MGA DE-RESETANG GAMOT PARA SA KARAMDAMAN SA ISIP

Ang polyetong ito ay dapat gamitin bilang kalakarang patnubay lamang na magbibigay-alam sa iyo tungkol sa gamot o mga gamot na iyong tinatanggap. Kasama sa impormasyong ito ang mga sumusunod:

- Para saan ginagamit ang mga gamot na ito
- Paano umiiral ang gamot
- Mga posibleng side effect ng gamot
- Mga pag-iingat na hindi mo dapat kalimutan

Maaari kang dumanas ng lahat, ilan o walang side effect ng gamot na nakalista sapagka't nagkakaiba-iba ang reaksiyon ng iba't-ibang tao sa bawat gamot. Kung may mga karagdagang kang tanong pagkatapos mong basahin ang materyales, tanungin ang iyong doktor o parmasiyutiko.

BAKIT DAPAT GAMITIN ANG IYONG MGA GAMOT?

Ang mga de-resetang gamot ay makatutulong sa iyo sa mga sumusunod:

- bawasan ang mga sintomas
- pigilin ang pagbalik ng karamdaman
- pabutihin ang iyong katangian ng buhay

Maingat mo dapat subaybayan ang reaksiyon ng gamot sa iyong sarili upang gawing pinakamalaki ang mga benepisyo ng mga gamot at matuklasan ang mga side effect ng gamot.
HUWAG GUMAMIT ng alak at mga ipinagbabawal na drogas habang iniinom ang mga gamot.

PAANO MO DAPAT INUMIN ANG IYONG GAMOT?

- Upang makamtam ang pinakamalaking benepisyo, gamitin ang gamot ayon sa utos.
    - Kung iniinom nang 1 beses bawat araw, inumin sa umaga o gabi.
    - Kung 2 beses bawat araw, inumin sa umaga at sa huling tanghali/maagang gabi.
    - O ayon sa panuto ng iyong doktor.
- Inumin ang iyong gamot nang magkasabay araw-araw.
- HUWAG baguhin ang iyong dosis o inumin ito nang mas madalas kaysa sa utos.
- Ang gamot ay maaaring inumin nang kasama o hindi kasama ang pagkain, kung hindi mo alam, tanungin ang iyong doktor o parmasiyutiko.
- **HUWAG humintong inumin ang gamot (mga gamot) o bawasan ang dosis nang hindi muna sinasangguni ang iyong doktor. Ang paghinto sa gamot (mga gamot) ay maaaring makasama sa karamdaman.**

ANO BA ANG MANGYAYARI KUNG MAKALIGTAAN MO ANG ISANG DOSIS?

Kung makaligtaan mo ang isang dosis, inumin ito sa sandaling matandaan. Kung ito'y malapit sa panahon ng iyong susunod na dosis, laktawan ang nakalimutang dosis at umpisahin muli ang iyong karaniwang talatakdaan ng dosis. HUWAG doblehin ang dosis.

SABIHIN SA IYONG DOKTOR KUNG IKAW AY:

1. Nagkaroon ng reaksiyon ng alerdyi sa drogas o pagkain.
2. Uminom ng anumang ibang gamot (kasama ang mga damo na ginagamit na gamot at mga ipinagbabawal na drogas).
3. Nagdadalang-tao o nagpapasuso.
4. May diyabetis, sakit sa bato, atay o puso.
5. Nasa isang espesyal na diyeta o umiinom ng mga suplemento sa pagkain.
6. Umiinom ng alak o naninigarilyo.
7. Humintong uminom ng mga inutos na gamot.
8. Dumaranas ng iba pang bisa ng gamot.

TANDAAN

1. Alamin ang iyong mga gamot.
2. Sundin ang mga panuto at basahin ang etiketa nang maingat.
3. Itago ang mga gamot sa isang malamig at tuyong lugar.
4. Ilayo ang mga gamot sa abot ng mga bata.
5. Magtanong tungkol sa mga espesyal na pag-iingat.
6. Alamin ang mga posibleng iba pang bisa ng gamot.
7. Balitaan ang iyong doktor.

SANTA CLARA VALLEY HEALTH & HOSPITAL SYSTEM

MGA GAMOT PARA SA KALUSUGAN NG ISIP

Isang patnubay para sa mga pamilya, mga kaibigan, lupon at mga tahanan ng pangangalaga, mga tagapangalaga ng kalusugan at mga pasyente

Ang polyetong ito ay nagbibigay ng impormasyon tungkol sa mga gamot sa mga sumusunod na kategorya:

- Mga gamot laban sa pananamlay (antidepressants)
- Antipsychotic
- Mga gamot laban sa pagkabalisa (anti-anxiety) & mga nagpapaantok (sleeping agents)
- Tagapayapa ng kalagayan ng loob (mood stabilizers)
- Mga gamot para gamutin ang mga extrapyramidal na side effect
- Mga gamot pangpasigla (stimulants)

**Ang mga gamot na ito ay ginagamit lamang kapag inutos ng iyong doktor. **

Kung may karagdagan kang katanungan pagkatapos mong basahin ang materyales, sumangguni o tanungin ang iyong doktor o parmasiyutiko.

KUNG MAYROON KANG ANUMANG TANONG O MGA PROBLEMA, TANUNGIN ANG IYONG

- **Doktor**
- **Terapista**
- **Parmasya**

Kagawaran ng Parmasya sa Kalusugan ng Isip
Salin 11/06

MGA GAMOT LABAN SA PANANAMLAY

Pangalang Panlahat	Pangalan ng Produkto
Mga TRICYCLIC	
Amitriptyline	Elavil, Endep
Amoxapine	Asendin
Clomipramine*	Anafranil
Desipramine	Norpramin
Doxepin	Sinequan, Adapin
Imipramine	Tofranil
Maprotiline	Ludiomil
Nortriptyline	Pamelor, Aventyl
Protriptyline	Vivactil
Mga SSRI	
Citalopram	Celexa
Escitalopram	Lexapro
Fluoxetine	Prozac
Fluvoxamine*	Luvox
Paroxetine	Paxil
Sertraline	Zoloft
Mga MAO INHIBITOR	
Phenelzine sulfate	Nardil
Selegiline (patch)	Emsam
Tranylcypromine	Parnate
IBA	
Buproprion	Wellbutrin
Duloxetine	Cymbalta
Mirtazapine	Remeron
Nefazodone	Serzone
Trazodone	Desyrel
Venlafaxine	Effexor

*ginagamit unang-una para sa obsessive compulsive disorder (OCD)

PARA SAAN BA SILA GINAGAMIT?

Sila'y maaaring gamitin upang gamutin ang mga sintomas ng pananamlay, kasama dito ang:

- pananamlay na kalagayan ng loob
- kakulangan ng kasiyahan
- pagkawala ng malasakit
- pagbabago sa pagtulog & ganang kumain

Ang mga drogas na ito ay nagtratrabaho nang kasama ang mga katutubong sustansiya sa iyong katawan upang tulungan maging mabuti at masaya ang iyong pakiramdam.

MGA SIDE EFFECT:

Pangkaraniwan: pagkaantok, pagkahibang, tuyong bunganga, pagkanerbiyos, hindi pagkadumi, pagdagdag ng timbang, mabilis na tibok ng puso, pagbabago sa sekswal na tungkulin.

Mga TRICYCLIC: Pagkahilo, malabong paningin. Ang mga epektong ito ay madalas na bumababa pagkatapos ng 1 hanggang 2 linggo.

Mga SSRI: Pagduduwal, pagtatae, di pagkatulog (sertraline, fluoxetine), pagkaantok (paroxetine, fluvoxamine), pagbawas ng timbang at **mga kuru-kurong magpakamatay**.

Mga MAOI: Orthostatic hypotension, edema, di pagkatulog, pagkabagabag, malabong paningin.

MGA PAG-IINGAT:

- Maaaring magtagal nang isang buwan o mas higit ang paglitaw ng mga epekto ng mga gamot laban sa pananamlay.
- Iwasan ang mga barbiturate, alak at mga ipinagbabawal na drogas.
- Huwag magmaneho ng kotse o makinarya kung ang pakiramdam ay inaantok.
- Kung ikaw ay nagdadalang-tao o nagpapasuso, sumangguni sa iyong doktor.

KUNG GUMAGAMIT KA NG ISANG MAO INHIBITOR:

- Huwag uminom o kumain ng mga sobra-sobrang dami ng mga produktong may caffeine (halimbawa, kape, tsa, tsokolate).
- Huwag uminom ng alak, lalo na ang Chianti (pulang alak).
- Huwag kumain ng keso, maasim na krim, yogurt o mga pinausok na karne.
- Huwag kumain ng mga fava bean, mga abokado o mga saging.
- Ang mga pagkaing ito ay nakikipag-ugnayan sa gamot at nagpapataas sa iyong presyon ng dugo.

MGA GAMOT LABAN SA PSYCHOSIS (ANTIPSYCHOTIC AGENTS)

Pangalang Panlahat	Pangalan ng Produkto
MGA KARANIWAN	
Chlorpromazine	Thorazine
Fluphenazine	Prolixin
Haloperidol	Haldol
Loxapine	Loxitane
Mesoridazine	Serentil
Molindone	Moban
Perphenazine	Trilafon
Thioridazine	Mellaril
Thiothixene	Navane
Trifluoperazine	Stelazine
MGA DI-KARANIWAN	
Aripiprazole	Abilify
Clozapine	Clozaril
Olanzapine	Zyprexa
Quetiapine	Seroquel
Risperidone	Risperdal
Ziprasidone	Geodon
IBA	
Olanzapine at Fluoxetine	Symbyax

PARA SAAN BA SILA GINAGAMIT?

Ang mga antipsychotic agent ay maaaring gamitin upang gamutin ang schizophrenia o bipolar disorder. Ang schizophrenia ay nagreresulta sa magulong pag-iisip, pagkataranta, nagkakaibang paningin sa katotohanan at mga alusinasyon. Ang bipolar disorder ay ang dahilan ng pagsasalit-salit ng isang tao sa pagitan ng pananamlay at mania, tingnan ang bahagi "Tagapayapa ng Kalagayan ng Loob". Ang mga antipsychotic agent ay maaaring makabawas o makahinto sa mga pangyayaring ito sa pamamagitan ng pakikipagtulungan sa mga katutubong sustansiya sa iyong katawan upang tulungan ka sa mga sumusunod: (1) isaayos ang iyong pag-iisip, (2) tulungan kang manatiling may konsentrasyon, (3) tulungan kang bawasan ang pagkamagitlahin, pagkataranta at malalang pagkadeliryo na may panginginig, (4) pabutihin ang iyong kakayahang makipag-usap, at/o (5) pabutihin ang iyong kakayahang pangasiwaan ang mga alusinasyon.

MGA SIDE EFFECT

KARANIWAN: Ang pagkaantok, tuyong bunganga, pagkahilo, malabong paningin, mabilis na tibok ng puso, baradong ilong, pagkabalisa, paninigas ng kalamnan, pangangatog at panginginig ay maaaring mangyari. Ang mga epektong ito ay madalas na nawala pagkatapos ng 1 hanggang 2 linggo.

**Mga malubhang side effect: Tardive dyskinesia (TD), na isang di-kusang paggalaw ng mukha o bunganga, ay maaaring mangyari at maging di-mabaligtad.

DI-KARANIWAN: Ang mga gamot na ito ay sanhi ng maraming kaparehong side effect tulad ng karaniwang antipsychotic ngunit bihira nagiging sanhi ng paninigas ng kalamnan, pangangatog at pagkabalisa.

**Mga malubhang side effect:

- pagtaas ng presyon ng dugo
- pagtaas ng asukal sa dugo
- pagtaas ng kolesterol
- pagdagdag ng timbang

Ang clozapine ay nangangailangan ng madalas na pag-iksamen sa dugo.

MGA PAG-IINGAT

- Iwasan ang mga barbiturate, alak at mga ipinagbabawal na drogas habang iniinom ang mga gamot na ito. Sila ay makatataas sa mga side effect ng antipsychotic na gamot.
- Iwasan ang pagmaneho ng kotse o makinarya.
- Ang antipsychotic ay maaaring magtagal ng isang buwan o mas matagal bago maramdaman ang epekto.
- Kung ikaw ay nagdadalang-tao, o sa palagay mo'y ikaw ay maaaring magdalang-tao, o nagpapasuso, sangguniin ang iyong doktor o parmasiyutiko.
- Sangguniin ang iyong doktor kung dumanas ka ng mga sintomas na katulad ng trangkaso (lagnat, sakit sa lalamunan at kawalan ng lakas [kakulangan sa sigla]).
- Iwasan ang matagal na pagkatampak sa araw. Manatili sa lilim, uminom ng tubig, gumamit ng sun-block at MANATILING PRESKO.

MGA GAMOT NA GINAMIT UPANG GAMUTIN ANG MGA EXTRAPYRAMIDAL NA SIDE EFFECT (EPSE)

Pangalang Panlahat	Pangalan ng Produkto
Amantadine	Symmetrel
Benztropine	Cogentin
Biperiden	Akineton
Diphenhydramine	Benadryl
Trihexyphenidyl	Artane

ANO BA ANG MGA EXTRAPYRAMIDAL NA SIDE EFFECT?

Ang EPSE ay mga side effect na karaniwang nangyayari mula sa pag-inom ng mga karaniwang antipsychotic na gamot. Ang mga halimbawa ng EPSE ay:

- **Akathesia:** isang hindi napipigilang pakiramdam ng pagkabalisa o walang kakayahang manatiling tahimik
- **Pseudoparkinsonism**: isang pakiramdam ng pagbabagal at paninigas, pangangatog at panginginig
- **Dystonia**: isang pakiramdam ng pagkabahala o hilab ng kalamnan

Ang mga gamot ay makababawas o makaaalis sa mga side effect na galing sa pag-inom ng karaniwang antipsychotic na gamot. Para sa isang kumpletong listahan ng mga antipsychotic na gamot, tingnan ang bahagi "Antipsychotic Agents".

MGA SIDE EFFECT:

Ang benztropine, trihexyphenidyl, diphenhydramine at biperiden ay maaaring maging sanhi ng mga sumusunod:

- tuyong bunganga
- tuyong balat
- hindi pagkadumi
- pagkalma
- malabong paningin

Sa mga gamot na nakalista, ang benztropine ay ang pinakanagpapakalma.

Ang amantadine ay maaaring maging sanhi ng mga sumusunod:

- pagkabugnutin
- pagkahilo
- panginginig
- pagkabagabag

**Pambihira: mga alusinasyon

MGA PAG-IINGAT:

- Iwasan ang alak at mga ipinagbabawal na drogas kung iniinom ang mga gamot na ito sapagka't sila'y makatataas sa pagpapakalma.
- Huwag magmaneho ng kotse o makinarya hanggang di nasisiguro na ang mga gamot ay nagdudulot ng masamang epekto sa iyo.
- Kung ikaw ay nagdadalang-tao, o sa palagay mo'y ikaw ay maaaring magdalang-tao, o nagpapasuso, sangguniin ang iyong doktor o parmasiyutiko tungkol sa panganib na kaugnay ng mga gamot na ito.
- Ang mga malaking dosis ng mga gamot na ito ay maaaring tumungo sa malubhang kinalabasan.
- Sangguniin ang doktor kaagad kung dumanas ka ng anuman sa mga sumusunod habang iniinom ang mga gamot na ito:
  - mapulang mukha
  - mabilis na tibok ng puso
  - lagnat

MGA PAMPASIGLANG GAMOT (STIMULANTS)

Pangalang Panlahat	Pangalan ng Produkto
Atomoxetine	Strattera
Dexmethylphenidate	Focalin
Dextroamphetamin/ Amphetamine	Adderall
Dextroamphetamine	Dexedrine
Methamphetamine	Desoxyn
Methylphenidate	Concerta, Ritalin, Metadate
Pemoline	Cylert

PARA SAAN BA SILA GINAGAMIT?

Ang mga pampasiglang gamot o stimulants unang-una ay ginagamit upang gamutin ang attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) sa mga bata na walang kakayahang makapag-isip na mabuti. Ang mga gamot na pampasigla ay maaaring magawa ang mga sumusunod:

- pabutihin ang tagal ng pansin
- pabutihin ang kakayahang sumunod ng mga panuto
- pababain ang labis na pagkilos
- pabutihin ang kakayahang mag-isip bago kumilos
- pababain ang ganang kumain

MGA SIDE EFFECT:

Pangkaraniwan:

- kahirapang makatulog
- mga sakit ng ulo
- mga kirot sa tiyan
- pagduduwal
- pagkanerbiyos
- mabilis na tibok ng puso
- mataas na presyon ng dugo
- pagkabugnot
- pagbawas ng timbang

Ang mga ito'y madalas na nawawala pagkatapos ng dalawang linggo o kung ang dosis ay pinabababa ng iyong doktor.

Malubha:

- mga pagkibit/kimbot ng laman
- kalungkutan na tumatagal nang mas higit sa ilang araw
- di-pangkaraniwang kilos, halimbawa, mga kuru-kurong magpakamatay

Kaagad sabihin sa iyong doktor o parmasiyutiko kung ikaw ay dumaranas ng anuman sa mga side effect na ito.

MGA PAG-IINGAT:

- Kung ikaw ay may schizophrenia o bipolar disorder, ang mga gamot na ito ay maaaring makasama sa iyong mga sintomas.
- Ang pisikal na pagkasugapa ay maaaring mangyari sa mga nasa kabataang gulang o mga taong may sapat na gulang.
- Itago ang gamot na ito kung saan ito hindi maaaring maabuso ng iba.
- Ang isang bata ay maaaring hindi lumaki ng kasing bilis kaysa sa karaniwan habang iniinom ang gamot na ito. Ang paglaki ay karaniwang nakahahabol pagkatapos hintuin ang gamot. Panayang pagsusubaybay ng taas at bigat.

MGA GAMOT LABAN SA PAGKABALISA (ANTI-ANXIETY) & PARA SA PAGKAANTOK (SLEEPING AGENTS)

Pangalang Panlahat	Pangalan ng Produkto
MGA BENZODIAZEPINE	
Alprazolam*	Xanax
Chlorazepate	Tranxene
Chlordiazepoxide	Librium
Clonazepam	Klonopin
Diazepam	Valium
Flurazepam*	Dalmane
Lorazepam	Ativan
Oxazepam	Serax
Temazepam*	Restoril
MGA DI-BENZODIAZEPINE	
Amitriptyline** (mababang dosis)	Elavil*
Buspirone	Buspar
Diphenhydramine	Benadryl
Eszopiclone**	Lunesta
Hydroxyzine	Atarax
Imipramine** (mababang dosis)	Topranil**
Zaleplon**	Sonata
Zolpidem**	Ambien

*Unang-una ginamit para sa biglaang pagkataranta dahil sa pagkatakot (panic disorders).

**Unang-una ginamit para sa mga problema sa pagtulog.

PARA SAAN BA SILA GINAGAMIT?

Ang mga gamot na ito ay maaaring gamitin upang gamutin ang pagkabalisa (anxiety) kung saan maaaring kasama ang anuman o lahat sa mga sumusunod na sintomas:

- isang hindi makatwiran at di-kanais-nais na kalagayan ng pagkabahala
- pagkadi-mapalagay o pangangamba (hindi pangkaraniwang pagkabahala)
- kahirapan sa pagtulog
- mga hilab ng kalamnan

Ang mga gamot laban sa pagkabalisa ay nagtatrabaho nang kasama ang mga katutubong sustansiya sa iyong katawan upang tulungan maging naluluwagan at payapa ang iyong pakiramdam. Sila'y maaaring maging sanhi ng mahinahong pagkalma habang nagbibigay ng ginhawa mula sa pagkabahala at pagkabalisa.

MGA SIDE EFFECT

Pangkaraniwan: pagkaantok, pagkahibang, di pag-iingat, pananamlay
MGA BENZODIAZEPINE: malabong pagbigkas ng salita, pagkataranta, mga sakit ng ulo, pagduduwal at pisikal na pagkasugapa
**Pambihira: kahirapan sa paghinga, pagkanerbiyos o pagkatuwa ay maaaring mangyari.
MGA DI-BENZODIAZEPINE: sakit sa ulo, pagkahilo, pagduduwal, pagtatae
Ang zolpidem (Ambien) ay maaaring maging sanhi ng panginginig.

MGA PAG-IINGAT:

- Iwasan ang mga barbiturate, alak at mga ipinagbabawal na drogas habang umiinom ng mga gamot laban sa pagkabalisa. Ang kombinasyon ay maaaring nakamamatay.
- Huwag magmaneho isang kotse o makinarya habang iniinom ang mga gamot na ito.
- Kung ikaw ay nagdadalang-tao, o sa palagay mo'y ikaw ay maaaring magdalang-tao, o nagpapasuso, sangguniin ang iyong doktor o parmasiyutiko tungkol sa mga posibleng panganib ng paggamit ng mga gamot na ito.
- Huwag humintong inumin ang mga gamot na ito o bawasan ang dosis nang hindi muna sinasangguni ang iyong doktor.
- Ay maaaring maging sanhi ng pagkasugapang pisikal at/o pangkaisipan.

MGA TAGAPAYAPA NG KALAGAYAN NG LOOB

Pangalang Panlahat	Pangalan ng Produkto
Carbamazepine	Tegretol
Divalproex sodium	Depakote
Lamotrigene	Lamictal
Lithium carbonate	Eskalith, Lithobid
Oxcarbazepine	Trileptal
Valproic acid	Depakene

PARA SAAN BA SILA GINAGAMIT?

Ang mga gamot na ito ay maaaring gamitin upang gamutin ang bipolar mood disorder na tinatawag ding manic depression. Ito'y isang karamdaman kung saan ikaw ay nagsasalit-salit sa sumpong (mania) at pananamlay (depression).
Sumpong (mania): Kung ikaw ay may lubos-lubos na tiwala sa sarili, walang ingat, hindi napipigilan at tuwang-tuwa.
Pananamlay (depression): Kung ang pakiramdaman mo ay walang sigla, walang pag-asa at malubhang kalungkutan.
Ang mga gamot na ito ay nagtatrabaho nang kasama ang mga katutubong sustansiya sa iyong katawan upang gawin ang mga sumusunod:

- gawing masaya at may-kompiyansa ang pakiramdam mo
- tulungang patatagin ang iyong kalagayan ng loob sa pamamagitan ng pangangasiwa ng iyong mga kataas-taasan at kababa-babahan

Maaaring magtagal ng hanggang sa dalawang linggo bago mag-umpisang magtrabaho ang mga gamot na ito.

MGA SIDE EFFECT:

Pangkaraniwan:

- pagkalma
- tuyong bunganga
- sakit sa tiyan
- pagtatae
- pagkapagod
- panginginig
- pagkaantok
- pagdagdag ng timbang

Ang lithium ay maaaring maging sanhi ng pagkauhaw, kahinaan sa kalamnan at bahagyang nahahadlangang paggunita.
Ang carbamazepine ay maaaring maging sanhi ng pantal. Kung mangyari ito, napakahalagang sangguniin mo ang iyong doktor.

MGA PAG-IINGAT:

- Huwag kalimutang kumain ng asin kasama ang lithium. Huwag alisin ang asin mula sa iyong diyeta. Ang mababang konsentrasyon ng asin sa iyong katawan ay maaaring maging sanhi ng pagkapagod, malabong pagbigkas ng salita at pangangatog. Ang mga malubhang kaso ay maaaring humantong sa koma o pagkamatay.
- Iwasan ang matagal na pagkatampak sa araw. Manatili sa lilim, uminom ng tubig, gumamit ng sun-block at MANATILING PRESKO.
- Ang mga pag-iksamen sa dugo ay kailangan upang siguraduhin na ang antas sa iyong dugo ay malayo sa panganib, ligtas at mabisa habang iniinom ang mga sumusunod:
  - Lithium (Eskalith, Lithobid)
  - Valproic Acid (Depakene)
  - Divalproex sodium (Depakote)
  - Carbamazepine (Tegretol)
- Kung ikaw ay nagdadalang-tao, o sa palagay mo'y ikaw ay maaaring magdalang-tao, o nagpapasuso, sangguniin ang iyong doktor o parmasiyutiko tungkol sa mga posibleng panganib na kaugnay ng mga gamot na ito.
- Huwag humintong inumin ang mga gamot na ito o bawasan ang dosis nang hindi muna sinasangguni ang iyong doktor.