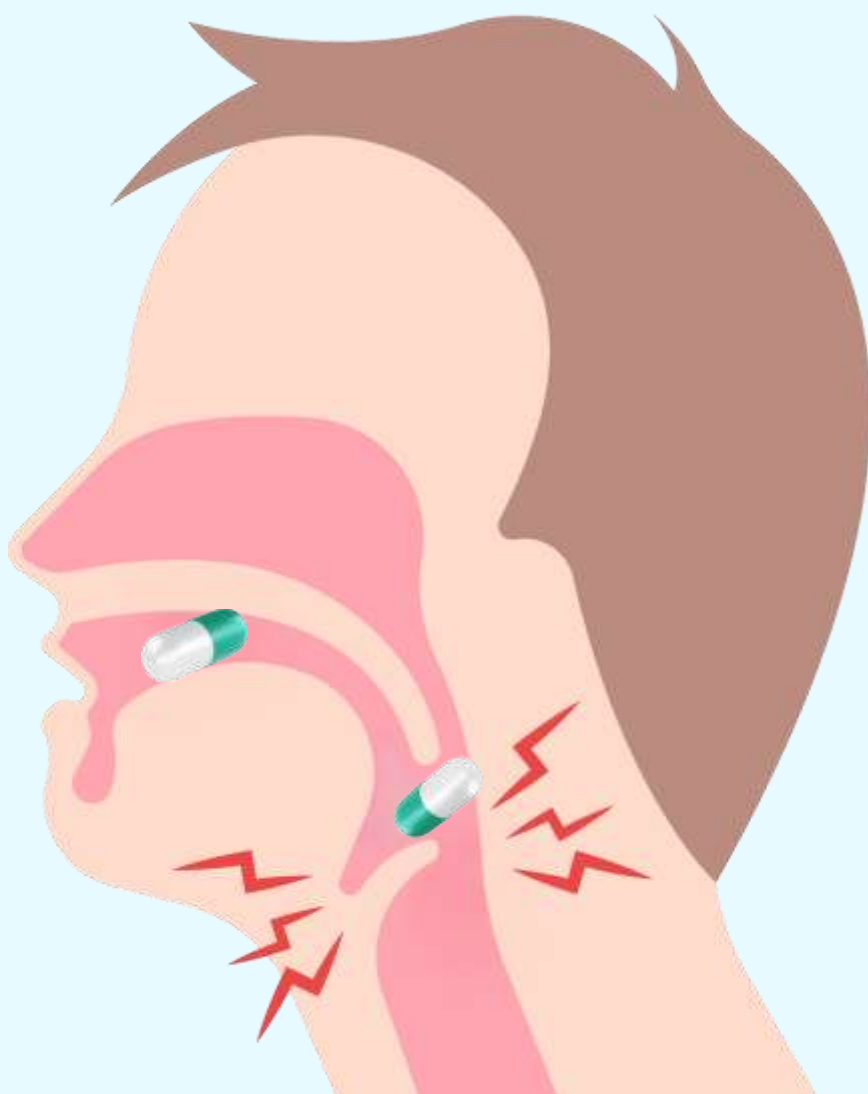




Sổ tay hướng dẫn

An toàn sử dụng thuốc cho chứng rối loạn nhai nuốt

吞嚥困難安全用藥手冊

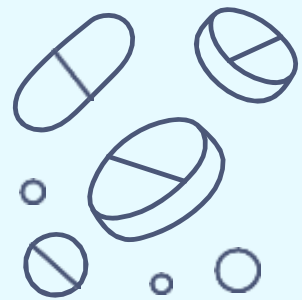


Khoa Dược, Bệnh viện Tiểu Cảng Cao Hùng



Mục lục

1. Giới thiệu
2. Thuốc có thể nghiền thành bột được không?
3. Làm thế nào để xác định thuốc có thể nghiền thành bột được hay không?
4. Trước khi bệnh nhân bị rối loạn nhai và nuốt đến bệnh viện để điều trị, người nhà cần lưu ý điều gì?
5. Khi uống nước tôi dễ bị sặc, tôi nên uống thuốc như thế nào?
6. Chất làm đặc có ảnh hưởng đến sự hấp thụ thuốc không?
7. Có thể nghiền thuốc trộn cùng thức ăn được không?
8. Người bị rối loạn nhai nuốt nên dùng thuốc như thế nào?
9. Người bị rối loạn nhai nuốt nên lưu ý điều gì khi dùng thuốc?
10. Tài liệu tham khảo



Lời giới thiệu

Sổ tay giáo dục sức khỏe này nhằm mục đích cung cấp các hướng dẫn quan trọng cho các thành viên gia đình và người chăm sóc giúp hiểu rõ hơn và hỗ trợ những thách thức mà người bệnh rối loạn nhai nuốt phải đối mặt khi dùng thuốc. Rối loạn nhai nuốt có thể đến từ nhiều tình trạng khác nhau, chẳng hạn như: trẻ em, người già, đột quỵ, sa sút trí tuệ, bệnh Parkinson... gây ra và khó khăn này cũng ảnh hưởng đến việc sử dụng thuốc.

Trong sổ tay này, chúng tôi sẽ cung cấp cho người nhà và người chăm sóc thông tin để hiểu rõ tầm quan trọng của việc dùng thuốc đối với các bệnh nhân bị rối loạn nhai và nuốt. Và dưới tiền đề không ảnh hưởng đến hiệu quả điều trị, chúng tôi sẽ chia sẻ các mẹo về cách giải quyết vấn đề và kỹ năng dùng thuốc hiệu quả hơn. Đây sẽ là tài liệu tham khảo hữu ích giúp bệnh nhân rối loạn nhai nuốt sử dụng thuốc.

Dù là thân nhân, người chăm sóc hay cán bộ y tế chuyên môn, cuốn sổ tay này được biên soạn với mục tiêu hỗ trợ việc hiểu rõ hơn về những nhu cầu đặc thù của bệnh nhân gặp khó khăn trong nuốt khi sử dụng thuốc, từ đó góp phần nâng cao tính an toàn và hiệu quả của quá trình điều trị. Việc phối hợp chặt chẽ giữa gia đình, người chăm sóc và đội ngũ y tế sẽ giúp mang lại dịch vụ chăm sóc dùng thuốc tối ưu, đồng thời tăng cường sự hỗ trợ và quan tâm dành cho người bệnh trong suốt quá trình điều trị. Chúng tôi trân trọng cảm ơn quý vị đã tham khảo cuốn sổ tay này và kỳ vọng rằng những thông tin cung cấp sẽ mang lại giá trị thiết thực, đồng thời góp phần nâng cao chất lượng chăm sóc sức khỏe cho người bệnh cũng như gia đình.

Cảm ơn bạn đã đọc hướng dẫn này. Tôi hy vọng thông tin này hữu ích với bạn. Hy vọng sức khỏe của bạn và gia đình sẽ được chăm sóc và hỗ trợ tốt hơn.

Kính chúc sức khỏe và bình an!

Nhóm tác giả danh dự



Thuốc có thể nghiền thành bột được không?

Trẻ em có kỹ năng nuốt kém, người già có chức năng nuốt bị suy giảm hoặc những người có gặp khó khăn khi nuốt do bệnh tật, cần đặc biệt chú ý đến cách dùng thuốc. Đôi khi, bệnh nhân hoặc gia đình họ có thể cân nhắc việc nghiền thuốc để dễ nuốt hơn. Tuy nhiên, không phải tất cả các loại thuốc đều thích hợp để nghiền nát, cắt hoặc mở viên nang để sử dụng.

Nhiều loại thuốc có thiết kế dạng bào chế đặc biệt, chẳng hạn như không chế tốc độ giải phóng thuốc kéo dài thời gian tác dụng hoặc ngăn ngừa thuốc bị axit dạ dày phá hủy và bảo vệ niêm mạc dạ dày. Nếu thay đổi dạng thuốc một cách tùy tiện có thể gây ra tình trạng giải phóng nhanh có thể gây nguy hiểm cho cơ thể, khiến thuốc mất tác dụng hoặc gây tổn thương niêm mạc dạ dày.

Vì vậy, trong mọi trường hợp, hãy luôn **tham khảo ý kiến dược sĩ hoặc bác sĩ**. Chỉ sau khi nhân viên y tế xác nhận rằng việc phá hủy dạng thuốc sẽ không gây ra bất kỳ nguy hiểm nào thì mới được phép nghiền nát thuốc hoặc mở viên nang để sử dụng nhằm đảm bảo việc sử dụng thuốc an toàn và hiệu quả.

Nghiền thuốc



Mở viên nang



Cắt viên thuốc



Tư vấn dược sĩ

Làm thế nào để xác định thuốc có thể nghiền thành bột hay không?

Không thể nhìn vẻ bề ngoài của thuốc để đánh giá được thuốc có thể nghiền được hay không, nhưng có thể thông qua các cách sau:

- 1. Sách hướng dẫn sử dụng thuốc:** Sách hướng dẫn sẽ chỉ ra thuốc có thể được nghiền hoặc cắt nhỏ.
- 2. Nhận túi thuốc ghi trên túi thuốc:** Một số bệnh viện sẽ ghi trên túi thuốc là thuốc có thể nghiền hoặc cắt nhỏ.
- 3. Tham khảo ý kiến dược sĩ bệnh viện:** Khi bạn nhận thuốc, bạn có thể yêu cầu dược sĩ bệnh viện xác nhận xem thuốc có thể nghiền hoặc cắt được không.



Sách hướng dẫn sử dụng thuốc
(Ví dụ như trong hình)



Tham khảo ý kiến dược sĩ bệnh viện



Nhãn túi thuốc ghi trên túi thuốc
(Ví dụ như trong hình)



Trước khi bệnh nhân bị rối loạn nhai và nuốt đến bệnh viện để điều trị, người nhà cần lưu ý điều gì?

Lúc khám bệnh :

Cần chủ động thông báo cho bác sĩ khi bệnh nhân có tình trạng khó nuốt hoặc đang sử dụng ống thông mũi – dạ dày. Thông tin này sẽ giúp bác sĩ lựa chọn dạng bào chế thuốc phù hợp hơn, nhằm đảm bảo quá trình sử dụng thuốc được thuận lợi và an toàn. Ví dụ: đối với bệnh nhân khó nuốt, bác sĩ có thể kê đơn các dạng thuốc như viên nhỏ, viên có thể nghiền hoặc bẻ, viên ngậm tan trong miệng, miếng dán... để dễ sử dụng. Đối với bệnh nhân sử dụng ống thông mũi – dạ dày, bác sĩ có thể chỉ định các dạng thuốc như bột, dung dịch, viên sủi, miếng dán hoặc viên có thể nghiền để thuận tiện cho việc dùng thuốc.

Hãy chủ động thông báo cho bác sĩ về bất kỳ vấn đề nào khi sử dụng thuốc, đặc biệt là nếu bạn gặp khó khăn khi nuốt thuốc.

Khi lấy thuốc :

Vui lòng thông báo cho dược sĩ nếu bạn gặp khó khăn khi nuốt thuốc hoặc đang sử dụng ống thông dạ dày. Dược sĩ sẽ hướng dẫn bạn sử dụng thuốc an toàn và đảm bảo sử dụng thuốc đúng cách.



Khó
khăn
trong
việc
nhai
nuốt



Sử
dụng
ống
thông
mũi –
dạ
dày



Thông
báo
tình
trạng
sử
dụng
thuốc

Khi uống nước tôi dễ bị sặc, tôi nên uống thuốc như thế nào?

Đối với bệnh nhân có khó khăn trong nuốt, việc uống nước chưa được làm đặc đúng cách có thể khiến dòng chảy quá nhanh, dễ dẫn đến tình trạng nước lọt vào đường hô hấp, gây ho và có nguy cơ dẫn đến nhiễm trùng phổi, đe dọa đến tính mạng.



Khuyến nghị bệnh nhân dễ bị sặc nên được kỹ thuật viên ngôn ngữ trị liệu đánh giá khả năng nuốt, từ đó xác định mức độ đặc phù hợp của nước uống. Khi dùng thuốc, có thể sử dụng chất làm đặc để điều chỉnh độ đặc của nước uống, tạo thành dạng dung dịch phù hợp với nhu cầu cá nhân, nhằm giảm nguy cơ sặc trong quá trình dùng thuốc.

ngôn ngữ trị liệu



Đánh
giá
khả
năng
nuốt



Chất làm đặc có ảnh hưởng đến sự hấp thụ thuốc không?

Việc sử dụng nước đã được làm đặc bằng chất làm đặc để uống cùng thuốc có thể làm giảm độ hòa tan, tốc độ cũng như mức độ hấp thụ của thuốc. Hiện nay, chỉ có một số ít nghiên cứu cho thấy mức độ làm đặc càng cao thì độ hòa tan của thuốc càng giảm, đồng thời chất làm đặc có thể gây ra những ảnh hưởng khác nhau đến tốc độ và mức độ hấp thụ tùy thuộc vào đặc tính của từng loại thuốc.

Xét đến thực tế trên thị trường hiện nay có rất nhiều loại thuốc cũng như nhiều sản phẩm chất làm đặc khác nhau, trong khi dữ liệu nghiên cứu về sự tương tác giữa thuốc và chất làm đặc còn hạn chế, nên chưa thể xác định rõ mức độ ảnh hưởng đến quá trình hấp thụ thuốc. Trong thực hành lâm sàng, cần tham khảo ý kiến của dược sĩ để đánh giá khả năng ảnh hưởng của chất làm đặc đến thuốc được sử dụng.

Ngoài ra, trong thời gian bệnh nhân sử dụng chất làm đặc, thân nhân và người chăm sóc cần theo dõi sát sao phản ứng của bệnh nhân đối với điều trị bằng thuốc, đồng thời kịp thời phản hồi cho bác sĩ để hỗ trợ điều chỉnh liều lượng thuốc một cách phù hợp.

Có thể nghiền thuốc trộn cùng thức ăn được không?

Một số bệnh nhân khó nuốt có thể dùng thực phẩm xay nhuyễn, pudding hoặc cháo để uống cùng thuốc. Tuy nhiên, các nghiên cứu cho thấy một số loại thuốc có thể tương tác với thực phẩm, làm tăng hoặc giảm hiệu quả điều trị. Do sự tương tác giữa thuốc và thực phẩm rất phức tạp, cần phải xem xét cụ thể theo từng loại thuốc, không thể áp dụng chung cho tất cả. Người bệnh và người chăm sóc có thể tham khảo các nguồn thông tin sau để có hướng dẫn chính xác hơn:

- Tờ hướng dẫn sử dụng thuốc: trong đó ghi rõ các chống chỉ định hoặc cảnh báo về khả năng tương tác giữa thuốc và thực phẩm.
- Nhãn trên túi thuốc: tại một số bệnh viện, túi thuốc có thể được in sẵn cảnh báo về các loại thực phẩm có khả năng tương tác với thuốc.
- Tư vấn từ dược sĩ: khi nhận thuốc, người bệnh hoặc người chăm sóc nên trao đổi trực tiếp với dược sĩ của cơ sở y tế để được tư vấn chi tiết và chính xác hơn.



Q: Có thể dùng mật ong để uống cùng thuốc đã nghiền không?

A: Không khuyến khích sử dụng mật ong cho mục đích này, vì mật ong có độ dính cao, dễ bám vào khoang miệng, làm giảm hiệu quả hỗ trợ nuốt thuốc. Ngoài ra, việc sử dụng mật ong còn có thể phát sinh các vấn đề sức khỏe khác như ảnh hưởng đến vệ sinh răng miệng, làm tăng nguy cơ sâu răng, cũng như gây khó khăn trong kiểm soát đường huyết đối với bệnh nhân đái tháo đường.



Vệ sinh răng miệng



Nguy cơ sâu răng



Kiểm soát đường huyết

Người bị rối loạn nhai nuốt nên dùng thuốc như thế nào?

Đối với bệnh nhân bị khó nuốt mức độ nhẹ (có thể nuốt được viên thuốc và uống nước không bị sặc), khuyến nghị thực hiện các bước uống thuốc như sau:

1. Giữ tư thế thẳng, phần thân trên ở tư thế ngồi hoặc đứng.
2. Trước khi uống thuốc, nên uống một ít nước để làm ẩm và bôi trơn thực quản.
3. Đặt viên thuốc vào miệng, đồng thời uống thêm một ngụm nước để nuốt cùng.
4. Khi nuốt, hơi cúi nhẹ cổ về phía trước.
5. Nếu phải uống nhiều viên thuốc, nên chia thành nhiều lần, tránh uống quá nhiều viên cùng lúc.
6. Sau khi uống thuốc, không nên nằm xuống ngay.



Giữ tư thế thẳng



Uống một ít nước trước để làm ẩm và bôi trơn thực quản



Thuốc và nước đồng thời sử dụng



Tránh nằm xuống ngay sau khi uống thuốc



Chia thuốc ra uống nhiều lần

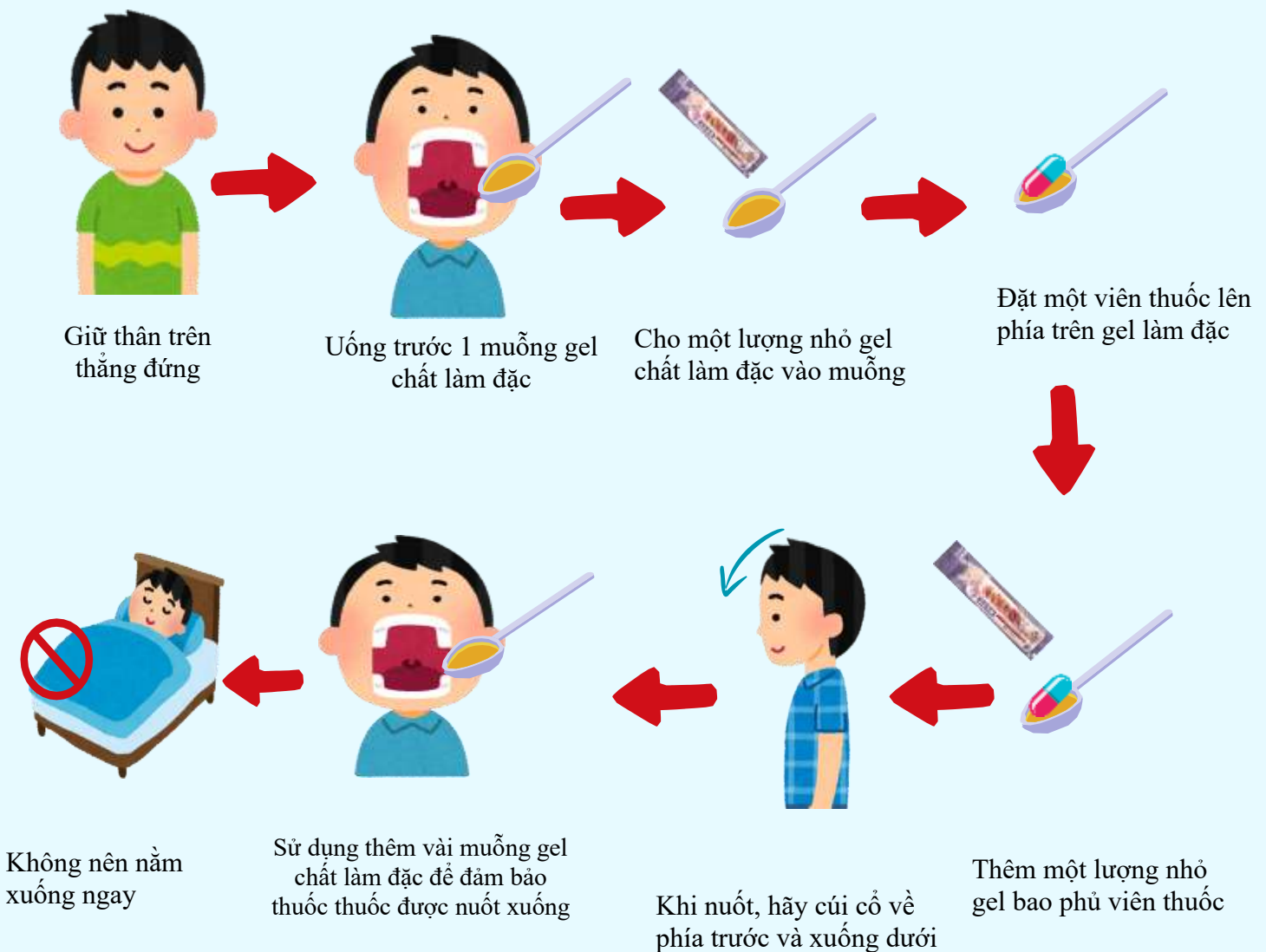


Khi nuốt, hơi cúi nhẹ cổ về phía trước

Lưu ý: Một số bệnh nhân có tình trạng bệnh lý đặc biệt có thể cần áp dụng tư thế nghiêng cổ sang trái hoặc sang phải khi nuốt. Vui lòng thực hiện theo khuyến nghị cá nhân hóa của bác sĩ chuyên khoa về rối loạn nuốt.

Cách sử dụng chất làm đặc thương mại để hỗ trợ trong việc uống thuốc (viên nén/viên nang):

1. Giữ thân trên thẳng đứng.
2. Trước khi uống thuốc, lấy một muỗng một muỗng cà phê gel chất làm đặc
3. Cho một lượng nhỏ gel chất làm đặc vào muỗng cà phê.
4. Đặt một viên thuốc lên trên gel chất làm đặc.
5. Thêm một lượng nhỏ gel chất làm đặc để bao phủ viên thuốc.
6. Khi nuốt, hãy cúi cổ về phía trước và xuống dưới.
7. Sử dụng thêm vài muỗng gel chất làm đặc để đảm bảo thuốc được nuốt xuống.
8. Sau khi uống thuốc, không nên nằm xuống ngay.



Đối với những người nằm liệt giường hoặc bị chứng khó nuốt nghiêm trọng (không thể nuốt thuốc và sặc khi uống nước), khuyến nghị uống thuốc theo các bước sau:

1. Thực hiện chăm sóc răng miệng, đảm bảo khoang miệng luôn ẩm.
2. Điều chỉnh tư thế: nếu bệnh nhân không thể ngồi dậy, cần nâng cao đầu giường để nâng đỡ phần thân trên.
3. Giữ cổ hơi cúi về phía trước, sao cho cằm và ngực trước cách nhau khoảng ba ngón tay ngang.
4. Trước tiên, sử dụng dung dịch làm đặc có độ sệt phù hợp để làm ẩm thực phẩm, giúp quá trình nuốt diễn ra thuận lợi (mức độ sệt cần được đánh giá bởi chuyên môn).
5. Nghiền nhỏ thuốc rồi trộn với nước đặc, thức ăn xay nhuyễn hoặc pudding (cần tham khảo ý kiến chuyên gia ngôn ngữ trị liệu và dược sĩ trước khi áp dụng), sau đó cho bệnh nhân uống bằng thìa nhỏ.
6. Kiểm tra khoang miệng để đảm bảo thuốc đã được nuốt hết.
7. Sau khi uống thuốc, cho bệnh nhân dùng thêm dung dịch làm đặc để chắc chắn thuốc đã xuống dạ dày.
8. Sau khi dùng thuốc, tránh cho bệnh nhân nằm xuống ngay; với người phải nằm giường, cần giữ đầu giường nâng cao thêm một khoảng thời gian.



※ Lưu ý: Một số bệnh nhân có tình trạng bệnh lý đặc biệt có thể cần áp dụng tư thế nghiêng cổ sang trái hoặc sang phải khi nuốt. Vui lòng thực hiện theo khuyến nghị cá nhân hóa của bác sĩ chuyên khoa về rối loạn nuốt.

Hình ảnh minh họa



Vệ sinh khoang miệng, giữ gìn độ ẩm



Điều chỉnh tư thế



Giữ cổ hơi cúi về phía trước, sao cho cằm và ngực trước cách nhau khoảng ba ngón tay ngang



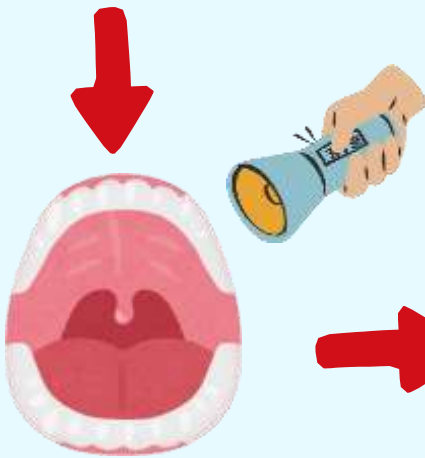
Dùng muỗng nhỏ để đút thuốc vào miệng



Nghiền thuốc và trộn với một lượng nhỏ chất làm đặc hoặc bột nhuễn hoặc bánh pudding



Sử dụng chất làm đặc thích hợp để giúp dễ dàng nuốt thuốc



Kiểm tra khoang miệng xác định thuốc đã được nuốt



Sử dụng chất làm đặc để đảm bảo thuốc hoàn toàn đi vào dạ dày



Tránh cho người bệnh nằm xuống ngay

Người bị rối loạn nhai nuốt nên lưu ý điều gì khi dùng thuốc?

- Với bệnh nhân ít tiết nước bọt hoặc phải nằm liệt giường, cần thực hiện vệ sinh và chăm sóc khoang miệng trước khi dùng thuốc, đảm bảo miệng ẩm để tránh thuốc bám lại trong khoang miệng và thực quản.
- Nếu tình trạng giảm tiết nước bọt gây ảnh hưởng đến việc nuốt, có thể xem xét cho bệnh nhân ngâm đá viên, đá bào hoặc uống nước chanh để kích thích tiết nước bọt (nếu tình trạng bệnh cho phép).
- Trường hợp thuốc có thể nghiền, nên nghiền thành bột mịn để tránh kích thước hạt quá lớn, vì bột thô dễ lưu lại trong khoang miệng hoặc họng, vừa làm giảm hiệu quả thuốc, vừa có nguy cơ gây tổn thương niêm mạc.
- Khi uống thuốc, bệnh nhân cần giữ tư thế thẳng; với bệnh nhân nằm giường, phải nâng cao đầu giường và có thể dùng gối để nâng đỡ phần thân trên.
- Thuốc sau khi đã chuẩn bị nên cho bệnh nhân uống ngay.
- Trong quá trình uống thuốc, cần tập trung nuốt, tránh bị phân tâm.
- Không nên rắc bột thuốc vào cả bát cháo hoặc cả ly thạch, vì điều này vừa làm thay đổi mùi vị thức ăn, vừa khó xác định chính xác liều lượng nếu bệnh nhân không ăn hết. Thay vào đó, chỉ nên sử dụng một lượng nhỏ cháo hoặc thạch để phối hợp cùng thuốc.
- Nếu chưa chắc chắn thuốc có thể chia nhỏ hoặc nghiền, cần tham khảo ý kiến dược sĩ trước khi thực hiện.

