

Drugs for Hypnotic

Mga Gamot para sa Hypnotiko

Ano ang mga Hypnotiko?

Ang hypnotiko ay isang uri ng gamot na dinisenyo upang tumulong sa pagtulog. Kadalasan silang ginagamit upang gamutin ang iba't ibang uri ng mga karamdaman sa pagtulog, karamihan ay insomnia. Ang mga gamot na ito ay gumagana sa pamamagitan ng pagtaas ng mga pagkakataon na mag-simula ng pagtulog, mapanatili ang pagtulog, o mapabuti ang kalidad ng pagtulog. Ang eksaktong mekanismo ng pagkilos ay nag-iiba-iba depende sa uri ng gamot na pampatulog.

Mayroong tatlong karaniwang uri ng mga hypnotiko:

1. **Antihistamines:** Ang Antihistamine ay karaniwang kilala bilang mga gamot laban sa allergy, at inirerekomenda para sa pagpapagaan ng mga sintomas ng allergy, tulad ng pag-ubo at pangangati ng balat. Ang antihistamine ay maaaring magdulot ng sedatibong epekto sa pamamagitan ng pagharang sa isang kemikal sa utak na tinatawag na histamine na nag-uudyok ng pagkaalerto..
2. **Z-Drugs:** Ang Z-drugs ay isang mas bagong klase ng mga hypnotiko. Maaari silang makatulong sa iyo na makatulog nang mas mabilis at pigilan kang magising sa gitna ng gabi. Karaniwang ginagamit ang Z-drugs para sa panandaliang paggamot ng insomnia.
3. **Benzodiazepines:** Ang Benzodiazepine ay gumagana sa pamamagitan ng pagpapalakas ng epekto ng GABA, pinapabagal ang aktibidad ng utak at nagdudulot ng nakakakalma na epekto. Ginagamit ang mga ito para sa iba't ibang kundisyon, kabilang ang pagkabalisa at mga karamdaman sa pagtulog. Gayunpaman, kadalasang hindi inirerekomenda ang mga ito para sa pangmatagalang paggamit dahil sa panganib ng pagkadeponde.

Ano-ano ang mga epekto?

Ang mga epekto ng mga pampatulog ay maaaring mag-iba depende sa uri ng mga pampatulog.:

Hypnotiko	Karaniwang epekto	Pahayag
Antihistamine Chlorpheniramine, hydroxyzine, promethazine	Tuyo ang bibig, konstipasyon, malabong paningin, pagkahilo, sakit ng ulo	Karaniwang umaabot ng 20 minuto hanggang 1 oras ang epekto ng antihistamines.
Z-Drugs Zopiclone, zolpidem	Pagsuka, dyspepsia, pagkahilo, sakit ng ulo, tuyong bibig, pagkabagot sa susunod na araw, metalikong lasa sa bibig	Karaniwan, ang Z-drugs ay tumatagal ng humigit-kumulang isang oras upang umepekto. Ang ilang tao ay maaaring makaranas ng paglalakad habang natutulog at mas malamang na mangyari ito kung inumuin mo ang z-drugs kasama ng alkohol o iba pang gamot para sa mga problema sa kalusugang pangkaisipan..
Benzodiazepines Alprazolam, bromazepam, clonazepam, diazepam, lorazepam	Malapit na pagkahilo, kalituhan, kawalang- pagkatatag, pagkahilo, pagkabulol, panghihina ng kalamnan	Ang mga benzodiazepines ay may potensyal na magdulot ng adiksiyon. Upang mabawasan ang posibilidad ng adiksiyon, ipinapayo na kunin ang pinakamaliit na epektibong dosis at limitahan ang tagal ng paggamit sa isang maikling panahon.. Ang posibilidad ng adiksiyon ay tumataas kung kinakailangan mo ng mas malaking dosis sa loob ng mahabang panahon, o kung mayroon kang kasaysayan ng mga isyu sa alkohol o droga..

Maari ko bang itigil ang pag-inom ng Hypnotiko?

Ang pagtigil sa mga hypnotics ay dapat palaging isagawa sa ilalim ng patnubay ng isang tagapangalaga ng kalusugan. Ang biglaang paghinto ay maaaring magdulot ng mga sintomas ng withdrawal. Mas malamang na hindi mo maranasan ang mga sintomas na ito kung ikaw ay umiinom ng mga hypnotiko sa loob ng mas mababa sa isang buwan.

Gaano Katagal Ko Kailangan Uminom ng Aking Mga Hypnotiko?

Ang tagal ng pag-gamot gamit ang hypnotiko ay nag-iiba batay sa indibidwal na pasyente at sa tiyak na karamdaman sa pagtulog. Sa maraming kaso, ang mga gamot na ito ay ginagamit para sa panandaliang paggamot (ilang linggo). Ang pangmatagalang paggamit ay karaniwang iniwasan dahil sa panganib ng pagdepende, lalo na sa mga benzodiazepine. Ang iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan ang tutukoy sa angkop na tagal ng paggamot.

DAPAT GAWIN

1. Mahigpit na sundin ang mga tagubilin ng doktor
2. Bigyang-pansin ang pangalan ng gamot, dosis at dalas ng pag-gamit, atbp. bago uminom ng iyong gamot
3. Basahin nang maigi ang label ng reseta
4. Bigyang-pansin ang dosis, indikasyon, kontraindikasyon at mga epekto
5. Unawain ang pamamaraan ng pag-gamit
6. Itago nang maayos ang iyong gamot
7. Kumpletuhin ang itinakdang kurso maliban kung may ibang tagubilin
8. Kung mayroon kang anumang mga tanong, makipag-usap sa iyong pamilya at tanungin ang iyong mga propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan

<u>HINDI DAPAT GAWIN</u>
1. Huwag baguhin ang dosis ng iyong gamot sa iyong sarili
2. Itigil ang pag-inom ng iyong gamot maliban kung may payo ng iyong doktor
3. Uminom ng alak habang umiinom ng iyong gamot
4. Ilipat ang iyong gamot sa ibang bot
5. Huwag uminom ng ibang gamot maliban kung ito ay inireseta ng iyong doktor
6. Magsinungaling ka sa iyong mga doktor tungkol sa iyong pagsunod

Ang dokumentong ito ay isang pagsasalin ng orihinal sa Ingles. Sakaling magkaron ng pagsasalungat, ang Ingles na bersyon ang mananaig.