

Dùng thuốc thế nào là đúng cách

Tôi có thể mua thuốc bằng cách nào ở Úc?

Có 2 cách mua thuốc ở Úc:

- Đến gặp bác sĩ của quý vị, đối với các loại thuốc kê đơn.
- Mua tại hiệu thuốc, cho các loại thuốc không kê đơn.

Thuốc kê đơn

Đối với một vài loại thuốc, quý vị chỉ có thể mua khi có giấy của bác sĩ, được gọi là “đơn thuốc” ('prescription') hoặc “toa thuốc” ('script'). Đơn thuốc cho hiệu thuốc biết quý vị cần thuốc gì và nên dùng thuốc như thế nào.

Để mua thuốc, quý vị cần mang đơn thuốc đến một hiệu thuốc. Hãy mang theo Thẻ Medicare hoặc Thẻ Chăm sóc Y tế của quý vị vì có hai thẻ này thường quý vị sẽ được giảm giá. Nếu quý vị là người tầm trú, có thể quý vị phải đến một hiệu thuốc cụ thể để mua thuốc.

Nếu cần dùng thuốc trong một thời gian lâu, bác sĩ có thể cho quý vị đơn thuốc “dùng lại” ('repeat'). Điều này có nghĩa là quý vị có thể dùng toa cũ để mua thuốc mà không cần gặp bác sĩ.

Thuốc kê đơn CHỈ dành cho người có tên trong đơn thuốc. Người khác dùng nó có thể nguy hiểm cho họ.

Dr. A Practitioner 99 Station Street Central NSW 2001 Phone: (99) 9999 9999 Prescriber no.: 123456	
Patient's Medicare no.: 3900724651-1	
Pharmaceutical benefits entitlement number	<input type="checkbox"/> Safety Net entitlement card holder (unless relevant box)
	<input type="checkbox"/> Concessional or dependent RPBS beneficiary or Safety Net (concession card holder)
Patient's name: Mast John Citizen	
Address: 1 Station Street Central NSW 2001	
Date 03/04/07 PBS <input type="checkbox"/> RPBS <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Brand substitution not permitted
Medicare Australia / DVA	NEMDYN EAR OINTMENT 10g APPLY TOPICALLY TO SORES IN NOSTRIL TDS
	Qty: 1 0 repeat
	1 Item
	Dr. A Practitioner MBBS
	<i>A Practitioner</i>
<small>Please turn over for privacy note</small>	
<small>I certify that I have received this medication and the information relating to any entitlement to free or concessional pharmaceutical benefits is not false or misleading.</small>	
<small>Date of supply</small>	<small>Patient's or agent's signature</small>
<small>Agent's address</small>	<small>4004 110000</small>

Một ví dụ của đơn thuốc ở Úc

Điều quan trọng là hãy tiếp tục dùng thuốc kê đơn cho đến khi nào bác sĩ hay dược sĩ bảo quý vị ngừng, mặc dù quý vị cảm thấy đã đỡ hơn.

Điều quan trọng là với mỗi bác sĩ và y tá quý vị gặp hãy cho họ biết các loại thuốc quý vị đang dùng. Quý vị cũng nên cho họ biết loại thuốc nào làm cho quý vị bệnh. Nếu quý vị không cho bác sĩ biết tất cả thông tin này, họ có thể cho quý vị thuốc mới mà có thể thuốc sẽ không phát huy tác dụng vì dùng với thuốc quý vị đang dùng.

Nếu có dùng các loại vitamin, thuốc bổ sung, thảo dược hay thuốc cổ truyền, hãy cho bác sĩ, y tá hay dược sĩ của quý vị biết. Đôi khi các sản phẩm này có thể làm cho thuốc bác sĩ kê cho quý vị không hiệu quả hoặc có hại cho sức khỏe của quý vị.

Tôi dùng thuốc thế nào cho đúng cách?

Tất cả thuốc đều có nhãn.

Nhãn thuốc hướng dẫn cách dùng thuốc một cách an toàn, bao gồm:

- > Liều lượng dùng
- > Khi nào dùng
- > Quý vị nên dùng thuốc mấy lần mỗi ngày
- > Quý vị nên dùng thuốc cho bao nhiêu ngày

Thuốc không kê đơn

Quý vị không cần có đơn thuốc để mua các thuốc này. Thuốc này được gọi là “Thuốc không kê đơn” (‘over the counter’). Quý vị có thể mua thuốc này tại các hiệu thuốc và các cửa hàng khác như các siêu thị.

Các ví dụ của thuốc không kê đơn:

- > Thuốc ho, thuốc cảm cúm
- > Thuốc giảm đau như aspirin, acetaminophen, và ibuprofen
- > Thuốc trị đau họng, nhức đầu, nhức tai, và đau nhức cơ thể
- > Thuốc trị đau họng, nhức đầu, nhức tai, và đau nhức cơ thể
- > Thuốc trị tiêu chảy và táo bón

The image displays the back of a NyQuil Cold & Flu dispenser box, showing detailed instructions and warnings. The text is organized into several sections:

- Do Not Use if pouch is broken or torn.**
- Failure to follow these warnings could result in serious consequences.**
- Drug Facts:** Lists active ingredients (Acetaminophen 325 mg, Dextromethorphan HBr 15 mg, Doxylamine succinate 6.25 mg) and their purposes (Pain reliever/fever reducer, Cough suppressant, Antihistamine).
- Uses:** Temporarily relieves common cold/flu symptoms like cough, sore throat, headache, and minor aches.
- Warnings:** Advises against liver damage, alcohol consumption, and other medications.
- Directions:** Provides dosing instructions for adults, children 12 and over, children 4 to 12, and children under 4.
- Other information:** Notes that the product should be stored at room temperature.
- Inactive ingredients:** Lists various inactive components like DSC Yellow No. 10, FD&C Blue No. 1, etc.
- Questions? 1-800-251-3374**
- PARENTS:** A section with a warning icon and the text "Do Not Use if pouch is broken or torn" and the website "www.DrugsInAction.com".
- Product repackaged and distributed with permission of the manufacturer by: JC World Bell Wholesale Company, Inc. Hackensack, NJ 07601**
- Barcode:** 9 10371 72402 6
- Front of the box:** Shows the Vicks NyQuil logo, "COLD & FLU", "Nighttime Relief", and lists symptoms: Aches, Fever & Sore Throat, Sneezing, Runny Nose, Cough.
- Bottom of the box:** "25 PACKETS OF 2 LiquiCaps®"

Một ví dụ của nhãn thuốc có lời hướng dẫn

Dùng thuốc theo hướng dẫn được ghi trên nhãn thuốc là điều rất quan trọng.

Dùng thuốc đúng theo thời gian được đề nghị.

Đừng dùng thuốc nhiều hay ít hơn mức được ghi trong nhãn hoặc như dược sĩ đã dặn.

Khi bị bệnh thuốc có thể giúp quý vị khỏe lại, nhưng nếu dùng không đúng cách, thuốc có thể gây hại cho quý vị.

Đừng cho người khác thuốc của mình và cũng đừng dùng thuốc của người khác.

Một loại thuốc hiệu quả cho một người khác có thể không hiệu quả cho căn bệnh của quý vị hoặc có thể làm cho bệnh của quý vị nặng hơn.

Thuốc kháng sinh là các loại thuốc rất mạnh. Quý vị chỉ nên dùng các loại thuốc này nếu bác sĩ bảo quý vị cần dùng. Thuốc có khả năng có các tác dụng phụ nghiêm trọng nếu dùng không đúng cách.

Một số thuốc có thể gây nên các tác dụng phụ. Các tác dụng phụ có thể nhẹ, như đau bụng, hoặc có thể nghiêm trọng hơn như làm tổn thương gan.

Nếu để ý thấy có điều gì đó bất ổn, hãy nói chuyện với bác sĩ hay dược sĩ của quý vị. Yêu cầu một thông dịch viên nếu quý vị cần. Thông dịch viên là miễn phí.



Một ví dụ của các loại thuốc kháng sinh

Thuốc gốc là thuốc gì?

Có lúc, quý vị có thể chọn giữa một loại thuốc “gốc” (‘generic’) và một loại thuốc có thương hiệu.

Hoạt tính của thuốc gốc và thuốc có thương hiệu đều như nhau. Thuốc gốc thường rẻ tiền hơn.

Nếu có một thuốc gốc cho loại thuốc quý vị cần, dược sĩ có thể hỏi quý vị có muốn lấy thuốc ‘gốc’ thay vì lấy thuốc có thương hiệu.

Nếu dược sĩ không hỏi điều này, quý vị có thể hỏi nếu họ có một thương hiệu gốc (thương hiệu rẻ tiền hơn) cho loại thuốc quý vị đang cần.



Thương hiệu



Gốc

Hãy đặt câu hỏi để đảm bảo quý vị hiểu rõ về thuốc của mình

Hỏi bác sĩ, y tá, hay dược sĩ các câu hỏi để đảm bảo quý vị hiểu cách thức dùng thuốc của mình.

Để dùng thuốc một cách an toàn, quý vị cần biết:

- > Thuốc đó là thuốc gì
- > Vì sao quý vị dùng thuốc này
- > Cách thức và khi nào dùng thuốc này
- > Có thuốc nào mà quý vị không nên dùng với thuốc này không

Nếu quên cách dùng thuốc của mình hoặc nếu quý vị không hiểu thông tin trên nhãn, quý vị có thể nhờ dược sĩ giúp đỡ.

Bảo quản thuốc thế nào là đúng cách?

Thuốc được bảo quản đúng cách dùng được lâu hơn và hiệu quả hơn.

- > Để thuốc của quý vị ở một nơi an toàn, tránh xa trẻ em và thú nuôi.
- > Để thuốc ở chỗ khô ráo, thoáng mát. Những chỗ ẩm ướt, ẩm như trong nhà bếp hay nhà tắm có thể làm hư thuốc của quý vị.

- > Giữ thuốc trong bao bì gốc của chúng, vì các lời hướng dẫn nằm trên nhãn.
- > Một số thuốc cần được để trong tủ lạnh. Thường nhãn sẽ ghi rõ điều này.
- > Hãy vứt bỏ thuốc đã hết hạn và thuốc quý vị không dùng nữa.

Thuốc có tác dụng như thế nào?

- > Một số thuốc có tác dụng nhanh, một số khác thì cần có thời gian. Ví dụ như một số thuốc giảm đau (analgesics) có thể mất vài phút mới thấy hết đau, nhưng thuốc viên kháng sinh có thể mất đến hơn 24 giờ thì quý vị mới thấy tình trạng viêm được thuyên giảm, thuốc chống trầm cảm thường có thể mất đến hai tuần thì trạng thái tinh thần của quý vị mới cải thiện.
- > Nếu quý vị lo lắng rằng thuốc của mình không có tác dụng hoặc tình trạng sức khỏe của quý vị trở nên tệ, quý vị cần đến gặp bác sĩ của mình ngay.
- > Một số thuốc có tác dụng nhất nếu dùng khi bụng rỗng hoặc nếu dùng khi bụng rỗng có thể gây xót ruột nên tốt nhất là dùng sau khi ăn.