

# สร้างความเข้าใจ ใช้ยาอย่างถูกวิธี



ยา คือ วัตถุ หรือสารเคมีที่ใช้รักษาอาการป่วยต่าง ๆ ซึ่งสามารถแบ่งตามวิธีการใช้ได้เป็น 2 ชนิดหลัก คือ ยาใช้ภายใน หรือยาสำหรับบรรเทาอาการเจ็บป่วย โดยการรับประทาน เช่น ยาแก้ปวดท้อง ท้องเสีย แก้ปวดลดไข้ และยาบำรุงร่างกาย ฯลฯ และยาใช้ภายนอก หรือยาสำหรับบรรเทาอาการเจ็บป่วยภายนอก (ห้ามรับประทาน) เช่น ยาหยอดตา ยาดม และยาใส่แผล เป็นต้น



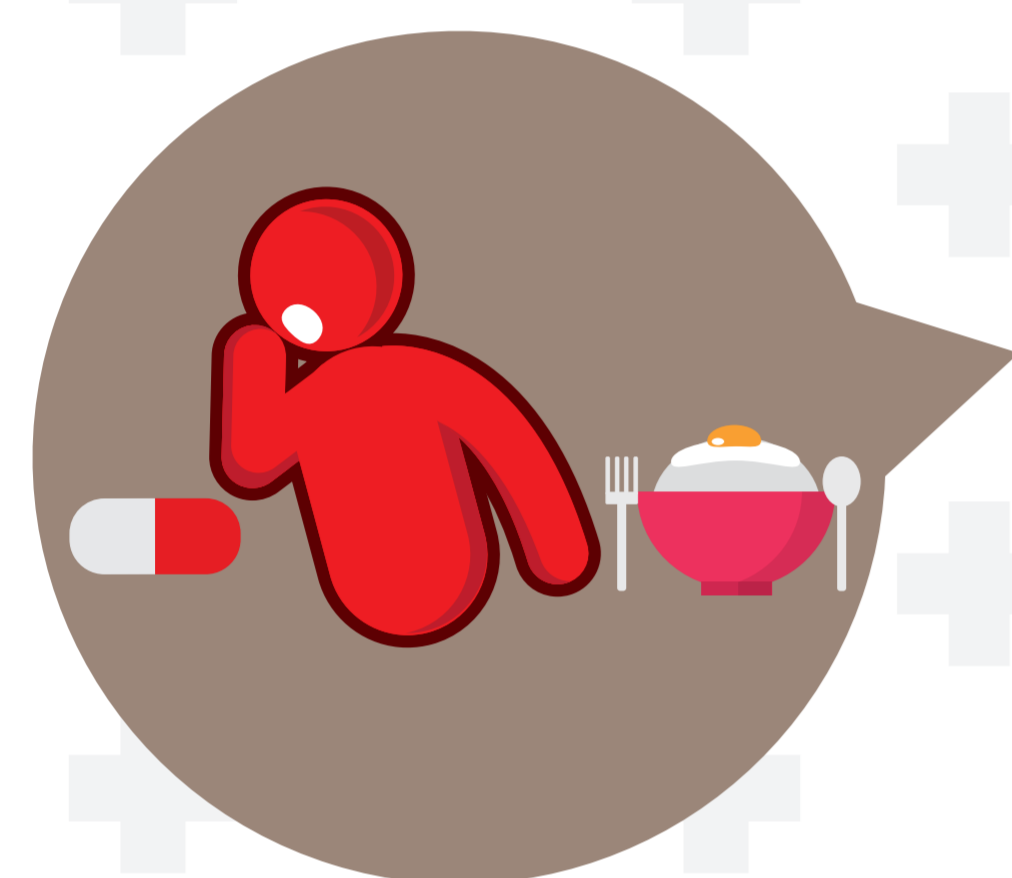
Q

กินยาหมดอายุไปแล้ว 1 วัน ก็ยังได้สรรพคุณเหมือนเดิมใช้หรือไม่?

A

ไม่ใช่!!

เพราะยาที่หมดอายุแล้วไม่มีผลในการรักษาโรค และยิ่งอาจทำให้ป่วยหนักกว่าเดิม อีกทั้งอาจส่งผลให้เกิดอาการไตวายและไตอักเสบได้



Q

รับประทานยาก่อนอาหาร แล้วรับประทานอาหารต่อได้ทันที ใช่หรือไม่?

A

ไม่ใช่!!

เพราะยาก่อนอาหาร ควรทานก่อนอาหาร 30 นาที - 1 ชั่วโมง เพื่อให้เกิดการดูดซึมที่ดี



Q

รับประทานอาหารไปเมื่อชั่วโมงที่แล้ว แต่ลืมรับประทานยาหลังอาหาร สามารถรับประทานยาหลังอาหารได้เลยทันทีใช่หรือไม่?

A

ไม่ใช่!!

เพราะยาหลังอาหาร ต้องรับประทานหลังมื้ออาหารไม่เกิน 15 นาที เนื่องจากเป็นยาที่ส่งผลให้เกิดการระคายเคืองในกระเพาะอาหาร และมียาบางกลุ่มต้องใช้ไขมันจากอาหารในการละลาย



Q

สตรีมีครรภ์และสตรีที่ให้นมบุตร สามารถใช้ยาภายนอกได้ทุกชนิดใช่หรือไม่?

A

ไม่ใช่!!

เพราะสารในตัวยาบางชนิดอาจส่งผลเสียต่อทารกในครรภ์ หรือทารกวัยกำลังให้นม เช่น Podophyllin (ยารักษาโรคหูด) อาจส่งผลให้ทารกในครรภ์เสียชีวิตได้, Lindane (ยาฆ่าเห็บ - เห่า) อาจส่งผลให้มีสารพิษเจือปนมากับน้ำนม ฯลฯ



Q

หากไม่มีน้ำเปล่า เราสามารถรับประทานยาพร้อมกับนมได้ใช่หรือไม่?

A

ไม่ใช่!!

นมและผลิตภัณฑ์จากนมไม่ควรใช้ดื่มคู่กับยา เพราะมีผลต่อการออกฤทธิ์ของยาหลาย ๆ ชนิด ซึ่งอาจส่งผลให้ฤทธิ์ของยาเพิ่มขึ้นหรือลดลงก็ได้ เนื่องจากไขมันในนมมีผลต่อการดูดซึมของยาในทางเดินอาหารเข้าสู่กระแสเลือด ทำให้ยาถูกดูดซึมเข้าสู่ร่างกายได้มากขึ้นหรือน้อยลง

## เรียบเรียงข้อมูลจาก

- เอกสารประกอบการสอนรายวิชาในชีวิตประจำวัน : ยาสามัญประจำบ้าน (แผนปัจจุบัน, แผนโบราณ). คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2557.
- อภัย ราชภูริจิตร์, เกสัชกร. ข้อปฏิบัติพื้นฐานในการใช้ยาทุกชนิด. www.haamor.com
- Chatchawan Panyapatjati. ยาหมดอายุมีอันตรายแค่ไหน?. www.thaihealth.or.th (สสส.)
- Gidanan Ganghair. ว่าด้วยเรื่อง...ของการกินยาอย่างถูกวิธี. www.thaihealth.or.th (สสส.)
- กรชัย ฉันทจิรธรรม, เกสัชกร. ยาใช้ภายนอก External Use Drug. www.haamor.com
- พรธมน แซ่มโสรริยะ. การใช้ยาในสตรีมีครรภ์และสตรีที่ให้นมบุตร, หน่วยโรคผิวหนัง ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2534.

นิรศการ เตรียมตัว รู้ รอด ภา3 FIRST AID  
03-60/No.08



ผลิตโดย  
โครงการกิจกรรมการเรียนรู้แบบบูรณาการ สำนักงานอุทยานการเรียนรู้ (TK park)  
สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้ (องค์การมหาชน)  
ศูนย์คู่มือ “เนเธอร์” โรงพยาบาลราชวิถี