

## **YAŞLILIK DÖNEMİNDE İLAÇ KULLANIMI**

**Prof.Dr. Yeşim Gökçe KUTSAL**

**-Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon**

**Anabilim Dalı Öğretim Üyesi**

**-Hacettepe Üniversitesi Geriatrik Bilimler Araştırma Merkezi-GEBAM**

**Müdürü**

Yaşlanma ile birlikte organlarda ve organ sistemlerinde ortaya çıkan değişiklikler sonucunda, vücudun çeşitli stres ve değişen koşullara adaptasyonu azalmıştır. Dolayısı ile yaşlılarda sadece hastalıkların klinik boyutu ve bununla bağlantılı olarak tanısal mantık değil, tedavi yaklaşımları da özellik arz etmektedir. 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.

**Yaşlılarda hastanaya yatma ve bunun getirdiği sosyal ve ekonomik sorunlardan sorumlu tutulan üç faktör vardır :**

1. Kullanılan ilaçların yan etkileri ;

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. Örneğin:

1. Tükürük salgısı azalır.
2. Mide-Barsak hareketleri yaşlanma ile azalır.
3. İlacın emilebileceği yüzey azalır.
4. Mide boşalma zamanı uzar.
5. Kas kitlesi ve vücut suyu azalır, vücut yağ kitlesi artar.
6. Karaciğer küçülür, kanlanması azalır.
7. Böbreğin kanlanması ve süzme özelliği azalır.
8. Hücrelerin ilaca cevabı değişir.

Yaşlılıkta 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.

**Dikkat edilmesi gereken konular ve önerilerimiz :**

- 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 (kola vb.) tkettiyseniz bunu doktorunuza söyleyiniz.
- 5- Olanaklar çerçevesinde az ilaç kullanınız.
- 6- İlacınızı doktorunuzun önerdiği dozda alınız ve tedavi Őemasına uyum göstermeye çalışınız.
- 7- Sorunlarınız varsa, mutlaka doktorunuza yneltiniz.
- 8- Kullandığınız ilaçlar ile ilgili her türlü yan etkiyi mutlaka doktorunuza iletiniz.
- 9- İlaç kullanımında herhangi bir zorluk ile karşılaşırsanız doktorunuza söyleyiniz (rneđin; ilaç kutularının kapağını amada 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 nerisi ile kullandığınız ilaçların doz ve etkinliklerini etkileyebileceğini düşünerek dikkatli olunuz ve mutlaka doktorunuza danışınız.

**Hangi ilaçları alıyorsanız araba kullanmayacaksınız ?**

1. Sakinleştirici ilaçlar (zellikle benzodiyazepin içerenler)
2. Antihistaminikler yani allerji-kaşıntı ilaçları
3. Antidepresan ilaçlar
4. Opioid maddesi içeren ilaçlar.

**Kaynaklar:**

1-Gökçe-Kutsal Y,Aydın E,Güç O,Güler Ç:Geriatrı,Hacettepe Tıp Dergisi, 2000,31(1):40-58.

2-Seçkin Ü,Bodur H,Gökçe-Kutsal Y:Yaşlılarda ilaç tüketimi.Geriatrı Dergisi ,1998;(1):36-38.

3-Arslan Ş,Atalay A,Gökçe-Kutsal Y:Drug use in older people.J Am Geriatr Soc.2002;50(6):1163-1164.