễ xảy ra. Do đó, trong gia đình mỗi người luôn cần dự trữ sẵn một số loại thuốc để phòng những tình huống xảy ra bất ngờ này...

1. Thuốc chữa cảm, sốt, nhức đầu

Khi bị nhức đầu, sổ mũi mà không có thuốc uống, bạn sẽ rất khó chịu. Trong khi đó, ngày Tết, mọi người thường chủ quan đi chơi không đội mũ nón, che khẩu trang... nên rất dễ bị nhức đầu, hắt hơi sổ mũi... Do đó, cần uống thuốc ngay khi mới có dấu hiệu cảm để bệnh không bị nặng hơn. Thường dùng paracetamol để chữa triệu chứng sốt và đau đầu. Loại cho người lớn: viên nén 500mg; Đối với trẻ em, nên dùng dạng siro, gói bột pha dung dịch. Ở trẻ nhỏ hơn khó uống thuốc, bạn có thể dự phòng thuốc hạ sốt loại đặt hậu môn, thông thường nhất là loại viên đạn efferalgan loại 80mg hoặc 150mg. Thuốc đạn này có bản chất cũng là paracetamol có tác dụng giảm đau như đau đầu, đau răng, cảm cúm, sốt...

Cần dự phòng một số thuốc chữa bệnh thông thường trong tủ thuốc gia đình.

Liều thường dùng ở trẻ em là 10 - 15mg/1kg cân nặng mỗi lần. Sau 6 giờ có thể nhắc lại một lần (nếu cần thiết). Vì có nguy cơ kích thích niêm mạc trực tràng nên việc điều trị bằng viên đạn càng ngắn càng tốt, không nên vượt quá 4 lần/1 ngày và nên thay thế bằng đường uống nếu có thể. Dạng viên đạn không thích hợp trong trường hợp bị tiêu chảy. Thuốc này không dùng trong các trường hợp: bệnh nhân dị ứng với paracetamol hoặc các thành phần của thuốc, bệnh nhân bị bệnh gan thận nặng, viêm hậu môn trực tràng hoặc chảy máu trực tràng. Nếu dùng aspirin thì chỉ dành cho người lớn và không dùng cho người có tiền sử bệnh lý đường tiêu hóa.

2. Thuốc chữa bệnh đường tiêu hóa

Việc ăn uống không đúng giờ và ăn quá nhiều loại thức ăn có thể khiến bạn bị rối loạn tiêu hóa. Do vậy, nên dự trữ một ít thuốc trị chứng đầy hơi, khó tiêu, thuốc tiêu chảy trong tủ thuốc gia đình để phòng những tình huống do ăn uống.

Cần dự phòng nhiều gói oresol để phòng trong nhà có nhiều người cùng bị tiêu chảy để bù lượng nước và điện giải đã mất do tiêu chảy. Khi pha oresol phải theo đúng tỷ lệ hướng dẫn ghi trên nhãn thuốc, tránh tình trạng pha đặc hay loãng đều làm mất tác dụng của thuốc. Trước khi dùng, cần đọc kỹ hướng dẫn sử dụng để pha cho đúng tỷ lệ. Mỗi gói oresol sau khi pha chỉ được dùng trong 24 giờ. Ngoài ra có thể dùng viên nén hydrite thay cho oresol. Cần pha viên thuốc với nước đun sôi theo đúng tỷ lệ hướng dẫn trên nhãn thuốc.

3. Thuốc ho - dị ứng

Bạn nên mua thuốc dạng siro chứa kháng histamin làm dịu ho cho trẻ; nếu là thuốc trị ho loại viên có chứa codein thì chỉ dành cho trẻ lớn và người lớn. Loại siro ho thường dùng là thelalone. Thelalone được dùng trong các trường hợp ho, viêm mũi dị ứng, viêm kết mạc dị ứng, nổi mề đay, giảm ho khan và ho do kích ứng, đặc biệt khi ho về chiều và đêm. Chống chỉ định cho các trường hợp dị ứng với thuốc kháng histamin, trẻ em dưới 24 tháng tuổi, phụ nữ có thai, trong thời kỳ cho con bú.

Cách dùng: vì thuốc có tác dụng gây buồn ngủ nên tốt nhất uống vào buổi tối trước khi ngủ. Người lớn có thể sử dụng terpin-codein: thuốc này chỉ định cho các trường hợp ho gió, ho khan, ho do viêm phế quản, ho do viêm khí quản. Thường dùng mỗi lần 1 viên, ngày 2 - 3 lần. Chú ý trẻ em dưới 6 tuổi không nên dùng.

4. Thuốc hạ huyết áp

Thông dụng là amlodipin viên 5mg chỉ định cho những người bị tăng huyết áp vô căn nhẹ và trung bình và điều trị dự phòng chứng đau thắt ngực. Liều thông thường là mỗi ngày uống 1 viên. Bạn cũng có thể mua loại thuốc hạ huyết áp tác dụng nhanh nifedipin viên 10mg, thuốc này được sử dụng cho những người bị tăng huyết áp và đau thắt ngực.

5. Thuốc nhỏ mũi và mắt

Natri clorid 0,9% chỉ định dùng nhỏ mắt trong các trường hợp khô mắt hoặc cảm giác khó chịu, dùng để rửa mắt do bụi, rửa trôi các dị vật nhỏ bám vào mắt, làm giảm các triệu chứng nghẹt mũi, sổ mũi. Liều dùng: nhỏ vào mắt hoặc hốc mũi từ 1 - 3 giọt/1 lần, ngày nhỏ 2 - 3 lần. Cũng có thể nhỏ 5 - 6 giọt/1 lần hoặc nhỏ nhiều lần trong ngày khi cần thiết.

Ngoài những thuốc kể trên, bạn cũng nên dự trữ một vài miếng urgo phòng khi bị đứt tay; bông băng, dung dịch muối loãng, povidine (bôi ngoài da sát trùng), nước oxy già, cồn 70 độ, bông băng, một số dụng cụ y tế (kéo, nhiệt kế), trà gừng...

Các thuốc trên cần để ở trong tủ thuốc, tránh xa tầm với trẻ em; để ở nơi thoáng mát, tránh nơi có nhiều ánh sáng, ẩm và nóng.

Chỉ dùng thuốc trị rối loạn nhẹ vài ngày, nếu triệu chứng không đỡ hoặc kéo dài thì cần đi khám tại các cơ sở y tế.

Khi đi mua thuốc, bạn nên nhờ tư vấn của bác sĩ hoặc dược sĩ hướng dẫn cách sử dụng. Nên để thuốc và bảng hướng dẫn sử dụng thuốc trong bao bì và có dán nhãn ngoài ghi rõ tên thuốc. Nên để riêng thuốc dành cho người lớn và thuốc dành cho trẻ em. Với những loại thuốc do bác sĩ kê đơn dành cho người trong gia đình đang sử dụng cũng nên để riêng một gói và dán nhãn bao bì.