

Anxiolytic Drugs

Anxiolytic na mga Gamot

Ano ang mga Gamot para sa Pagkabalisa?

Ang mga gamot laban sa pagkabalisa, na kilala rin bilang anxiolytics, ay ginagamit upang gamutin ang mga sintomas ng pagkabahala. Ang pagkabahala ay isang kondisyon sa kalusugan ng isip na nailalarawan sa mga damdamin ng pag-alala, takot, at hindi pagkaka-aliw. Ang mga gamot laban sa pagkabalisa ay tumutulong sa pamamahala ng mga sintomas na ito at maaaring gamitin kasama ng iba pang mga paggamot tulad ng psychotherapy.

Mayroong ilang mga uri ng mga gamot para sa pagkabalisa, bawat isa ay gumagana sa iba't ibang paraan upang pamahalaan ang mga sintomas ng pagkabalisa:

- **Antidepressants:** Ang Selective Serotonin Reuptake Inhibitors (SSRIs) at ang Serotonin and Norepinephrine Reuptake Inhibitors (SNRIs) ang mga pinaka-karaniwang gamot na ginagamit upang panatalihing gamutin ang pagkabalisa. Gumagana sila sa pamamagitan ng pag-apekto sa mga neurotransmitter sa utak, na mga kemikal na mensahero na nakakaapekto sa ating mga mood..
- **Benzodiazepines:** Kilalang-kilala bilang mga maliit na tranquilizer. Ang mga ito ay mabilis na kumikilos sa katawan upang bawasan ang mga sintomas ng pagkabalisa. Sa pangkalahatan, ligtas ang mga ito kapag kinuha ayon sa inireseta.
- **Buspirone:** Ang Buspirone ay ginagamit para sa panandaliang o pangmatagalang paggamot ng mga sintomas ng pagkabalisa. Ito ay gumagana nang mas mabagal kaysa sa benzodiazepines at maaaring hindi gamutin ang lahat ng uri ng pagkabalisa na sakit, ngunit kadalasang mayroon itong mas kaunting mga epekto at mas mababang panganib ng pagka-depends sa gamot.
- **Gabapentin at Pregabalin:** Ang mga gamot na ito ay magagamit upang gamutin ang epilepsy, sakit sa nerbiyos, pati na rin ang pagkabalisa. Ito ay gumagana sa pamamagitan ng pagpigil sa iyong utak na maglabas ng mga kemikal na nagiging sanhi ng pakiramdam mo na nababahala.
- **Beta-Blockers:** Ang mga beta-blockers ay karaniwang ginagamit para sa panandaliang lunas ng mga talamak na sintomas, tulad ng palpitasyon at panginginig ng kamay. Gumagana ang mga ito sa pamamagitan ng pagharang sa mga epekto ng adrenaline, na nagpapababa ng pisikal na sintomas ng pagkabalisa tulad ng mabilis na tibok ng puso o panginginig.

Ano-ano ang karaniwang epekto

Klasipikasyon	Karaniwang epekto	Pahayag
Antidepressants (SSRIs & SNRIs)	➤ Pagdudwal at pagsusuka ➤ Hindi pagkatunaw ng pagkain at pananakit ng tiyan ➤ Sakit sa tiyan o pagtatae ➤ Hirap na pagtulog o pagkahilo ➤ Mababang pagnanasa na makipagtalik o walang gana sa sekso	Tumaas na panganib ng pananakit sa sarili at mga ideya ng pagpapakamatay sa mga bata at kabataan.
Benzodiazepines	➤ Sakit sa ulo ➤ Pagkahilo ➤ Kalituhan ➤ Kawalang-tatag ➤ Pagkahilo ➤ Nabubulol na pananalita ➤ Kahinaan ng kalamnan ➤ Sakit sa tiyan	Ang mga benzodiazepine ay madalas na hindi ginagamit ng tama, na nagiging sanhi ng pagdepende sa gamot. Karaniwan silang ligtas kapag kinuha ayon sa reseta.
Buspirone	➤ Pagkahilo ➤ Sakit sa ulo ➤ Pagsusuka ➤ Nakakramdam ng nerbiyos o kasabikan ➤ Sakit sa pagtulog ➤ Malabong paningin	Iwasan ang dalandan o katas ng dalandan habang umiinom ng buspirone dahil maaari itong magdulot ng pag-ipon ng buspirone sa katawan at magpataas ng mga epekto.
Gabapentin at Pregabalin	Pagsusuka, pagkahilo, pananakit ng ulo, pagduduwal, pagtatae, pagbabago sa nararamdaman, malabong paningin, tuyong bibig, walang gana sa sekso, pagtaas ng timbang, pamamaga ng kamay at paa.	/
Beta-Blockers	Panankit ng ulo, pagkahilo, pagkapagod, mababang tibok ng puso, malamig na daliri at daliri ng paa, pagduduwal, pagsusuka, pagtatae, sakit sa tiyan, bangungot	/

Maaari ko bang itigil ang pag-inom ng aking mga gamot sa pagkabalisa?

Mahalagang maunawaan na ang iyong mga gamot sa pagkabalisa ay naitalaga upang makatulong sa pamamahala ng iyong mga sintomas at mapabuti ang iyong kalidad ng buhay. Ang biglaang pagtigil sa mga gamot na ito ay maaaring magdulot ng mga sintomas ng withdrawal tulad ng pagkabalisa, pagka-irita, pagkabahala, depresyon, mga abala sa pagtulog, at sa mga malubhang kaso, mga pisikal na sintomas tulad ng pangiginig at pag-krak. Samakatuwid, napakahalaga na laging sundin ang mga tagubilin ng iyong doktor tungkol sa iyong gamot. Kung mayroon kang mga alalahanin tungkol sa iyong gamot, huwag mag-atubiling talakayin ito sa iyong doktor.

Gaano katagal ko kailangang inumin ang aking mga gamot sa pagkabalisa?

Ang tagal kung saan kailangan mong inumin ang iyong mga gamot para sa pagkabalisa ay maaaring mag-iba depende sa iyong natatanging sitwasyon. Ang mga salik tulad ng tindi ng iyong mga sintomas, ang iyong pangkalahatang kalusugan, at kung paano ka tumutugon sa gamot ay maaaring makaapekto sa haba ng iyong paggamot. Ang ilang tao ay maaaring kailanganin ang gamot sa loob ng ilang buwan, habang ang iba naman ay maaaring kailanganin ito sa loob ng ilang taon. Mahalaga ang regular na pagbisita sa iyong doktor upang suriin ang iyong progreso at ayusin ang iyong plano sa paggamot kung kinakailangan.

Ano ang dapat gawin ng tagapag-alaga kung ayaw inumin ng pasyente ang kanilang gamot laban sa pagkabalisa?

Kung ayaw inumin ng pasyente ang kanyang gamot, mahalaga para sa mga tagapag-alaga na lapitan ang sitwasyon nang may pasensya at pag-unawa. Mahalaga ang bukas na komunikasyon. Talakayin ang kahalagahan ng gamot, ang mga benepisyo nito, at ang mga potensyal na panganib ng hindi pag-inom nito. Kung patuloy na tumatanggi ang pasyente, maaaring kapaki-pakinabang na isali ang doktor o isang propesyonal sa mental na kalusugan sa pag-uusap. Maaari silang magbigay ng karagdagang impormasyon at katiyakan, o magsuggest ng mga alternatibong paggamot kung kinakailangan. Tandaan, mahalagang igalang ang awtonomiya at damdamin ng pasyente habang sinisiguro rin ang kanilang kalusugan at kaligtasan.

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 bote
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.