قواعد صبحگاهی لووتیروکسین (لووکسین/یوتیروکس)

ناشتا، با آب، ۳۰ تا ۶۰ دقیقه قبل از صبحانه؛ این برگه را روی یخچال بچسبانید

بخش ۱ — هفت قاعده‌ای که جذب دارو را نجات می‌دهد

- [ ] هر روز صبح ناشتا با یک لیوان آب؛ همیشه در ساعت یکسان
- [ ] صبحانه حداقل ۳۰ تا ۶۰ دقیقه بعد از قرص؛ قهوه هم دشمن جذب است
- [ ] قرص آهن، کلسیم، منیزیم و آنتی‌اسید: حداقل ۴ ساعت فاصله (روی بسته‌بندی هم بخوانید)
- [ ] قرص‌های ۲۵/۵۰/۱۰۰ میکروگرمی را «میکروگرمی» نگه دارید؛ جای میلی‌گرمی اشتباه نگیرید
- [ ] تغییر برند (لووکسین ↔ یوتیروکس) فقط با نظر پزشک؛ بعد از تعویض، TSH دوره‌ای لازم است
- [ ] قرص را در دمای اتاق و دور از رطوبت نگه دارید؛ انقضا را چک کنید
- [ ] بارداری، شروع داروی جدید یا کاهش/افزایش وزن ۱۰ کیلویی → تنظیم دوز لازم است

بخش ۲ — برندهای رایج لووتیروکسین در ایران

برند	سازنده	دوزها	نکته
لووکسین	ایران هورمون	۵۰ و ۱۰۰ میکروگرم	ژنریک ملی پرکاربرد
یوتیروکس (Euthyrox)	مرک — وارداتی	۲۵ تا ۱۵۰	برند مرجع جهانی
لووتیروکسین سدیم	بهستان دارو و دیگران	متغیر	موجودی داروخانه‌ها

علائم دوز زیاد: تپش قلب، لرزش دست، تعریق، بی‌خوابی، لاغری سریع. **دوز کم:** خواب‌آلودگی، سرمازدگی، یبوست، پف صورت، ریزش مو. هر دو حالت یعنی آزمایش TSH و مرور دوز — خودسرانه دوز را تغییر ندهید.

بخش ۳ — دفترچه پایش تیروئید سالمند

هفته	قرص صبح‌ها منظم بود؟	علائم (خستگی/تپش/یبوست)	وزن	TSH آخرین آزمایش
۱				
۲				
۳				
۴				

۵				
۶				

نکته: در سالمند با بیماری قلبی، شروع لووتیروکسین با دوز کم و افزایش آرام انجام می‌شود؛ تپش قلب تازه را فوراً گزارش کنید. پرستار هیلا هلث صبح‌ها ساعت مصرف را پایش و یادآوری می‌کند و آزمایش دوره‌ای را پیگیری می‌کند.

مشاوره خرید لووتیروکسین و پایش دارویی سالمند در منزل — کرج و البرز

0912 767 0764

hilahealth.com — فرم ثبت درخواست آنلاین در سایت