

เรียนรู้..รูปแบบยาและการใช้อย่างถูกต้อง



ยามีหลายรูปแบบได้แก่ ยาเม็ด ยาเม็ดเคลือบ ยาแคปซูล ยาผง ยาน้ำใส ยาน้ำแขวนตะกอน ยาแขวนตะกอน ยาครีม ยาขี้ผึ้ง ยาปราศจากเชื้อ ยาเหน็บ เป็นต้น หากนำมาจัดกลุ่มตามวิธีใช้จะแบ่งได้เป็น ยารับประทาน ยาอม ยาทา ผิวหนัง ยาหยอดตา ยาล้างตา ยาป้ายตา ยาหยอดหู ยาหยอดจมูก ยาพ่นจมูก ยาสูดพ่นเข้าทางปาก ยาสูด/สวนทวารหนัก ยาสูดช่องคลอด ยาแผ่นแปะผิวหนังและยาฉีด ยาในรูปแบบต่างๆ เหล่านี้มีจุดประสงค์การใช้และวิธีใช้ต่างๆ กันไป ข้อมูลจาก **รศ.ดร.ภญ.บุษบา จินดาวิจักษณ์ ภาควิชาเภสัชกรรม คณะเภสัชศาสตร์ ม.มหิดล** เปิดเผยวิธีการใช้ยาที่ถูกต้อง มีดังนี้

ยาเม็ด ยาเม็ดเคลือบ ยาแคปซูล สำหรับรับประทาน ต้องกลืนไปทั้งเม็ดหรือแคปซูล พร้อมน้ำสะอาด 1 แก้ว หากเม็ดยาหรือแคปซูลมีรูปร่างหน้าตาเปลี่ยนไปจากเมื่อแรกรับยามา เช่น เยิ้ม ลึกกระดำกระด่าง มีเกล็ดยาเกาะอยู่ แคปซูลบวมพอง แสดงว่ายาเสื่อมคุณภาพแล้ว ห้ามนำมาใช้

ยาเม็ดหรือแคปซูลชนิดปลดปล่อยตัวยาสำคัญออกจากรูปแบบยาอย่างช้าๆ หรือชนิดที่เลื่อนเวลาปลดปล่อยตัวยาสำคัญออกจากรูปแบบยา ต้องกลืนไปทั้งเม็ดหรือแคปซูล พร้อมน้ำสะอาด 1 แก้ว ห้ามบด หรือเคี้ยวเม็ดยา ก่อนกลืน แม้การแกะแคปซูลเพื่อหยดยาออกมาใส่ปาก ก็ห้ามทำ มิฉะนั้นจะรับประทานในปริมาณสูงมาก เป็นอันตราย

ยารับประทานชนิดน้ำแขวนตะกอน หรือแขวนตะกอน จะต้องเขย่าขวดก่อนรินยาเสมอ เพื่อให้ตัวยาลำคัญกระจายตัวอย่างสม่ำเสมอ และรินยาโดยใช้ช้อนตวงยา ซึ่ง 1 ช้อนชาจะเท่ากับ 5 ซีซี และ 1 ช้อนโต๊ะ จะเท่ากับ 3 ช้อนชา หรือ 15 ซีซี หากเขย่ายาน้ำแขวนตะกอนแล้ว แต่ตะกอนยังจับแน่นอยู่ที่ก้นขวด หรือ เขย่ายาน้ำแขวนตะกอนแล้ว แต่ยังพบการแยกชั้นของน้ำกับน้ำมัน แสดงว่ายาเสื่อมคุณภาพ ห้ามใช้นั้น

ยาอม หากเป็นยาอมได้ลิ้น จะต้องนำยาเม็ดใส่ไว้ใต้ลิ้น และอมไว้โดยไม่กลืนน้ำลาย เพื่อให้ยาถูกดูดซึมเข้ากระแสเลือดผ่านทางหลอดเลือดในช่องปาก แต่หากเป็นยาอมแก้เจ็บคอ หรือ

ยาอมแก้การติดเชื้อราในปากให้นำเม็ดยวางไว้บนลิ้น และอมไว้ปล่อยให้ละลายมาละลายยา เมื่อยอมยาประเภทนี้สามารถกลืนน้ำลายได้ หากเม็ดยามีรูปร่างหน้าตาเปลี่ยนไปจากเมื่อแรกรับยามา เช่น ลึกกระดำกระด่าง แสดงว่ายาเสื่อมคุณภาพแล้ว ห้ามนำมาใช้



ยาผง สำหรับรับประทาน ต้องนำไปผสมน้ำก่อนดื่ม ควรใช้ตามที่ระบุบนฉลาก เช่น ยาผงเกลือแร่ทดแทนการสูญเสีย น้ำ และเกลือแร่เมื่อท้องเสีย จะต้องผสมยา 1 ชอง กับน้ำต้มสุกที่เย็นแล้ว 1 แก้ว หากใช้ชองใหญ่ก็ต้องผสมกับน้ำ 750 ซีซี คนให้ละลายและดื่ม ห้ามเก็บค้างคืน สำหรับยาผงที่ใช้เป็นยาระบายจะต้องผสมน้ำต้มสุกที่เย็นแล้ว 1 แก้วและดื่มทันที พร้อมดื่มน้ำตามอีก 1 แก้ว ห้ามตั้งทิ้งไว้นาน เพราะยาจะพองตัวมาก และชั้นเหนียวจับตัวไม่ได้

ยาทาผิวหนัง มักเป็นยาครีม เจล หรือขี้ผึ้ง ก่อนใช้ควรทำความสะอาดผิวหนังบริเวณที่ต้องการ จากนั้นบีบยาลงไปพอประมาณ แล้วทายาแผ่ไปบางๆ บนผิวหนัง หากหลอดยาบวมหรือเมื่อบีบยาออกมาได้แต่น้ำหรือน้ำมัน ที่แยกชั้นกับเนื้อยา แสดงว่ายาเสื่อมคุณภาพแล้ว ห้ามนำมาใช้

ยาทาถอนปวด อาจเป็นยาครีม เจล หรือขี้ผึ้ง ใช้แก้อาการปวดเมื่อย ซึ่งหลังจากทายาแล้ว ต้องทำการถูและนวดผิวหนังบริเวณนั้นด้วย เพื่อให้เกิดความร้อน จึงจะแก้อาการปวดเมื่อยได้

ยาหยอดตา เป็นยาน้ำและถูกทำให้ปราศจากเชื้อ ยาป้ายตาก็เป็นยาที่ถูกทำให้ปราศจากเชื้อ ทั้งยาหยอดตาและป้ายตา บางชนิดต้องเก็บในตู้เย็น ซึ่งขึ้นอยู่กับยาสำคัญคือยาใด ก่อนใช้ต้องล้างมือให้สะอาด และหยอดยา 1 หยด หรือป้ายยา 1 เซนติเมตร ลงไปในกระพุ้งเปลือกตาล่าง โดยไม่ให้ปลายหลอดสัมผัสกับตาดูยาหยอดตาและยาป้ายตาที่เปิดใช้แล้ว หากใช้ไม่หมดสามารถเก็บไว้ใช้ได้อีก แต่ไม่เกิน 1 เดือน หากต้องใช้ยาหยอดตาหรือยาป้ายตา 2 ชนิด ให้ใช้ห่างกันประมาณ 10 นาที หากยา 2 ชนิดนั้น ชนิดหนึ่งเป็นยาหยอดตา อีกชนิดหนึ่งเป็นยาป้ายตา ให้ใช้ยาหยอดตาก่อน

ยาล้างตา เมื่อเปิดใช้แล้ว มีอายุอยู่ได้เพียง 7 วัน จึงไม่ควรซื้อยาขวดโตมาใช้ แม้ว่าราคาจะถูกกว่าขวดเล็ก

ยาหยอดหู ยาหยอดจมูก ยาพ่นจมูก เป็นยาที่ต้องการให้ออกฤทธิ์เฉพาะที่หู หรือจมูกเท่านั้น ก่อนหยอดหรือพ่นยา



ควรกำจัดสิ่งที่อุดตันออกก่อน ได้แก่ ขี้หู และน้ำมูก ควรใช้ยาตามจำนวนครั้งที่ระบุบนฉลาก การใช้มากเกินไปไม่ช่วยให้ดีขึ้น แต่อาจทำให้อาการเป็นมากขึ้นได้ เช่นกรณียาหยอด/พ่นจมูกซึ่งมักประกอบด้วยตัวยาลดอาการคัดจมูก หากใช้เกินกว่า 4 ครั้งต่อวันหรือนานกว่า 3 วัน จะทำให้เยื่อจมูกบวม และรู้สึกคัดจมูกมากขึ้นกว่าเดิม

ยาสูดพ่นเข้าทางปาก เป็นรูปแบบยาที่มีวิธีใช้พิเศษ ใช้รักษาโรคหืดและโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โดยให้ออกฤทธิ์เฉพาะที่ที่บริเวณหลอดลม ต้องฝึกวิธีใช้ให้ถูกต้อง จึงจะได้เข้าไปถึงหลอดลม แต่หากทำไม่ได้ ควรปรึกษาเภสัชกร เพราะปัจจุบันมีเครื่องช่วยในการสูดพ่น ซึ่งเมื่อนำมาใช้ร่วมจะทำให้ประสบความสำเร็จในการสูดพ่นยา และทำให้ควบคุมอาการของโรคได้

ยาสอด/สวนทวารหนัก ใช้เพื่อรักษาโรคไส้ติ่งทวาร หรือเป็นยาระบาย ขึ้นอยู่กับว่าตัวยาคือยาใด ยาสอดทวารหนักมีส่วนประกอบเป็นขี้ผึ้งเป็นส่วนใหญ่ จึงต้องแช่ในตู้เย็น (ห้ามใส่ในช่องแช่แข็ง) เพื่อให้คงรูปร่างซึ่งคล้ายจรวด เมื่อจะใช้จึงนำออกมาจากตู้เย็น ปลอ่ยให้คลายตัวสักพัก แล้วฉีกกระดาษหุ้มออก จุ่มยาลงในน้ำสะอาด 1 แก้ว แล้วสอดยาเข้าในทวารหนัก โดยเอาด้านแหลมเข้า หลังจากสอดยาแล้วให้นอนต่อสัก 15 นาที จึงลุกขึ้น

ยาสอดช่องคลอด เป็นยาเม็ดแข็ง ไม่ต้องแช่ตู้เย็น ใช้รักษาอาการตกขาวในผู้หญิง ควรจุ่มเม็ดยาลงในน้ำสะอาด 1 แก้ว ก่อนสอดยาเข้าในช่องคลอด โดยเอาด้านแหลมเข้า เพื่อให้สอดเม็ดยาได้ง่ายขึ้น หลังจากสอดยาแล้วให้นอนต่อสัก 15 นาที จึงลุกขึ้น

ยาแผ่นแปะผิวหนังใช้ในจุดประสงค์ต่างๆ เช่น ใช้แก้ปวดในผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย ใช้ในผู้ที่มีอาการเจ็บหน้าอกจากโรคหัวใจ ใช้แก้เมารถเมาเรือ ใช้เป็นฮอร์โมนทดแทนในผู้หญิงวัยหมดประจำเดือน ใช้คุมกำเนิด ใช้ช่วยอดบุหรี่ แต่ไม่ว่าจะใช้ในจุดประสงค์ใด วิธีใช้ยาแผ่นแปะเหล่านี้ก็คือ ต้องติดแผ่นยาทั้งแผ่น ห้ามตัดแบ่ง และใช้ตามระยะเวลาที่ระบุไว้ เช่น ยาแผ่นแปะแก้ปวดเฟนทานิล (fentanyl) ที่ใช้ในผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย มีอายุการใช้ 3 วันต่อการแปะ 1 แผ่น การแปะแผ่นยานานกว่านี้จะไม่ได้ผลแก้ปวด นอกจากนี้การแปะแผ่นยาบนผิวหนังไม่ว่าจะเป็นยาใดจะต้องแปะบนผิวหนังที่สะอาด ไม่มีเห็บ ไม่มีขน เพื่อให้แผ่นยาแปะอยู่ได้ และไม่ปิดซ้ที่เดิมเมื่อเปลี่ยนแผ่น หากแผ่นยาหลุดออกมาก่อนเวลาเปลี่ยนแผ่น ให้ทิ้งแผ่นยานั้นไป และนำแผ่นยาแผ่นใหม่มาแปะที่ผิวหนังบริเวณอื่น

ยาฉีดเป็นยาปราศจากเชื้อ ส่วนใหญ่ฉีดโดยแพทย์หรือพยาบาล ยกเว้นยาฉีดอินซูลินที่ผู้ป่วยจะฉีดเอง ยานี้เป็นยาฉีดเข้าใต้ผิวหนัง ต้องเก็บยาในตู้เย็นบริเวณที่ไม่ใช่ช่องแช่แข็ง เมื่อจะใช้ก็นำออกมาจากตู้เย็น ปลอ่ยให้คลายตัวสักพัก และคลึงขวดยาระหว่างฝ่ามือทั้งสองข้างเพื่อให้อินซูลินมีอุณหภูมิเท่ากับอุณหภูมิกาย หากเป็นอินซูลินชนิดน้ำขุ่น ต้องคลึงขวดจนยากกระจายตัวเป็นเนื้อเดียวกัน แล้วจึงดูดยาออกมาตามปริมาณที่ระบุไว้บนฉลาก จากนั้นจึงฉีดเข้าใต้ผิวหนัง โดยก่อนฉีดต้องเช็ดทำความสะอาดผิวหนังด้วยสำลีชุบแอลกอฮอล์ ปัจจุบันมียาฉีดอินซูลินชนิดปากกาซึ่งใช้ได้สะดวกขึ้น อินซูลินที่อยู่ในปากกาไม่จำเป็นต้องเก็บในตู้เย็น เพราะใช้หมดภายในเวลาไม่เกิน 1 เดือน แต่อินซูลินที่ยังไม่เปิดใช้ไม่ว่าจะเป็นชนิดปกติหรือชนิดที่ใช้กับปากกาจะต้องเก็บไว้ในตู้เย็นบริเวณที่ไม่ใช่ช่องแช่แข็ง สำหรับผู้สนใจข้อมูลสุขภาพและการใช้ยาของคุณะ

แนวหน้า

Naew Na
Circulation: 900,000
Ad Rate: 1,250

Section: ไร่ดี/สุขภาพ-ความงาม

วันที่: พุธ 16 พฤศจิกายน 2565

ปีที่: 43

ฉบับที่: 15175

หน้า: 16(ล่าง)

Col.Inch: 109.34 Ad Value: 136,675

PRValue (x3): 410,025

คลิป: ชาว-ดำ

คอลัมน์: LIFE & HEALTH: เรียนรู้..รูปแบบยาและการใช้อย่างถูกต้อง

เภสัชศาสตร์ ม.มหิดล สามารถติดตามได้ที่ <https://pharmacy.mahidol.ac.th/th/service-knowledge.php>

ในช่วงปลายปีนี้ สำหรับท่านที่อยากทำบุญช่วยเหลือ
เยาวชนผู้พิการในการดูแลของ มูลนิธิพระมหาไถ่เพื่อการพัฒนา
คนพิการ ที่มีผู้พิการในความดูแลที่อาศัยอยู่ประจำกว่า 800
คน ขอเชิญร่วมบริจาค ข้าวสาร ของใช้จำเป็น หรือเงิน ผ่าน
ธ.กรุงเทพ สาขาบางละมุง เลขที่ 342-3-04066-0 โบบีเรียจ
นำไปลดหย่อนภาษีได้ โทร.099-3944795

ผศ.(พิเศษ)ดร.อภิสิทธิ์ ฉัตรทนานนท์
ประธานกรรมการ มูลนิธิคุณแม่คุณภาพ