

## **Antidepressant Drugs**

### **Mga Gamot na Antidepressant**

#### **Ano ang antidepressants?**

Ang mga antidepressant ay mga gamot na dinisenyo upang mawala ang mga sintomas ng depresyon at iba pang kaugnay na kondisyon. Ang mga ito ay gumagana sa pamamagitan ng pag-aayos ng mga antas ng mga tiyak na kemikal sa iyong utak na kilala bilang neurotransmitters, na maaaring makaapekto sa iyong estado ng isip at emosyon. Ang mga kemikal na naka-target ay mag-iiba depende sa uri ng antidepressant.

Ang mga antidepressant ay nahahati sa iba't ibang uri, kabilang ang:

- Selective Serotonin Reuptake Inhibitors (SSRIs)
- Serotonin and Norepinephrine Reuptake Inhibitors (SNRIs)
- Atypical Antidepressants
- Tricyclic & Tetracyclic Antidepressants (TCAs & TeCAs)
- Serotonin Modulators
- Monoamine Oxidase Inhibitors (MAOIs)
- Lithium

Bawat isa sa mga ganitong uri ay gumagana sa bahagyang magkakaibang paraan upang maibsan ang mga sintomas ng depresyon. Habang ang pangunahing gamit ng mga antidepressant ay upang gamutin ang depresyon, maaari rin silang maging epektibo sa paggamot ng iba't ibang iba pang kondisyon. Kabilang dito ang mga karamdaman sa pagkabahala, obsessive-compulsive disorder (OCD), at ilang uri ng malalang sakit.

#### ***Ano-ano ang karaniwang epekto ng antidepressants?***

Ang mga karaniwang epekto ay maaaring mag-iba batay sa uri ng antidepressant. Kung makakaranas ka ng anumang hindi kanais-nais na epekto, dapat kang kumunsulta sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan. Maaaring imungkahi nila na ayusin ang iyong dosis o subukan ang ibang gamot.

| Klasipikasyon                                                                                                                                                                    | Karaniwang epekto                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Selective Serotonin Reuptake inhibitors (SSRIs)</b><br><br>Citalopram, Escitalopram, Fluoxetine, Fluvoxamine, Paroxetine, Sertraline                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Nakakaramdam ng pagkabahala, pangiginig o pagkabalisa (karaniwang nawawala ito pagkatapos ng ilang araw mula sa pagsisimula ng antidepressant)</li> <li>➤ Pagduduwal at pagsusuka</li> <li>➤ Hindi natutunawan at sakit ng tiyan</li> <li>➤ Sakit sa tiyan o pagtatae</li> <li>➤ Kawalan ng gana sa pagkain</li> <li>➤ Hirap sa pagtulog o pagkahilo</li> <li>➤ Mababang pagnanasa sa pakikipagtalik at walang gana sa sekso</li> </ul> |
| <b>Serotonin and Norepinephrine reuptake inhibitors (SNRIs)</b><br><br>Desvenlafaxine, Duloxetine, Venlafaxine, Milnacipran                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Atypical Antidepressants</b><br><br>Agomelatine, Mirtazapine, Bupropion                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Agomelatine: Sakit sa ulo, pagduduwal, pagtatae, sakit sa tiyan, pagkahilo, pagkabalisa, hindi normal na resulta sa pagsusuri sa atay</li> <li>➤ Mirtazapine: Pagtaas ng timbang, gana sa pagkain, pagkahilo, sakit ng ulo, tuyong bibig, pagduduwal, pagsusuka</li> <li>➤ Bupropion: sakit sa ulo, pagduduwal, hirap sa pagtulog, pagkahilo, konstipasyon, pananakit ng tiyan, pangiginig</li> </ul>                                   |
| <b>Tricyclic &amp; Tetracyclic Antidepressants (TCAs &amp; TeCAs)</b><br><br>Amitriptyline, Clomipramine, Dothiepin, Doxepin, Imipramine, Mianserin, Nortriptyline, Trimipramine | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Tuyong bibig</li> <li>➤ Malabong paningin</li> <li>➤ Konstipasyon</li> <li>➤ Problema sa pag-ihi</li> <li>➤ Pagkahilo</li> <li>➤ Pagtaas ng timbang</li> <li>➤ Sobrang pawis</li> <li>➤ Problema sa ritmo ng puso</li> </ul>                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Serotonin Modulators</b><br><br>Trazodone, Vortioxetine                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Trazodone: Pagkahilo, sakit sa ulo, pagduduwal, konsipasyon, tuyong bibig</li> <li>➤ Vortioxetine: Pagkahilo, pagduduwal, pagtatae, konstipasyon, hangin sa tiyan, tuyong bibig. Di normal na panaginip, pangangati</li> </ul>                                                                                                                                                                                                          |

|                                                                                                       |                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Monoamine Oxidase Inhibitors (MAOIs)</b><br><br>Selegiline, Isocarboxazid, Moclobemide, Phenelzine | ➤ Pagkahilo<br>➤ Sakit sa ulo<br>➤ Pagkahilo o hrap sa pagtulog<br>➤ Pagtaas ng timbang<br>➤ Mababang pagnanasa sa pakikipagtalik at walang gana sa sekso |
| <b>Lithium</b>                                                                                        | ➤ Mapait na panlasa<br>➤ Tuyong bibig<br>➤ Panginginig<br>➤ Polyuria<br>➤ Pagtaas ng timabng                                                              |

***Ano ang dapat kong malaman kapag umiinom ng mga antidepressant?***

- **Mga saloobin at asal na nag-iisip magpakamatay:** Maaaring dagdagan ang panganib ng mga saloobin at asal na nag-iisip magpakamatay ng mga antidepressant, lalo na sa mga pasyenteng pediatric at kabataang adulto.
- **Paging epektibo:** Ang mga antidepressant ay maaaring tumagal ng ilang linggo bago magsimulang gumana, at maaaring umabot ng 4-8 linggo bago magsimulang humina ang iyong mga sintomas.
- **Alcohol:** Subukan mong iwasan ang alak. Ang pag-inom ng alak habang umiinom ng mga antidepressant ay maaaring magpataas ng kanilang mga side effect..

***Gaano katagal akong kailangang uminom ng mga antidepressant?***

Ang haba ng panahon na kakailanganin mong uminom ng antidepressant ay maaaring mag-iba. Ang ilang tao ay maaaring kailanganing uminom ng gamot sa maikling panahon, habang ang iba naman ay maaaring mangailangan ng pangmatagalang paggamot. Makikipagtulungan ang iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan sa iyo upang matukoy ang pinakamainam na paraan ng paggamot.

***Maaari ko bang itigil ang pag-inom ng aking antidepressants at paano ko ito gagawin?***

Kung iniisip mong itigil ang iyong gamot, mahalagang makipag-usap muna sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan. Ang biglaang pagtigil ay maaaring magdulot ng mga sintomas na katulad ng withdrawal, at maaaring bumalik ang iyong depresyon. Mas ligtas na bawasan ang iyong dosis ng paunti-unti sa ilalim ng gabay ng iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan.

***Ano ang dapat gawin ng tagapag-alaga kung ayaw inumin ng pasyente ang kanilang antidepressants?***

Kung ayaw inumin ng pasyente ang kanyang gamot, mahalaga para sa mga tagapag-alaga na lapitan ang sitwasyon nang may pasensya at pag-unawa. Ang bukas na komunikasyon ay susi. 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 maging kapaki-pakinabang na isali ang doktor o isang propesyonal sa mental health sa pag-uusap. Maaari silang magbigay ng karagdagang impormasyon at katiyakan, o magmungkahi ng mga alternatibong paggamot kung kinakailangan. Mahalaga na igalang ang awtonomiya at damdamin ng pasyente habang siguraduhin din 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

|                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------|
| <b><u>HINDI DAPAT GAWIN</u></b>                                              |
| 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.