**AD: PINAR BÜYÜKDEMİR NO: 03170000060**

**BAKIM PLANINIZI YAZINIZ:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **TANIM** | **Tedavi hedefi** | **Detaylı**  **değerlendirme** | **Girişim** | **Takip ve İzlem** |
| Hipotiroidizm ve İnfertilite | Tiroid değerlerini normalize etmek. (0.5-2.5 mlU/L) ve hamile kalmayı kolaylaştırmak | Hipotiroidi geçici değil ömür boyu tedavi edilmesi gereken bir hastalıktır. Düşük normal T4, otoimmun antikor yanıt, hafif yüksek LDL ve yüksek TSH değerlerine sahip bir hastalıktır. Tiroid değerlerinin 5 mlU/L’in altında olması önerilmektedir. Fakat istenen normal aralık 0.5-2.5 mlU/L aralığıdır. Özellikle çocuk sahibi olmak isteyen hastalarda tiroid değerleri 2.5 mlU’nun altında olmalıdır. Hipotiroid için verilen Euthyrox tabletinin dozu başlangıç için uygun bir dozdur.(50-100 mcg) | Hastaya egzersiz ve düzenli beslenme önerilir. Bu konuda hasta bilgilendirilir. Hastaya ilacının nasıl kullanması gerektiği anlatılır. İlacın kahvaltıdan 1 saat önce alınması gerektiği ve biyoyararlanım açısından aynı ilacı ve aynı markayı kullanmasına özen gösterilmesi gerektiği anlatılır. Hastalığa ve ilaca bağlı oluşabilecek yan etkiler hastaya açıklanır. Uzun süreli ilaç kullanımında olacak kardiyovasküler ve kemik sistemine olan etkileri hastaya açıklanır ve yüksek doz ilaç kullanımında olabilecek terleme, çarpıntı, diyare, tremor gibi yan etkiler (hipertiroidi) açıklanır. Hastaya TSH değerlerinin kontrolü hakkında ne sıklıkta doktora gidip TSH değerlerini ölçtürmesi gerektiği hakkında bilgi verilir. Eğer hamile kalma durumu olursa hastaya ayda 1 kere düzenli TSH değerini ölçtürmesi gerektiği ve ona göre doz ayarlanması yapılabileceği söylenir. | TSH değeri 4-6 haftada bir izlenmelidir. Değerler stabil olduktan sonra bu aralık 6 ay veya 12 ayda bir izlenmesi gerekmektedir. Hastanın hamile olması durumunda TSH değeri ayda 1 kere düzenli kontrol edilmelidir. Hastanın yan etki şikayetlerinin sıklığı ve durumu da takip edilmelidir. Duruma göre tekrar doktora yönlendirme gerekebilir. |
| Hipotiroide bağlı semptomlar (hastanın cilt kuruluğu şikayeti var ve eczacıdan nemlendirici istiyor) | Semptomları rahatlatmak | Hipotiroidizmin yan etki semptomları; yorgunluk, uykusuzluk, kabızlık ve cilt kuruluğu olarak kendini gösterebilmektedir. Hastada bu şikayetler bulunmaktadır ve cilt kuruluğu için nemlendirici istemektedir. | Hastaya sahip olduğu bu şikayetlerin hipotiroidizmden kaynaklanabilecek olası yan etki semptomları olduğu hakkında bilgi verilmelidir. Cilt kuruluğu şikayetinden dolayı hastaya tiroid fonksiyonları normalize olana kadar alerjen olmayan nemlendirici önerilir. Cilt kuruluğuna neden olabilecek kozmetik ve bakım ürünlerinden kaçınması gerektiği anlatılır. Bol sıvı alımı, egzersiz, dengeli beslenme önerileri yapılır. Tiroid fonksiyonlarının düzenli ölçülmesi gerektiği ve ilacının düzenli kullanması gerektiğinin ve ilerleyen zamanlarda semptomları cilt kuruluğu, yorgunluğu hala geçmiyorsa tekrar doktora başvurması gerektiği hakkında hastaya bilgi verilir. | Hastanın cilt kuruluğu, yorgunluk, menstrüel döngü, uykusuzluk ve konstipasyon gibi semptomlarının durumu ve şiddeti takip edilmelidir. Duruma göre tekrar incelenmelidir. |
| Olası ilaç-ilaç etkileşimleri | İlaç alım zamanlarını düzenlemek | Demir ve kalsiyum Levotiroksinin biyoyararlanımını etkileyen preparatlardır. Solgar’ın Calcium Magnesium Plus Boron Tableti ile Levotiroksin etkileşime girmekte ve levotiroksinin emilimini azaltmaktadır. Bundan dolayı alım zamanları arasında en az 4 saat gibi bir fark olmalıdır. Demir preparatı ile de levotiroksin etkileşerek emilimini azaltacağından dolayı demir alımı ve levotiroksin alımı arasında da en az 4 saat olmalıdır. | Öncelikle hastanın demirine bakılması gereklidir. Çok uzun süredir demir hapı kullanmaktadır bundan dolayı rahatsızlığın altında yatan başka sebebler olabilme şüphesi oluşmaktadır. Bu yüzden hasta demir düzeyi kontrolü için doktora yönlendirilmelidir. Oroferona gerek olmayabilir. Eğer gerekliyse de kalsiyum tuzlarıyla demirin etkileşmesi söz konusu olacağından kalsiyum ve demir preparatlarının alım zamanı arasında da 2-3 saat olması gerekmektedir. Levotiroksin ile demir ve kalsiyum etkileşmesinden dolayı arada olacak 4 saat de hesaba katılarak levotiroksin sabah aç karna alındıktan en az 4 saat sonra demir hapı alımı ve gece de Solgar’ın Calcium Magnesium Plus Boron Tableti alımı önerilir. Çünkü demir hapının gece alımı flatulans yan etkisinden dolayı önerilmemektedir. | Hastanın demir düzeyi takip edilmelidir. Demir hapını alması gerekiyorsa hasta kalsiyum tableti ile birlikte kullanımını gerektiği gibi doğru zaman aralıklarıyla yapıyor mu diye takip edilmelidir. Tiroid ilacı ile kalsiyum ve demir alım zamanları arasında en az 4 saat fark sağlanıyor mu diye hasta takip edilmelidir. |
| Konstipasyon şikayeti | Kontipasyon şikayetinin hafifletmek veya gidermeye yardımcı olmak | Demir hapları kabızlığa neden olabilmektedir. Hasta yıllardır demir hapı kullanmaktadır ancak kabızlık şikayeti son 1 yıldır olduğundan dolayı hipotiroitten kaynaklı bir konstipasyon oluştuğu düşünülmektedir. | Hastanın konstipasyon şikayetinin hipotiroidizmden kaynaklı olabileceğinden dolayı şikayetin devam etmesi durumunda tiroid kontrolü ve düzenlenmesi için hasta doktora yönlendirilir. Bol sıvı tüketimi önerilir. Ayrıca demir hapının kesilmesi durumunda kabızlık sorunu giderilirse Dulcosoft Oral solüsyon kullanımının kesilmesi gerektiği hastaya anlatılır. | Demir hapı kesilmiş mi ve eğer kesildiyse daha sonrasındaki kabızlık durumu izlenmelidir. Hastanın hamile kalması durumunda demir hapı kullanımı gerekli olabileceğinden dolayı yeniden düzenleme için hastanın durumu izlenmelidir. Ve hasta hipotiroide bağlı konstipasyon şikayeti için doktora gitmiş mi ve şikayet durumu nasıl diye hasta izlenmelidir. |