Memorial Sloan Kettering Cancer Center

პაციენტის და მომვლელის სწავლება

როგორ შეავსოთ აბების კოლოფი

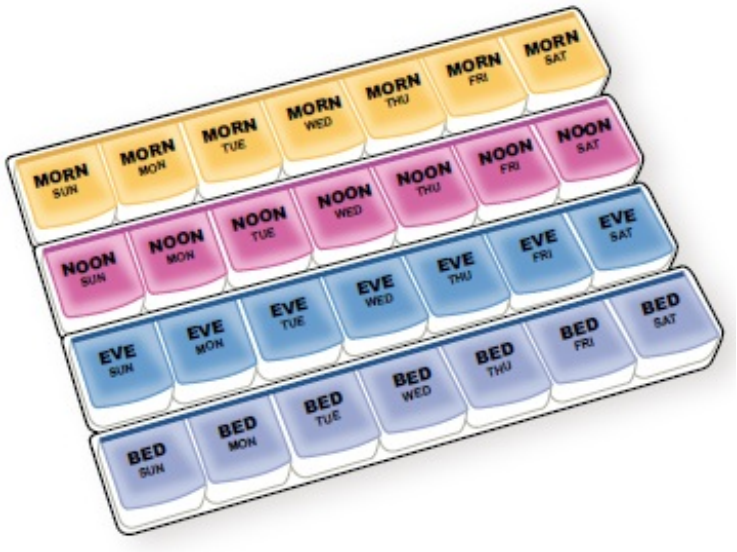
ეს ინფორმაცია განმარტავს, თუ როგორ უნდა შეავსოთ აბების კოლოფი.

რა არის აბების კოლოფი?

აბების კონტეინერი არის ჭურჭელი, რომელიც გამოიყენება გარკვეული პერიოდის განმავლობაში მედიკამენტების დოზების მოწესრიგებულად შესანახად. აბების კოლოფს ასევე ეწოდება აბების კონტეინერი ან აბების ყუთი.

აბების კოლოფის გამოყენება ძალიან სასარგებლოა, თუ რამდენიმე სხვადასხვა მედიკამენტის მიღება გჭირდებათ. ეს დაგეხმარებათ, არ გამოტოვოთ წამლის დოზები.

აბების კოლოფები სხვადასხვა ზომისაა (იხილეთ სურათები 1 და 2). მათ შეუძლიათ მედიკამენტის დოზების 14 დღემდე მარაგის დატევა. ზოგიერთს დღეზე განსაზღვრული 4-მდე ადგილი აქვს. თუ არ ხართ დარწმუნებული, რომელი ტიპია თქვენთვის საუკეთესო, მიმართეთ თქვენს სამედიცინო გუნდს.



სურათი 1. აბების კოლოფის მაგალითი



სურათი 2. აბების კოლოფის მაგალითი

აბების კოლოფების უმეტესობა ბავშვებისთვის უსაფრთხო არ არის. შეინახეთ აბების კონტეინერები ბავშვებისთვის მიუწვდომელ ადგილას.

თუ თქვენს სახლში სხვა ადამიანებიც იყენებენ აბების შესანახ კონტეინერებს, უმჯობესია თუ ისინი სხვადასხვა ფერის იქნება. ეს ხელს უწყობს თავიდან აიცილოთ მათი ერთმანეთში არევა.

რა უნდა იცოდეთ აბების კოლოფის შევსებამდე

აბების კონტეინერში მხოლოდ ის მედიკამენტები მოათავსეთ, რომლებსაც დადგენილი განრიგით იღებთ.

ზოგიერთი მედიკამენტის აბების კოლოფში მოთავსება უსაფრთხო არ არის. ეს ეხება ორალურ ქიმიოთერაპიას (ქიმიოთერაპია). მიჰყევით თქვენი სამედიცინო გუნდის მითითებებს პერორალურად მისაღები ქიმიოთერაპიული პრეპარატის შენახვისას.

კვლევისთვის განკუთვნილი პერორალური პრეპარატი უნდა ინახებოდეს იმავე კონტეინერში, რომელშიც ის იყო მოთავსებული. **ჩამოთვლილები აბების ყუთში არ ჩადოთ.** დაიცავით თქვენი კვლევითი მომვლელი გუნდის ინსტრუქციები პერორალური კვლევითი მედიკამენტების შენახვის შესახებ.

თუ გაქვთ გამოწერილი საჭიროების შემთხვევაში მისაღები მედიკამენტები (PRN) (წამლები, რომლებსაც მხოლოდ საჭიროების შემთხვევაში იღებთ), ისინი ცალკე შეინახეთ. ეს მოიცავს ტკივილის ან გულისრევის (ღებინების შეგრძნების) შემამსუბუქებელ მედიკამენტებს. საჭიროებისამებრ მისაღები (PRN) მედიკამენტი არ მოათავსოთ აბების კონტეინერში.

შესაძლოა, სახლში მისაღები თქვენი მედიკამენტების სიაში არ იყოს მითითებული, რომელ დღეს უნდა მიიღოთ მედიკამენტი. თუ ასეა, აირჩიეთ, რომელ დღეს გსურთ მათი მიღება. მაგალითად, თუ მითითებულია, რომ გარკვეული წამალი კვირაში ერთხელ უნდა მიიღოთ, შეგიძლიათ არჩევანი ორშაბათზე შეაჩეროთ. სახლის პირობებში გამოსაყენებელი მედიკამენტების სიაში, მედიკამენტის გვერდით, ჩაწერეთ წამლის მიღების თქვენთვის სასურველი დღის არჩევანი.

შესაძლოა, სახლში მისაღები თქვენი მედიკამენტების სიაში არ იყოს მითითებული, დღის რომელ მონაკვეთში უნდა მიიღოთ მედიკამენტები. თუ ასეა, აირჩიეთ სასურველი დრო. მაგალითად, შესაძლოა მითითებული იყოს, რომ გარკვეული წამალი ყოველდღიურად უნდა მიიღოთ, მაგრამ არ იყოს მითითებული, დღის რომელ მონაკვეთში. შეგიძლიათ დააწესოთ ამ წამლის მიღების დროდ ყოველი დღის დილა. თქვენი არჩევანი ჩაწერეთ სახლში გამოსაყენებელი მედიკამენტების სიაში, მედიკამენტის გვერდით.

სახლში გამოსაყენებელი მედიკამენტების სიაში მოცემული ინსტრუქციები შეიძლება განსხვავდებოდეს წამლის ბოთლებზე მითითებული ინსტრუქციისგან. ეს შეიძლება მოხდეს, თუ თქვენი ჯანდაცვის პროვაიდერი უფრო ხშირად შეცვლის თქვენი წამლის დოზას ან გრაფიკს, ვიდრე თქვენ შეავსებთ მას.

ყოველთვის მიჰყევით სახლში გამოსაყენებელი მედიკამენტების სიაში მოცემულ ინსტრუქციას და არა მედიკამენტების ბოთლებზე დაწერილ მითითებებს. სახლის პირობებში გამოსაყენებელი თქვენი მედიკამენტების სია შეიცავს თქვენი მედიკამენტების შესახებ უახლეს ინფორმაციას.

შეავსეთ აბების კონტეინერი კვირაში ერთხელ. უმჯობესია, აბების კონტეინერი კვირის ერთსა და იმავე დღეს ან საკონტროლო ვიზიტის შემდეგ შეავსოთ. ყოველ ჯერზე, როცა მას ავსებთ, შიგნით მოათავსეთ მთელი კვირის განმავლობაში მისაღები მედიკამენტები.

თუ გჭირდებათ, დახმარება ითხოვეთ აბების კონტეინერის შევსებაში. თუ ართრიტი, პერიფერიული ნეიროპათია ან მეხსიერების პრობლემები გაქვთ, აბების კოლოფის შევსება შეიძლება გაგიჭირდეთ. დახმარება ოჯახის წევრს, მეგობარს ან მოწვეულ ექთანს სთხოვეთ. ასევე შეგიძლიათ სთხოვოთ თქვენს აფთიაქს, რომ წამალი ბავშვებისგან დაუცველ კოლოფებში მოათავსონ, რადგან მათი გახსნა უფრო ადვილია.

აბების კონტეინერის შევსების ეტაპები

1. **განათავსეთ თქვენი მარაგები** სუფთა, სწორ ზედაპირზე. თქვენ დაგჭირდებათ:

- აბების კონტეინერი.
- განრიგის მიხედვით მიღებული წამალი.
- სახლის პირობებში მისაღებ მედიკამენტთა სია.
- ერთჯერადი (გადასაგდები) პირსახოცი.
- საპონი და წყალი, ან სპირტზე დამზადებული ხელის სადეზინფექციო საშუალება.

2. **გაიწმინდეთ ხელები.** თუ ხელებს საპნითა და წყლით იბანთ, დაისველეთ და საპონი წაისვით. ხელები ერთმანეთს 20 წამის განმავლობაში გაუსვით, შემდეგ კი საპონი ჩამოიბანეთ. ხელები ერთჯერადი პირსახოცით გაიმშრალეთ. ონკანის დასაკეტად იგივე პირსახოცი გამოიყენეთ.

   თუ სპირტის შემცველ ხელის სადეზინფექციო საშუალებას იყენებთ, კარგად დაიტანეთ ის ხელებზე. შემდეგ ხელები ერთმანეთზე იზილეთ, სანამ არ გაშრებიან.

3. **დააწყვეთ წამლის ფლაკონები** იმ თანმიმდევრობით, როგორც ისინი მითითებულია სახლის პირობებში მისაღები მედიკამენტების სიაში. თუ ერთი და იმავე წამლის ერთზე მეტი ფლაკონია, დადგით ისინი ერთმანეთის გვერდით.

4. **შეავსეთ აბების კონტეინერი.** დაიწყეთ „სახლის პირობებში მისაღები მედიკამენტების“ სიაში მითითებული პირველი მედიკამენტით. მოათავსეთ აღნიშნული წამლის ყველა დოზა აბების კონტეინერში, ვიდრე შემდეგზე გადახვიდოდეთ. თითოეული მედიკამენტისთვის:

- შეამოწმეთ თქვენი საშინაო მედიკამენტების სია, რომ ნახოთ, რა დოზა უნდა მიიღოთ.
- შეამოწმეთ მედიკამენტის სიძლიერის შესახებ ინფორმაცია აბების

ბოთლ(ებ)ზე. გამოთვალეთ აბების რაოდენობა, რომელიც საჭიროა საჭირო დოზის მისაღებად.

- სწორი დოზის მისაღებად შეიძლება დაგჭირდეთ 1-ზე მეტი აბის გამოყენება.
- ზოგჯერ შეიძლება საჭირო გახდეს სხვადასხვა სიძლიერის აბების გამოყენება სწორი დოზის მისაღებად. მაგალითად, 2.5 მილიგრამის (მგ) დოზისთვის შეიძლება დაგჭირდეთ 1 (0.5 მგ) აბი და 2 (1 მგ) აბი.

- შეამოწმეთ სახლში მისაღები მედიკამენტების სია, რათა გაიგოთ, როდის უნდა მიიღოთ წამალი. მედიკამენტის 1 დოზა მოათავსეთ კოლოფის შესაბამის უჯრაში(ებში). მაგალითად:
    - ყოველდღიური წამლისთვის, რომელიც დილით მიიღება, მოათავსეთ 1 დოზა თითოეული დღისთვის განკუთვნილ დილის განყოფილებაში.
    - იმ მედიკამენტისთვის, რომელიც 12 საათში ერთხელ მიიღება, მოათავსეთ თითო დოზა ყოველი დღის დილის განყოფილებაში. შემდეგ კიდევ ერთი დოზა მოათავსეთ ყოველი საღამოსთვის განსაზღვრულ განყოფილებაში.

- თითოეული დღისთვის განსაზღვრული დოზები თქვენი აბების კოლოფში მოათავსეთ. გაავსეთ აბების კოლოფის უჯრები თითოეული დღისთვის განკუთვნილი ყველა დოზით ან გაავსეთ ისინი იმ დღემდე, როდესაც კლინიკაში შემდეგი ვიზიტი გიწევთ.
- აბების ბოთლს თავსახური ისევ დაახურეთ. დააბრუნეთ ფლაკონი იმ ადგილას, სადაც გრაფიკის მიხედვით მისაღებ მედიკამენტებს ინახავთ.

  გაიმეორეთ ეს მოქმედებები „სახლის პირობებში მისაღები მედიკამენტების სიაში“ მითითებული თითოეული წამლისთვის.

აბების კოლოფის შევსებისას თვალყური ადევნეთ თითოეული წამლის რაოდენობას. მედიკამენტის მარაგის შევსებაზე თქვენს სამედიცინო მომსახურების მიმწოდებელს წამლის ამოწურვამდე 5 ან მეტი დღით ადრე მიმართეთ. ზოგჯერ, მედიკამენტებს მარაგის მზადყოფნაში მოყვანას ერთი ან ორი დღე სჭირდება.

რა უნდა გააკეთოთ აბების კონტეინერის შევსების შემდეგ

როდესაც წამლის ყუთის შევსებას დაასრულებთ, დახურეთ თითოეული განყოფილება. ჩადეთ ის პლასტმასის პაკეტში. ამგვარად, თუ კოლოფი გადაბრუნდება და შემთხვევით გაიხსნება, აბები პაკეტში ჩაიფანტება.

მოათავსეთ სახლში მისაღები მედიკამენტების სია იმ ჩანთაში, რომელშიც წამლების კონტეინერია მოთავსებული. შეინახეთ აბების კონტეინერი

გრილ, მშრალ და მზის პირდაპირი სხივებისგან დაცულ ადგილას.

დოზის გამოტოვება ან პრეპარატის ზედმეტი დოზების მიღება შეიძლება ძალიან საშიში იყოს. ყოველთვის მიიღეთ თქვენი წამალი სწორი გზით, სწორ დროს და სწორი დოზით. დამატებითი ინფორმაციისთვის წაიკითხეთ *როგორ მიიღოთ მედიკამენტები უსაფრთხოდ* (https://mskcc.prod.acquia-sites.com/ka/cancer-care/patient-education/how-take-your-medications-safely).

თუ თქვენ გაქვთ რაიმე შეკითხვა ან შეშფოთება თქვენს მედიკამენტთან დაკავშირებით, დაუკავშირდით თქვენი ჯანდაცვის პროვაიდერს.

კითხვების ან პრობლემების შემთხვევაში მიმართეთ თქვენს ჯანდაცვის პროვაიდერს. თქვენი მკურნალთა გუნდის წევრი გიპასუხებთ ორშაბათიდან პარასკევის ჩათვლით. დილის 9 საათი საათიდან საღამოს 5 საათის შემდეგ ამ საათების გარეთ, შეგიძლიათ დატოვოთ შეტყობინება ან ესაუბროთ MSK-ს სხვა წარმომადგენელს. რომელიმე ექიმი ან ექთანი ყოველთვის იქნება ხაზზე. თუ არ ხართ დარწმუნებული, როგორ დაუკავშირდეთ თქვენს ჯანდაცვის პროვაიდერს, დარეკეთ ნომერზე 212-639-2000.

დამატებითი რესურსებისთვის ეწვიეთ www.mskcc.org/pe ჩვენი ვირტუალური ბიბლიოთეკის მოსაძიებლად.

ყველა უფლება ეკუთვნის და დაცულია Memorial Sloan Kettering Cancer Center-ის მიერ