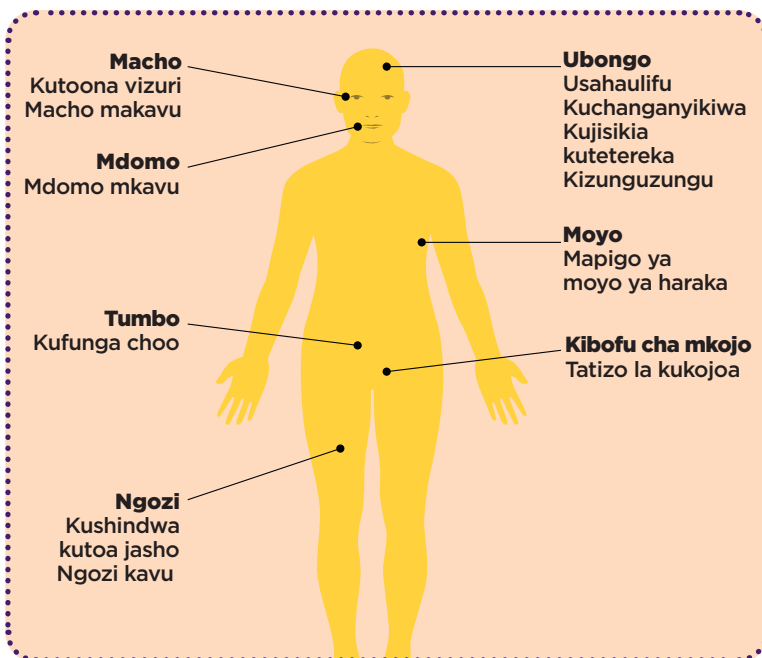


MADHARA YA DAWA ZAKO? MASWALI 5 YA KUULIZA

Dawa zinaweza kukusaidia kujisikia vizuri, lakini pia zinaweza kusababisha athari zisizohitajika. Ikiwa wewe (au mtu unayemtunza) umegundua matatizo kama vile kusahau, kuchanganyikiwa au kuhisi kizunguzungu au ya tetereka, unaweza labda kufikiri ni kwa sababu ya kuzeeka. Au labda una wasiwasi kuwa moja ya hali yako ya afya inazidi kuwa mbaya.

Dalili hizi unazopata zinaweza kuwa ni athari kutokana na dawa yako moja au zaidi.

Dalili unazoweza kuziona



Sanduku la 1: Madhara haya yanaweza kusababishwa na dawa ulizozitumia kwa:

- ▶ matatizo ya kulala
- ▶ kujisikia huzuni
- ▶ tabia au mabadiliko ya hisia kutokana na shida ya akili uitwao dementia
- ▶ maumivu
- ▶ matatizo ya udhibiti wa kibofu
- ▶ mzio
- ▶ kikohozi na mafua.

Hizi zinaweza kuwa dawa zilizoandikwa na daktari wako, au dawa za dukani ambazo unaweza kununua bila kuandikiwa na daktari.

Kwa baadhi ya watu madhara haya yanaweza kuwakosesha raha kidogo, lakini yanaweza kusababisha matatizo makubwa zaidi ya kiafya, kama vile kuanguka au kuhitaji huduma ya hospitali.

MADHARA YA DAWA ZAKO? MASWALI 5 YA KUULIZA

Mwambie daktari wako ikiwa unaona dalili hizi, hata kama ni kidogo

Daktari wako anaweza kujua ni kitu gani husababisha dalili hizo. Ikiwa ni dawa zako, anaweza kupendekeza njia za kudhibiti au kupunguza athari hizi.

Wakati wote zungumza na daktari wako au mfamasia kabla ya kuacha au kubadilisha dawa zako zozote.

Maswali 5 ya kumuuliza daktari wako au mfamasia kuhusu dawa zako

1. Kwa nini ninatumia dawa hii?

Wakati mwingine dawa inapaswa kutumika kwa muda mfupi tu, au hali yako inaweza kuwa bora. Labda sasa unatumia dawa nyingine ambayo inafaa zaidi, na dawa ya awali inaweza kusimamishwa. Mapitio ya dawa yanaweza kusaidia kugundua dawa zozote ambazo hazihitajiki au hazifanyi kazi vizuri kwako.

2. Madhara yake ni nini?

Uliza ikiwa dalili unazopata zinahusiana na umri wako, hali ya afya au dawa.

3. Je, ninaweza kufanya nini kuhusu madhara hayo?

Uliza jinsi unavyoweza kudhibiti au kupunguza madhara kutokana na dawa zako. Daktari wako anaweza kupendekeza kubadilisha dawa yako moja au zaidi. Daktari au mfamasia anaweza kukagua dawa zako na kufahamu dawa ambazo hazifanyi kazi vizuri kwako.

4. Ni nini kitatokea ikiwa sitafanya chochote?

Uliza kama madhara ya dawa zako yanaweza kuwa mabaya zaidi - au kuleta ubora - kama hutafanya chochote na kuendelea kutumia dawa.

5. Je, kuna mambo mengine ninayoweza kufanya ili kudhibiti hali yangu?

Uliza kama kuna matibabu au mambo mengine unayoweza kujaribu ili kukufanya uhisi vizuri. Mabadiliko ya mtindo wa maisha, kama vile kufanya mazoezi zaidi au kula vizuri, yanaweza kuwa chaguzi nzuri.

nps.org.au

Level 7/418A Elizabeth Street Surry Hills NSW 2010
PO Box 1147 Strawberry Hills NSW 2012
☎ 02 8217 8700 ✉ 02 9211 7578 📧 info@nps.org.au

© 2021 NPS MedicineWise. Ilichapishwa Oktoba 2021. ABN 61 082 034 393 Level 7/418A Elizabeth St, Surry Hills NSW 2010. Inayojitegemea. Isiyo ya faida. Kutokana na uhakika Mpango huu unafadhiliwa na Idara ya Afya ya Serikali ya Australia. Habari iliyotolewa sio ushauri wa matibabu. Usiitumie kutibu au kutambua hali yako ya kiafya au ya mtu mwingine na usipuuze ushauri wa kimatibabu au kuchelewesha kuutafuta kwa sababu ya jambo fulani ulilosoma hapa. Taarifa za dawa hubadilika, na huenda zisiwe sahihi wakati unapozipata. Kwa kiwango kamili kinachoruhusiwa na sheria, NPS MedicineWise inakanusha dhima yote (ikiwa ni pamoja na bila kizuizi kwa uzembe) kwa hasara yoyote, uharibifu, au jeraha linalotokana na kutegemea, au matumizi ya maelezo haya. NPSMW2393