

Prevention & Treatment Guide: Older Adults - Vietnamese

Quý vị có biết...



... một người cao niên trung bình uống 7 loại thuốc mỗi ngày không?

Tôi Có Nguy Cơ Bị Ngộ Độc không?

Người cao niên dễ có nguy cơ vì những vấn đề sau đây:

- Uống càng nhiều thuốc thì nguy cơ tác động đối chọi của thuốc hoặc thực phẩm càng gia tăng..
- Quý vị có thể đang uống những loại thuốc có những phản ứng phụ tương tự. Khi sử dụng chỉ một loại thuốc thì đa số thuốc không gây nguy hại; khi sử dụng nhiều loại thì quý vị có thể bị phản ứng độc tố.
- Thuốc mua không cần có toa bác sĩ, bao gồm thuốc bổ và thuốc dược thảo, có thể gây phản ứng phụ khi dùng chung với thuốc có toa hoặc với một số thực phẩm.

Hướng Dẫn An Toàn về Thuốc

Cho mỗi loại thuốc quý vị uống (bao gồm thuốc bổ và thuốc dược thảo) quý vị nên biết:

- Tên thuốc
- Lý do quý vị uống thuốc
- Lượng thuốc để uống
- Lần uống
- Uống với hoặc không cần với thức ăn hoặc nước
- Loại thức ăn, thuốc hoặc rượu cần tránh
- Phản ứng phụ có thể có
- Nên làm gì nếu phản ứng phụ xảy ra



Hỏi bác sĩ chăm sóc của quý vị về việc giữ một hồ sơ chỉ riêng cho thuốc.

Nên giữ nó ở một nơi mà người ta có thể tìm thấy trong trường hợp khẩn cấp.

Làm thế nào để tôi có thể phòng ngừa ngộ độc?

- Giữ thuốc trong các chai lọ nguyên thủy có dán nhãn.
- Lắng nghe khi bác sĩ của quý vị giải thích về cách một thuốc mới có thể ảnh hưởng đến các thuốc khác mà quý vị đang uống. Yêu cầu bác sĩ ghi lại giải thích này để về sau xem lại.

- Cố gắng luôn luôn mua thuốc ở cùng một tiệm thuốc.
- Đọc lại nhãn thuốc **trước mỗi lần quý vị uống bất cứ thuốc nào. Nên nhớ đọc nơi có đủ ánh sáng và mang kính, nếu quý vị cần.**
- Sai lầm có thể xảy ra. **Nếu quý vị nghĩ rằng mình đã uống gấp đôi lượng thuốc hoặc uống nhầm thuốc, Trung Tâm Phòng Chống Nhiễm Độc có thể giúp đỡ quý vị.**
- Giữ số điện thoại của Trung Tâm Phòng Chống Nhiễm Độc gần máy điện thoại của quý vị: **1-800-222-1222.**
- Đừng chờ cho đến khi **quý vị hoặc một người khác trông có vẻ bệnh hoặc cảm thấy bệnh .. Hãy gọi cho Trung Tâm Phòng Chống Nhiễm Độc ngay lập tức nếu quý vị có điều quan tâm.**
- Giữ thuốc ra xa tầm tay với của trẻ em. **Nếu có trẻ nhỏ đến viếng nhà của quý vị hoặc quý vị đến viếng nhà của chúng, hãy giữ ví và giỏ xách ra xa tầm tay với. Nên nhớ: những hộp đựng thuốc làm cho trẻ nhỏ khó mở không có nghĩa là trẻ không mở được.**
- Đọc và làm theo các nhãn của các sản phẩm làm vườn và gia dụng **trước khi sử dụng.**
- **Những nhãn dán của Mr. Yuk không chỉ dành cho trẻ nhỏ.** Dán các nhãn này lên các sản phẩm có chất độc và không an toàn để có sẵn số điện thoại của Trung Tâm Phòng Chống Nhiễm Độc, và cũng để nhắc nhở nên cẩn thận.



1 - 8 0 0 - 2 2 2 - 1 2 2 2

- Có thể mất vài giây lát để có một thông dịch viên trả lời điện thoại.
- Hãy gọi Trung Tâm Phòng Chống Nhiễm Độc của Washington để nhận được thông tin chuyên môn về phòng chống nhiễm độc được miễn phí và tư mật 24 giờ một ngày, 7 ngày một tuần. **1-800-222-1222**
- Có Đường Dây Ngôn Ngữ dành cho những người không nói được tiếng Anh
- Khiếm Thính TDD: 1-800-572-0638
- Trung Tâm Phòng Chống Nhiễm Độc của Washington là một tổ chức bất vụ lợi 510(c)(3), EIN 94-321459.



1-800-222-1222

Thông tin về sơ cứu này không thay thế cho lời khuyên của chuyên viên. Phải luôn luôn gọi cho Trung Tâm Phòng Chống Nhiễm Độc ngay lập tức.

Thuò Vaät

Bị Hít Chất Độc



Hít thở không khí trong lành bên ngoài ngay lập tức và tránh hơi độc.
Mở rộng các cửa ra vào và cửa sổ.

Bị Hít Chất Độc

Hít thở không khí trong lành bên ngoài ngay lập tức và tránh hơi độc.
Mở rộng các cửa ra vào và cửa sổ.

Chất Độc Dính Trên Da



Cởi bỏ quần áo bị dính chất độc.
Xả rửa da bằng nước chảy từ vòi.
Rửa sạch bằng xà bông và nước.

Chất Độc Dính Trên Da

Xả rửa da và lông bằng nước chảy từ vòi. Rửa sạch bằng xà bông và nước.

Chất Độc vào Mắt



Cho nước ấm chảy từ vòi lên mắt trong 10 phút.
Đừng cố vạch mí mắt lên.

Chất Độc vào Mắt

Cho nước ấm chảy từ vòi lên mắt trong 10 phút.
Đừng cố vạch mí mắt lên.

Bị Nuốt Chất Độc



Đừng ép người ấy nôn mửa, ăn hoặc uống trừ phi một chuyên viên phòng chống nhiễm độc bảo làm thế.

Bị Nuốt Chất Độc

Đừng ép con vật nôn mửa, ăn hoặc uống trừ phi một chuyên viên phòng chống nhiễm độc bảo làm như thế.

Chuẩn Bị Sẵn Sàng



Giữ trong nhà Thuốc Nước Ipecac (một loại thuốc gây nôn mửa).
Luôn luôn gọi cho Trung Tâm Phòng Chống Nhiễm Độc trước khi dùng.

Chuẩn Bị Sẵn Sàng

Giữ trong nhà một chai nước oxy già còn mới (sẽ giúp làm cho con vật nôn mửa).
Luôn luôn gọi cho Trung Tâm Phòng Chống Nhiễm Độc trước khi dùng.

1 - 8 0 0 - 2 2 2 - 1 2 2 2

- Có thể mất vài giây lát để có một thông dịch viên trả lời điện thoại.
 - Hãy gọi Trung Tâm Phòng Chống Nhiễm Độc của Washington để nhận được thông tin chuyên môn về phòng chống nhiễm độc được miễn phí và tư mật 24 giờ một ngày, 7 ngày một tuần. **1-800-222-1222**
 - Có Đường Dây Ngôn Ngữ dành cho những người không nói được tiếng Anh
 - Khiếm Thính TDD: 1-800-572-0638
- Trung Tâm Phòng Chống Nhiễm Độc của Washington là một tổ chức bất vụ lợi 510(c)(3), EIN 94-321459.