

İLAÇ KULLANIMINDA DİKKAT EDİLECEK NOKTALAR

Prof. Dr. Yeşim GÖKÇE KUTSAL

Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı Öğretim Üyesi ve Hacettepe Üniversitesi Geriatrik Bilimler Araştırma Merkezi-H.Ü. GEBAM Müdürü

www.gebam.hacettepe.edu.tr

Yaşlılarda hastalıkların mekanizması ve nedenleri değerlendirildikten sonra, bu duruma özgü tedavi yöntemini belirlemek gerekir. Çeşitli seçeneklerin içinden etkinliği ve güvenilirliği kaliteli, bilimsel araştırma ve yayınlarla kanıtlanmış olan ilaç seçilmeli ve yaşlı hastaya özgü bir dozaj şeması hazırlanmalıdır.

Bilindiği gibi yaşlılığın derecesi kronolojik yaştan bağımsız olabilmekte, genetik değişkenliklere rastlanabilmekte ve çevresel etkenlere de değişik oranlarda maruz kalılabilmektedir. Yaşlılarda en sık yan etki oluşturan ilaç grubu merkezi sinir sistemi depresyonu yapan ilaçlardır, bunları antibiyotikler, analjezikler (ağrı kesiciler), antikoagülanlar (kan sulandıran ilaçlar), antihipertansifler (tansiyon ilaçları), bronkodilatatörler (hava yollarını açan ilaçlar), diüretikler (idrar söktürücüler) ve oral hipoglisemik (kan şekerini düşüren) ilaçlar izlemektedir.

Yaşlılar göz önüne alındığında ilaç yan etkisi olabileceğini düşündürmesi gereken bulgular ise şöyle sıralanabilir; depresyon, konfüzyon (bilinç bulanıklığı), huzursuzluk, düşme, hafıza kaybı, ekstrapiramidal sistem bulguları (Parkinsonizm, tardiv diskinezi gibi istem dışı hareketlere neden olan hastalıklar), konstipasyon (kabızlık) ve inkontinans (idrar kaçırma).

Yaşlılardaki ilaç kullanımına yönelik çalışmalarda reçetesiz olarak kullanılan ilaçların %40-60'ının analjezikler (ağrı kesiciler), laksatifler (kabızlık ilaçları) ve vitaminler olduğu belirlenmiştir. Ülkemizde huzurevlerinde yapılan araştırmalarda; en sık kullanılan ilaçların kardiyovasküler (kalp ve damar) sistem ilaçları ve analjezikler olduğu saptanmış, polifarmasi yani çoklu ilaç kullanımı ile ilaç yan etkileri arasında da belirgin ilişkiler olduğu saptanmıştır.

Yaşlılarda çoklu ilaç kullanımına zemin yaratan faktörler:

Hastanın farklı doktorlara giderek çok sayıda reçete alması, reçetelere çok sayıda ilaç yazılması, doktorların fazla sayıda ilaç yazmaya eğilimli olmaları, hastaların fazla ilaç beklentileri, yaşlılarda tanıdan ziyade semptom (belirtilere) yönelik olarak ilaç kullanılması, doktorların eski ilacı kesip yeni ilaca başlama eğilimi, hastanın veya doktorun tercihi olarak kullanılan ilaçların otomatik olarak tekrar yazılması, çok sayıda reçetesiz ilaç satılması, yaşlı hastaların aile bireylerinden veya çevreden ilaç alarak kullanma eğilimi olarak sıralanabilir.

Yaşlılarda ilaç kullanımı bağlamında hastaneye yatma ve bunun getirdiği sosyal ve ekonomik sorunlardan sorumlu tutulan üç faktör vardır:

1. Nedenleri

- a) Birçok ilacın bir arada kullanılması,
- b) Birkaç hastalığın bir arada olması,
- c) Hastalıkların şiddeti,
- d) Reçete edilen ilaç tipleri,
- e) Yaşlanma ile organlarda meydana gelen değişikliklere bağlı olarak ilaç etkilerinin de farklılaşması.

2. Birkaç ilacın bir arada kullanımına bağlı olarak ilaçların birbirinin etkisini artırması veya engellemesi,

3. Kullanılan ilaçların halen var olan başka hastalıkları artırması.

İleri yaştaki kişilerde ilaçların alınmasından sonra, ilacın içindeki etken maddenin emilimi, dokulara dağılımı ve daha sonra vücuttan atılımı gençlere oranla farklılık göstermektedir.

Bu değişikliğin nedenleri çok çeşitlidir; tükürük salgısı azalır, mide-barsak hareketleri azalır, ilacın emilebileceği yüzey azalır, mide boşalma zamanı uzar, kas kitlesi ve vücut suyu azalır, vücut yağ kitlesi artar, karaciğer küçülür, kanlanması azalır, böbreğin kanlanması ve süzme özelliği azalır ve hücrelerin ilaca cevabı değişir.

Yaşlılıkta akılcı ilaç kullanımı ile ilgili temel kurallar şunlardır:

1. Yaşlı hastaya ilaç önerilirken tedavi mutlaka bireyselleştirilmeli; o hastaya en uygun ilaç seçilmelidir.

2. Tedaviye başlamadan önce bir tanı konmuş olmalıdır; sadece hastalık belirtileri için ilaç önerilmemelidir.

3. Tıbbi sorunlar olanaklar elverdiğince ilaçsız olarak tedavi edilmeye çalışılmalıdır.

4. Başka doktorlar tarafından ilaç yazılıp yazılmadığı sorulup araştırılmalıdır.

5. İlaça mümkün olan en düşük dozda başlanmalıdır.

6. Eğer gerekiyorsa ilacın dozu kontrollü olarak artırılmalıdır.

7. Sedasyon yapan, sakinleştirici özelliği olan ilaçlar kişinin günlük yaşamındaki faaliyetlerini etkileyebileceği için dikkatle önerilmeli ve kullanılmalıdır.

8. Doz ayarlaması dikkatle yapılmalıdır.

9. Yan etkisi olabilecek ilaçlar mümkün olduğunca kısa sürede kullanılıp, kesilmelidir.

10. İlaçlar gerekli kan-idrar incelemeleri gibi laboratuvar testleri yapıldıktan sonra reçete edilmelidir.

11. İlaç tedavisi basitleştirilmelidir.

12. Hastanın tedaviye uyumunu artırmak için kullanım takvimi hazırlanmalı, ilaç kutuları belirgin olarak etiketlenmelidir.

13. Tedavi düzenli olarak gözden geçirilmeli ve gereksiz ilaçlar tedaviden çıkarılmalı, tekrar tekrar reçeteye yazılmamalıdır.

14. Tedavi planı mümkün olduğunca basitleştirilmelidir.

Yaşlılar açısından dikkat edilmesi gereken konular:

1. Her belirti veya yakınma için hemen ilaç almayı düşünmeyiniz.

2. Muayeneye gelirken kullanmakta olduğunuz tüm ilaçları yanınızda getiriniz.

3. Halen kullanmakta olduğunuz ilaçları mutlaka doktorunuza gösteriniz.

4. Sigara, alkol ve kafeinli içecek tüketiyorsanız bunu doktorunuza söyleyiniz.

5. Olanaklar çerçevesinde az ilaç kullanınız.

6. İlacınızı doktorunuzun önerdiği dozda alınız ve tedavi şemasına uyum göstermeye çalışınız.

7. Sorunlarınız veya sorularınız varsa, mutlaka doktorunuza yöneltiniz.

8. Kullandığınız ilaçlar ile ilgili her türlü yan etkiyi mutlaka doktorunuza iletiniz.

9. İlaç kullanımında herhangi bir zorluk ile karşılaşırsanız doktorunuza söyleyiniz (örneğin; ilaç kutularının kapağını açmada zorluk, ilacı yutmada zorluk, aynı renkteki tabletlerin karışması gibi).

10. İlaç kullanımı ile ilgili detayları hatırlamak için takviminize işaretler koyunuz.

11. Halk arasında "şifalı bitkiler" olarak tanımlanan maddeleri kullanacaksanız, halen var olan hastalıklarınızı veya halen doktor önerisi ile kullandığınız ilaçların doz ve etkinliklerini etkileyebileceğini düşünerek dikkatli olunuz ve mutlaka doktorunuza danışınız.

Yaşlılık çağında tanı ve tedavinin etkinliğinde kullanılan fiziksel ve organik ölçütleri etkileyen kişisel faktörler yanında, psikolojik ve çevresel faktörler de kliniklerde tanı ve tedavi amacıyla uygulanan standart testlerin öngörülen veya beklenen sonuçları vermesini engellemektedir. Yaşlıların öncelikli bir risk grubunu oluşturdukları ve her tıbbi sorunun ve uygulamanın yaşlı ile ilgili önemli farklılıkları olduğu unutulmamalıdır.

Yararlanılan kaynaklar:

- 1- Arslan Ş, Atalay A, Gökçe-Kutsal Y. Drug use in older people. J Am Geriatr Soc 2002;50(6):1163-1168.
- 2- Gökçe-Kutsal Y. Yaşlılarda çoklu ilaç kullanımı. Turkish Journal of Geriatrics 2006 (special issue):37-44.
- 3- Gökçe Kutsal Y. Yaşlanan dünya. Türk Fiz Tıp Rehab Derg 2006;52(Special Issue A):A6-A11

4- Gokce Kutsal Y, Barak A, Atalay A, Baydar T, Kucukoglu S, Tuncer T, Hizmetli S, Dursun N, Eyigor S, Saridogan M, Bodur H, Canturk F, Turhanoglu A, Arslan S, Basaran A. Polypharmacy in Elderly. J Am Med Dir Assoc 2009;10(7):486-490.

5- Gökçe Kutsal Y. İlaç kullanımında dikkat edilecek noktalar. Türk Geriatri Derneği Web Sitesi: http://www.turkgeriatri.org/sorulariniza_yanitlar.php

6- Gökçe Kutsal. Yaşlıda Akılcı İlaç Kullanımı. In: Romatoloji, Bölüm 1, Genel Bilgi., TRASD yayını, Ankara, 2011 (Baskıda).

7- Sarıoğlu Y, Ergün H, Uluoğlu C, Vural M, Özcan V. Yaşlılıkta akılcı ilaç kullanımı. In: Gökçe Kutsal Y, Biberoğlu K, Atılı T, Aslan D (Eds). Yaşlı sağlığı tanı ve tedavi rehberi, Sağlık Bakanlığı, Ankara, 2010, pp:117-138.