

مع تقدمنا في العمر، يجب أن نكون حذرين في التعامل مع أدويتنا

ما الذي تستطيع القيام به؟

احجز موعدًا خاصًا مع طبيبك أو الصيدلي أو الممرضة لمراجعة أدويةك.

الأدوية التي كانت جيدة لك من قبل قد لا تكون جيدة لك الآن. لهذا السبب من المهم مراجعة الأدوية بانتظام مع طبيبك، أو الصيدلي أو الممرضة، خاصة إن كنت تتناول خمسة أدوية أو أكثر.

قد تقرران معًا تخفيف الدواء. التخفيف يعني تقليل الجرعة أو إيقاف دواء الذي قد لا يكون مفيدًا أو قد يسبب ضررًا لك.

بعض الأسئلة التي يجب طرحها على طبيبك، أو الصيدلي أو الممرضة

1. لماذا أتناول هذا الدواء؟
2. ما هي الفوائد والأضرار المحتملة من هذا الدواء؟
3. هل يمكن أن يؤثر على ذاكرتي أو يسبب لي بالسقوط؟
4. هل يمكنني إيقاف أو تقليل جرعة هذا الدواء (أي التخفيف)؟
5. مع من يجب ان أتابع علاجي ومتى؟

لمزيد من المعلومات حول سلامة الأدوية، قم بزيارة الموقع الإلكتروني الخاص بالشبكة

الكندية لملاءمة الأدوية وتخفيفها: deprescribingnetwork.ca

هل تعلم؟

يتم إدخال كبار السن إلى المستشفى أكثر بخمس مرات من الأشخاص الذين تحت سن ال 65 وذلك بسبب الآثار الضارة للأدوية



مع تقدمنا في العمر، تصبح أجسامنا أقل كفاءة في معالجة الأدوية

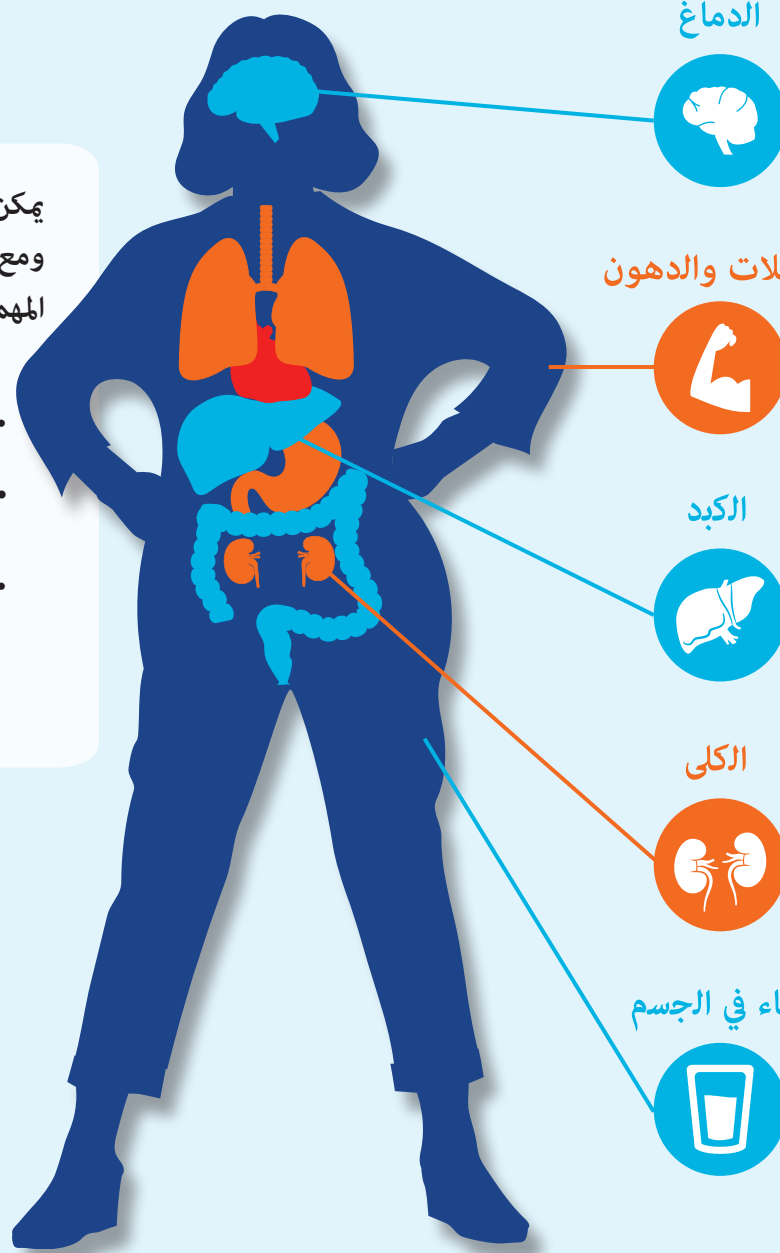
كيف تتم معالجة الأدوية في الجسم:

الأدوية:

1. يتم امتصاصها في الجسم
2. تتوزع في جميع أنحاء الجسم عن طريق مجرى الدم
3. تتجزئ في الكبد والكلية
4. تطرح (أي تطرح من الجسم) عن طريق البول والبراز

يمكن أن تساعدنا الأدوية بعدة طرق. ومع ذلك، مع تقدمنا في العمر، من المهم معرفة ما يلي:

- نصبح أكثر حساسية لتأثيرات الأدوية
- أجسامنا لا تعالج الأدوية بكفاءة
- تزداد احتمالية تعرضنا للآثار الجانبية للأدوية أو التفاعلات الدوائية أو الآثار الضارة الأخرى.



الدماغ



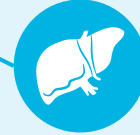
يصبح الدماغ أكثر حساسية لتأثيرات الأدوية. قد تستمر آثار الأدوية على الدماغ لفترة أطول أيضًا.

العضلات والدهون



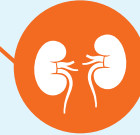
تبقى بعض الأدوية في أجسامنا لفترة أطول لأن لدينا عضلات أقل ودهون أكثر في أجسامنا.

الكبد



يصبح الكبد أقل كفاءة في التخلص من بعض الأدوية. قد يؤدي ذلك إلى تفاعلات عند تناول أدوية متعددة.

الكلية



تزيل الكلية الأدوية من الجسم بكفاءة أقل، مما يؤدي إلى تراكمها.

الماء في الجسم



تحتوي أجسامنا على كمية أقل من الماء وقد تصبح بعض الأدوية أكثر تركيزًا، مما يزيد من تأثيرها.