

Thuốc nhỏ mắt tăng nhãn áp.

Những điều bạn nên biết về thuốc nhỏ mắt và cách sử dụng thuốc.

Thuốc nhỏ mắt và bệnh tăng nhãn áp

Thuốc nhỏ mắt, được sử dụng trong điều trị bệnh tăng nhãn áp hoạt động bằng cách giảm nhãn áp (IOP) trong mắt của bạn. Tăng nhãn áp là một yếu tố nguy cơ chính gây tổn thương dây thần kinh thị giác.

Thuốc nhỏ mắt là hình thức điều trị bệnh tăng nhãn áp phổ biến nhất. Vì bệnh tăng nhãn áp thường không có triệu chứng, mọi người có thể bị cám dỗ để ngừng dùng hoặc có thể quên uống thuốc / thuốc nhỏ mắt. Điều quan trọng là bạn phải tuân thủ kế hoạch điều trị và tái khám định kỳ, theo khuyến cáo của bác sĩ chăm sóc mắt. Điều này là do bệnh tăng nhãn áp là một tình trạng kéo dài suốt đời, thường sẽ tiến triển. Việc điều trị thích hợp có thể ngăn ngừa mất thị lực.

Thuốc nhỏ mắt hoạt động theo hai cách để giảm nhãn áp:

- Chúng làm giảm lượng thủy dịch tiết vào mắt, hoặc
- Giúp tăng lưu lượng thủy dịch chảy ra từ góc thoát nước.

Khoảng một nửa số bệnh nhân không dùng thuốc tăng nhãn áp theo quy định, làm tăng mức độ mất thị lực do bệnh tăng nhãn áp gây ra.



Tôi có thể làm gì để đảm bảo thuốc nhỏ mắt của tôi hoạt động hiệu quả?

- Điều quan trọng là bạn phải sử dụng thuốc nhỏ mắt mỗi ngày theo hướng dẫn của bác sĩ chăm sóc mắt.
- Cố gắng sử dụng thuốc nhỏ mắt của bạn vào cùng một thời điểm mỗi ngày. Đặt báo thức trên điện thoại thông minh hoặc đồng hồ của bạn để nhắc nhở bản thân sử dụng thuốc vào đúng thời điểm mỗi ngày.
- Đảm bảo rằng thuốc nhỏ mắt được nhỏ vào đúng mắt.
- Chỉ sử dụng một giọt mỗi lần.
- Giữ đầu chai thuốc sạch sẽ để tránh nguy cơ nhiễm trùng.
- Nếu bạn bỏ lỡ một liều thuốc nhỏ mắt của mình, hãy sử dụng nó ngay khi bạn nhớ ra.
- KHÔNG nhỏ thêm giọt để bù cho liều đã thiếu.
- Hãy đăng kí đơn thuốc nhỏ mắt mới trước khi thuốc cũ hết.
- Nếu bạn gặp khó khăn trong việc nhỏ thuốc vào mắt, hãy cân nhắc nhờ người khác nhỏ thuốc cho bạn. Hoặc liên hệ với Glaucoma Australia để tìm hỗ trợ.

Trước khi nhỏ thuốc nhỏ mắt

- Luôn kiểm tra nhãn trên hộp thuốc nhỏ mắt của bạn trước khi nhỏ thuốc. Đảm bảo rằng chúng chưa hết hạn.
- Đảm bảo nhỏ đúng thuốc và đúng giờ trong ngày.
- Nếu bạn đeo kính áp tròng - hãy tháo chúng ra trước ít nhất 15 phút. Sau đó, bạn có thể thay kính áp tròng sau 15 phút sau khi nhỏ thuốc.
- Giữ sẵn một vài khăn giấy sạch.
- Rửa tay. Cẩn thận tháo nắp hộp đựng thuốc nhỏ mắt, đảm bảo đầu hộp không chạm vào bất cứ thứ gì để giảm nguy cơ nhiễm bẩn và nhiễm trùng. Đặt nắp lên khăn giấy sạch.

Cách nhỏ thuốc nhỏ mắt

Bạn có thể chọn thực hiện các bước tiếp theo đứng lên, ngồi xuống hoặc nằm xuống.

1. Nghiêng đầu ra sau một chút. Nhẹ nhàng kéo mí dưới xuống để tạo thành túi.
2. Với tay kia, cầm ngược chai lên trên mắt – nhỏ vào túi được tạo bởi mí dưới. Bạn có thể đặt bàn tay đó lên trán để giữ cho bàn tay của bạn ổn định.
3. Nhẹ nhàng bóp bình thuốc. Cố gắng chỉ để một giọt nhỏ vào bên trong mí mắt dưới.
4. Nhẹ nhàng thả mí dưới và nhắm mắt lại.
5. Ấn đầu ngón tay vào góc trong của mắt nhắm, ấn nhẹ lên lỗ thoát nước và giữ ít nhất hai phút để ngăn thuốc nhỏ mắt chảy xuống mũi và họng.
6. Nhẹ nhàng lau sạch phần thuốc thừa có thể bị tràn ra mặt bằng khăn giấy sạch.
7. Lặp lại các bước từ 1 đến 6 nếu bạn cần nhỏ thuốc vào mắt đối diện.
8. Nếu bạn phải dùng một số loại thuốc nhỏ mắt khác nhau, hãy để ít nhất 5 phút giữa mỗi lần nhỏ thuốc khác nhau.

Phản ứng phụ

Thuốc nhỏ mắt tăng nhãn áp, giống như bất kỳ loại thuốc kê đơn nào khác có thể có tác dụng phụ. Bạn có thể có một số tác dụng phụ hoặc không có tác dụng phụ nào cả. Bạn nên nói chuyện với chuyên gia chăm sóc mắt của mình nếu bạn gặp một hoặc những điều sau đây:

- Mắt đỏ, ngứa, chảy nước mắt hoặc sưng
- Đồng tử giãn
- Nhức đầu hoặc đau trên lông mày
- Khô miệng
- Cảm thấy mệt mỏi, yếu hoặc chóng mặt
- Cảm thấy lo lắng hoặc chán nản
- Khó thở
- Khó nhận thấy các triệu chứng đường huyết thấp nếu bạn bị tiểu đường
- Nhịp tim chậm hơn hoặc nhanh hơn
- Nhạy cảm với ánh sáng
- Thay đổi khẩu vị thức ăn và đồ uống
- Phát ban da đặc biệt nếu dị ứng với thuốc Sulfa
- Thay đổi màu mắt vĩnh viễn
- Mắt có vẻ lún trong hốc mắt tạo nên mắt sâu

Triệu chứng bình thường có thể xảy ra bao gồm cảm giác châm chích hoặc bỏng rát nhẹ, mờ mắt hoặc chảy nước mắt ngay sau khi sử dụng thuốc nhỏ mắt. Nói chuyện với bác sĩ của bạn nếu các triệu chứng này kéo dài và gây khó chịu.



**Glaucoma
Australia**
Saving sight

Các biện pháp an toàn

- Không điều chỉnh tần suất và / hoặc số lượng thuốc nhỏ mắt bạn đã được kê đơn mà không hỏi ý kiến bác sĩ chăm sóc mắt của bạn.
- Không bao giờ cho phép người khác sử dụng thuốc nhỏ mắt của bạn và không sử dụng thuốc nhỏ mắt của người khác.
- Để thuốc nhỏ mắt ngoài tầm với của trẻ em.
- Không sử dụng thuốc quá hạn sử dụng.
- Đừng bao giờ bỏ lỡ lịch hẹn tái khám với chuyên gia chăm sóc mắt của bạn.
- Luôn liên hệ với bác sĩ đa khoa, bác sĩ khúc xạ nhãn khoa hoặc bác sĩ chuyên khoa nhãn khoa nếu bạn nghĩ rằng bạn đang gặp bất kỳ tác dụng phụ nào từ thuốc nhỏ mắt của mình.
- Luôn bảo quản thuốc nhỏ mắt của bạn ở nơi thoáng mát.

Đảm bảo nhiệt độ thuốc nhỏ mắt

Giữ thuốc nhỏ mắt của bạn ở nhiệt độ thích hợp khi đi du lịch có thể là một vấn đề.

Tin tốt là ví làm mát FRIO sẽ giữ cho thuốc nhỏ mắt của bạn dưới 26 độ C trong hơn 40 giờ mà không cần làm lạnh, chỉ cần kích hoạt bằng nước lạnh.

Ví nhẹ, nhỏ gọn, có thể tái sử dụng và có ba kích cỡ.

Đặt hàng trực tuyến glaucoma.org.au/shop hoặc gọi 1800 500 880

Hỗ trợ từ Glaucoma

Glaucoma Australia cung cấp chương trình giáo dục và hỗ trợ MIỄN PHÍ cho những người mắc bệnh tăng nhãn áp.

Nếu bạn hoặc người thân đã được chẩn đoán mắc bệnh tăng nhãn áp, chúng tôi khuyên bạn nên tham gia cộng đồng của chúng tôi để truy cập các nguồn tài liệu, hướng dẫn và hỗ trợ miễn phí.

Tham gia cộng đồng của chúng tôi trực tuyến

glaucoma.org.au/get-support

Gọi cho đường dây hỗ trợ miễn phí của chúng tôi

1800 500 880

Tìm chúng tôi trên Facebook

facebook.com/glaucoma.australia

Thông tin này nhằm giúp người đọc hiểu cách nhỏ mắt. Tuy mọi nỗ lực đã được thực hiện để đảm bảo tính chính xác của thông tin này, thông tin này không thể thay thế lời khuyên của các chuyên gia y tế.

Luôn tham khảo ý kiến chuyên gia y tế trước khi có bất kỳ quyết định nào liên quan đến mắt và các vấn đề sức khỏe khác của bạn.