

**NGĂN NGỪA TẾ NGÃ BẰNG CÁCH  
HỌC HỎI VỀ THUỐC MEN CỦA QUÝ VỊ**  
PREVENT FALLS BY LEARNING ABOUT YOUR MEDICINES

Những nhóm thuốc này có thể góp phần vào té ngã:

**Nhóm một - những thuốc này có thể gây ra buồn ngủ hoặc lẫn lộn**

1. Những thuốc chống lo âu và thuốc ngủ, được biết như thuốc an thần nhẹ, như Serepax, Murelax, Valium, Ducene, Normison, Temaze, Mogadon, Alodorm vv.
2. Một vài thuốc chống trầm cảm như Tryptanol, Sinequan, Prothiaden và Tofranil.
3. Những thuốc, được biết là thuốc an thần mạnh, như Lithicarb, Stelazine, Melleril, Largactil.
4. Thuốc chống dị ứng - một vài chống histamin, như Phenergan, Polaramine, Avomine.
5. Thuốc cảm và cúm chứa chất chống histamin như Demazin, Actifed, Sinutabs và Benadryl.
6. Những thuốc chống vọp bẻ ở bụng, như Buscopan và Donnatabs.
7. Những thuốc chống buồn nôn, tiêu chảy, ói mửa và say sóng như Maxolon, Stemetil, Lomotil, Motilium, Vàrumin, Kwells và Dramamine.
8. Thuốc giảm đau mạnh như Digesic, Doloxene, Panadeine Forte, Codral Forte, MS Contin, Endone.

**Nhóm hai - những thuốc này có thể gây ra choáng váng hoặc không vững**

1. Thuốc viên nước hoặc dung dịch để làm giảm huyết áp như Lasix, Moduretic, Dithiazide và Natrilix.
2. Thuốc giảm huyết áp như Adalat, Norvasc, Minipress, Plendil, Isoptin, Trvate, Coversyl, Atacva, Avapro, Tenormin, Renitec và Tritace.
3. Những thuốc tim, nhất là Lanoxin (Digoxin) và Dilatrend. Cũng kể Anginine, Isordil, Imdur, thuốc dán Transiderm-Nitro, Sotacor và Monodur.
4. Những thuốc trị tình trạng viêm như Viêm khớp, như Indocid, Naprosyn, Orudis, Surgam, Voltaren, Feldene và Brufen.



**Health Promotion Service for Older People**

C/-CPSA, Level 9, 28 Foveaux Street, Surry Hills, NSW 2010  
Phone: 02 9281 3588, Country callers: 1800 451 488, Fax: 02 9211 8700  
Email: health@cpsa.org.au Web: www.cpsa.org.au ABN: 11 244 559 772

Funded by: South Eastern Sydney Illawarra Area Health Service  
Auspice: Combined Pensioners & Superannuants Association of NSW Inc (CPSA)  
Updated: October 2007

**SOUTH EASTERN SYDNEY  
ILLAWARRA  
NSW HEALTH**

## Nhóm ba - quên một liều lượng thuốc này có thể khiến quý vị té ngã

1. Những thuốc trị bệnh Parkinson như Parlodel, Madopar và Sinemet.
2. Những thuốc trị kinh phong như Dilantin, Epilim và Tegretol.
3. Những thuốc trị Tiểu đường nếu dùng với chế độ ăn uống không đúng như Daonil, Diabex, Diaformin, Diamicron, Glucophage và Minidiab.

Những thuốc sau dùng dài hạn hoặc liều lượng cao có thể gây ra mỏng xương (loãng xương) do đó nếu quý vị té ngã, dễ bị gãy xương.

\* Những thuốc chữa viêm và dị ứng (cortisone) như Prednisone và Prednisolone

## Quan trọng

- Nếu quý vị dùng bất cứ thuốc nào ghi trên, nên bàn thảo với bác sĩ hoặc dược sĩ của mình về những tác dụng phụ có thể gây ra té ngã.
- Những tác dụng phụ này có thể thông thường hơn khi mới dùng một thuốc mới hoặc liều lượng thay đổi. Một số người dễ bị ảnh hưởng hơn những người khác.
- Rượu góp phần vào té ngã, nhất là khi dùng với những thuốc liệt kê ở đây.



Cảm tạ:

Hí họa từ sách “Đứng vững” (Staying on you feet) - Central Sydney Health Service 1991