

หน่วยการ เรียนรู้ที่ 4

..มั่นใจ เรื่องการใช้ยา..

สุขศึกษาและพลศึกษา ม.4 เทอม 2



ความหมายของการใช้ยาและประโยชน์ของการใช้ยา

องค์อนามัยโลก (who) ได้ให้ความหมายของยาว่า ยา คือสารที่สารหรือผลิตภัณฑ์ที่มีวัตถุประสงค์ในการใช้ให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย หรือ ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางทางกายภาพหรือชีววิทยาซึ่งทำให้เกิดโรค ทั้งนี้เพื่อให้เกิดประโยชน์แก่ผู้ป่วย

- 1.ในการรักษาโรคให้หายขาด ยาหลายชนิดที่ใช้ในการรักษาโรคหรืออาการเจ็บป่วย
- 2.การใช้ยาในการควบคุมหรือบรรเทาอาการ
- 3.การป้องกันใช้ในการป้องกันโรค



★ ประเภทของยา

ยาที่ใช้ในปัจจุบัน ตามพระราชบัญญัติ ฉบับที่ พ.ศ. 2522 จำแนกได้ดังนี้

1. **ยาแผนปัจจุบัน** หมายถึง ยาที่มุ่งสำหรับการประกอบอาชีพเวชกรรมการประกอบโรคศิลปะแผนปัจจุบัน
2. **ยาแผนโบราณ** หมายถึง ยาที่มุ่งสำหรับการประกอบอาชีพเวชกรรมการประกอบโรคศิลปะโบราณ ซึ่งอยู่ในตำรายาแผนโบราณที่รัฐมนตรีประกาศใช้และและได้รับให้เป็นยาแผนโบราณ
3. **ยาอันตราย** หมายถึง ยาแผนปัจจุบันที่รัฐมนตรีประกาศให้เป็นยาอันตราย

ประเภทของยา

4. **ยาควบคุมพิเศษ** หมายถึง ยาแผนปัจจุบันหรือยาแผนโบราณที่รัฐมนตรีประกาศให้เป็นยาควบคุมพิเศษ

5. **ยาใช้ภายนอก** หมายถึง ยาแผนปัจจุบันหรือยาแผนโบราณที่มุ่งหมายสำหรับใช้ภายนอก ทั้งนี้ไม่รวมถึงยาเฉพาะที่

6. **ยาเฉพาะที่** หมายถึง แผนปัจจุบันหรือยาแผนโบราณที่มุ่งหมายเฉพาะที่ หู ตา จมูก ลิ้น ทวารหนัก



ประเภทของยา

7. **ยาสามัญประจำบ้าน** หมายถึง ยาแผนปัจจุบันหรือยาแผนโบราณที่รัฐมนตรีประกาศให้เป็นยาประจำบ้าน ที่มีชื่อว่ายาตำราหลวง
8. **ยาสมุนไพร** หมายถึง ยาที่ได้จากพืชทุกชนิด สัตว์ แร่ ที่ยังไม่ผสมปรุง หรือแปรสภาพเพื่อความสะดวกในการเก็บและมักหันให้มีขนาดเล็ก
9. **ยาบรรจุเสร็จ** หมายถึง ยาแผนปัจจุบันหรือยาแผนโบราณที่ผลิตเสร็จแล้วในรูปแบบต่าง ๆ ทางเภสัชกรรม และบรรจุในภาชนะหรือหีบห่อที่ปิดผนึกไว้ และมีฉลากครบถ้วนตามพระราชบัญญัติยา



ประเภทของยา

ประเภทของยา อาจแบ่งตามชนิดที่มีลักษณะหรือข้อกำหนดต่าง ๆ เช่น แบ่งตามการผลิตยา ซึ่งแบ่งได้เป็น 2 ชนิด

1. ยาสำเร็จรูป ได้แก่ ยาที่บริษัทต่าง ๆ ได้ผลิตขึ้นและจดทะเบียนไว้กับทางราชการ ยาพวกนี้มีลักษณะต่าง ๆ กัน เช่น ยาเม็ด ยาน้ำ หรือยาฉีด เป็นการสะดวกแก่แพทย์ที่จะสั่งใช้

2. ยาผสม คือ ยาที่แพทย์สั่งให้เภสัชกรผสม โดยมากสั่งให้เฉพาะบุคคลการผสมยาพวกนี้มีตามโรงพยาบาล หรือสถานพยาบาลใหญ่ ๆ ที่มีเภสัชกรปฏิบัติงานเป็นประจำ



ประเภทของยา

แบ่งตาม พ.ร.บ. ควบคุมยา ซึ่งแบ่งย่อยออกได้เป็น 3 ชนิด คือ

1. **ยาสามัญประจำบ้านหรือยาแผนปัจจุบัน** เป็นยาที่ประชาชนทั่วไปหาซื้อตามร้านขายยาทั่วไป โดยไม่ต้องมีใบสั่งแพทย์ มักใช้กับโรคที่ไม่รุนแรงมากนัก ไม่จำเป็นต้องให้แพทย์ตรวจ เช่น ปวดศีรษะ ท้องอืด เป็นต้น แต่หากอาการเหล่านี้ไม่หาย ควรปรึกษาแพทย์
2. **ยาอันตราย** เป็นยาสำเร็จรูปที่ใช้ในการบำบัดรักษาความเจ็บป่วยมีตัวยาหลายชนิด แต่ละชนิดมีทั้งคุณและโทษ การใช้ต้องระมัดระวังรอบคอบ เพราะจะทำให้เกิดอันตรายแก่ผู้ใช้ได้เสมอ กระทรวงสาธารณสุขจึงได้กำหนดให้เป็นยาอันตราย เช่น ยาปฏิชีวนะ

ประเภทของยา

3. **ยาควบคุมพิเศษ** หมายถึง ยาที่มีอันตรายมาก ฤทธิ์ของยาที่สำคัญและร้ายแรงมากบางชนิด เป็นยาเสพติดให้โทษ ถ้ากินเข้าไปนานจะเกิดการติดยา เช่น ยานอนหลับประเภทต่าง ๆ ยาระงับประสาท หรือยากล่อมประสาทบางชนิด



ประเภทของยา

ยาอันตรายที่ควรทราบ คือ **ยาปฏิชีวนะ** ซึ่งเป็นยาที่ได้จากเชื้อรา หรือแบคทีเรียบางชนิด ที่สามารถหยุดยั้งการเจริญและทำลายแบคทีเรียหรือ จุลินทรีย์อื่น ๆ โดยทั่วไปรู้จักกันในชื่อของยาฆ่าเชื้อ ยาแก้อักเสบหรือยาแก้ หนอง ยาปฏิชีวนะ เป็นยาที่เพิ่งจะเริ่มใช้กันอย่างกว้างขวางเมื่อสงครามโลก ครั้งที่ 2 ปัจจุบันยาประเภทนี้ได้ทวีความสำคัญขึ้นมาอย่างรวดเร็ว และนิยมกัน อย่างแพร่หลาย เนื่องจากยาปฏิชีวนะสามารถรักษาโรคที่เกิดขึ้นกับแบคทีเรีย ได้มากมายและมีประสิทธิภาพ

ประเภทของยา

บางขนานยังใช้รักษาโรคที่เกิดขึ้นกับเชื้อจุลินทรีย์ชนิดอื่น ๆ อีก เช่น เชื้อบิด เชื้อรา และไวรัสและยังใช้รักษาโรคมะเร็งบางชนิดได้ด้วย การใช้ยาปฏิชีวนะจำเป็นต้องศึกษาชนิดของเชื้อโรคให้แน่เสียก่อน ยาอย่างไร ขนาดใด จึงจะเหมาะกับชนิดของเชื้อโรคนั้น เป็นเรื่องของ แพทย์โดยเฉพาะไม่สมควรที่จะหายาเหล่านี้มารักษาเองเป็นอันตราย



ประเภทของยา

การจ่ายยาของแพทย์และพยาบาลประจำโรงพยาบาลนั้นควรให้คำแนะนำว่า ยาปฏิชีวนะมีทั้งคุณและโทษ โรคส่วนใหญ่อาจหายได้เองโดยไม่จำเป็นต้องใช้ยาปฏิชีวนะ ยานี้ไม่ใช่ยาลดไข้ ไม่ควรใช้โดยไม่จำเป็น อาจทำให้เกิดอาการแพ้หรือเป็นพิษต่อร่างกาย การใช้ยาโดยไม่ถูกวิธีหรือไม่ครบตามจำนวนที่ควรจะทำให้เป็นโรคเรื้อรังและเชื้อเกิดการดื้อยา เป็นอันตรายต่อสังคมและตนเอง การใช้ยาปฏิชีวนะไม่ควรซื้อกินเอง ควรปรึกษาแพทย์ทุกครั้ง

การจัดประเภทของยา

ตามระดับการควบคุมการขาย

- ยาควบคุมพิเศษ
- ยาอันตราย
- ยาที่ได้รับการยกเว้นไม่เป็นยาอันตราย/ยาบรรจุเสร็จที่ไม่ใช่ยาอันตรายหรือยาควบคุมพิเศษ/ยาที่ไม่ได้รับการจัดประเภทให้เป็นยาควบคุมพิเศษหรือยาอันตรายหรือยาสามัญประจำบ้าน/ยา (เฉยๆ)
- ยาสามัญประจำบ้าน

ยาควบคุมพิเศษ หมายความว่า ยาแผนปัจจุบันหรือยาแผนโบราณที่**รัฐมนตรีประกาศ**เป็นยาควบคุมพิเศษ ตามมาตรา 76(4)

ยาอันตราย หมายความว่า ยาแผนปัจจุบันหรือยาแผนโบราณที่**รัฐมนตรีประกาศ**เป็นยาอันตราย ตามมาตรา 76(3)

ยาสามัญประจำบ้าน หมายความว่า ยาแผนปัจจุบันหรือยาแผนโบราณที่**รัฐมนตรีประกาศ**เป็นยาสามัญประจำบ้าน ตามมาตรา 76(5)



รูปแบบของยา

ยาที่ใช้อยู่ในปัจจุบันได้มาจากการสังเคราะห์ในห้องปฏิบัติการ มีการศึกษาวิจัยกับสัตว์และกับคน จนเชื่อถือได้ว่าใช้กับคนได้ผล จึงนำมาใช้ได้ ซึ่งจะอยู่หลายรูปแบบ ดังนี้

1. ยาเม็ด (Tablet)

3) ยาผง (Powder)

5) ยาน้ำเชื่อม (syrup)

7) ยาน้ำแขวนตะกอน (Suspension)

9) ครีม (cream)

11) เจล (Gel)

2. ยาแคปซูล (Capsule)

4) ยาน้ำใส (solution)

6) ยาอีลิคเซอร์ (Elixir)

8) โลชั่น (Lotion)

10) ยาขี้ผึ้ง (ointment)

12) ยาเหน็บ (suppository)

รูปแบบของยา

ยาที่มีจำหน่ายทั่วไปตามร้านขายยา มีการผลิตออกมาในรูปแบบแตกต่างกันออกไปหลายแบบ ทั้งนี้เพื่อให้มีประสิทธิภาพในการรักษาโรคนั่นเอง รูปแบบของยา แบ่งออกได้เป็น 2 ประเภท คือ

1. ประเภทของเหลว

2. ประเภทของแข็ง



รูปแบบของยา

1. ประเภทของเหลว มีหลายชนิดได้แก่

1.1 ยาน้ำใส (Solution)

ยาน้ำใส คือรูปแบบยาที่ละลายอยู่ในน้ำโดยปราศจากตะกอน สามารถดูดซึมเข้าสู่กระแสโลหิตและออกฤทธิ์ได้เร็ว เช่น น้ำเกลือ ยาหยอดตา ยาแก้ปวดแก้ไข้ สำหรับเด็ก เป็นต้น ยานชนิดนี้ถ้ามีสีหรือกลิ่น เปลี่ยนไป หรือมีการตกผลึกอยู่ที่ก้นขวด ควรเลิกใช้เพราะแสดงว่ายานั้นเสื่อมคุณภาพแล้ว



รูปแบบของยา

1.2 ยาน้ำแขวนตะกอน (Suspension)

ยาน้ำแขวนตะกอนเป็นรูปแบบของยาที่มีสาร
ไม่ละลายกระจายอยู่ในน้ำ ในลักษณะขุ่น เมื่อตั้งทิ้งไว้
จะตกตะกอน เช่น ยาธาตุน้ำแดง ยาแก้ไอน้ำดำ เป็นต้น
ถ้าตะกอนของยาจับตัวกันแข็งเขย่าไม่ค่อยละลาย
แสดงว่ายาเสื่อมคุณภาพควรเลิกใช้



รูปแบบของยา

1.3 ยาอิมัลชัน (Emulsion)

ยาอิมัลชันอาจเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า
ยาน้ำแขวนตะกอน เป็นรูปแบบยาที่ประกอบด้วย
น้ำยากับน้ำมัน ผสมเป็นเนื้อเดียวกัน เช่น
น้ำมันตับปลา สกัดอิมัลชัน เป็นต้น ถ้ายาแยกเป็น
2 ส่วนคือน้ำกับน้ำมัน เขย่าขวดแล้วไม่เข้ากันควรเลิกใช้



รูปแบบของยา

1.4 ยาน้ำเชื่อม (Syrup)

ยาน้ำเชื่อมเป็นรูปแบบของยาที่มีน้ำตาลซูโครสละลายอยู่ในตัวยา เช่น ยาแก้ไอน้ำเชื่อม ทำให้กลบรสขมของยา ผู้ป่วยจึงรับประทานยาได้ง่ายขึ้น



รูปแบบของยา

1.5 ยาสปิริต (Spirits)

ยาสปิริตเป็นรูปแบบยาที่มีแอลกอฮอล์ 60–90 เปอร์เซ็นต์ ผสมอยู่กับน้ำมันหอมระเหยบางชนิด เช่น เหล้าแอมโมเนียหอม เป็นต้น



1.6 ยาทิงเจอร์ (Tincture)

ยาทิงเจอร์เป็นรูปแบบยาที่มีตัวยาละลายอยู่ในเอทิลแอลกอฮอล์ เช่น ทิงเจอร์ไอโอดีน ทิงเจอร์ไธเมอโรซอล ทิงเจอร์ฝิ่นการะบูน เป็นต้น



รูปแบบของยา

1.7 ยาเจล (Gel)



ยาเจลเป็นรูปแบบยาที่มีลักษณะคล้าย
ยาน้ำแขวนตะกอนแต่เข้มข้นกว่า เช่น
ยาลดกรด พวกอะโรมิลค์

1.8 ยาโลชั่น (Lotion)

ยาโลชั่นเป็นรูปแบบยาประเภทยาน้ำแขวน
ตะกอนเช่นเดียวกันแต่ใช้สำหรับภายนอก
ร่างกาย เช่น ยาทาแก้ผดผื่นคันคาลาไมด์



รูปแบบของยา

2. ประเภทของแข็ง มีหลายชนิดได้แก่

2.1 ยาเม็ด มี 2 พวก คือ

2.1.1 ยาเม็ดแบน มีลักษณะเป็นเม็ดแบน ๆ อาจมีทรงเหลี่ยมหรือทรงกลม มีสีสันต่าง ๆ มากมาย บางชนิดเคลือบด้วยสารพวกน้ำตาลให้มีรสหวานเพื่อกลบบรสยา

2.1.2 ยาเม็ดกลม ส่วนมาก
เป็นยาแผนโบราณต่าง ๆ เช่น ยาลูกกลอน



รูปแบบของยา

2.2 ยาแคปซูล (Capsules)

ยาแคปซูล เป็นรูปแบบยาที่มีตัวยาบรรจุอยู่ในเปลือกหุ้มที่ละลายได้ภายใน 20-30 นาที แคปซูลทำด้วยสารพวกเจลลาติน เหตุที่ต้องบรรจุอยู่ในแคปซูล เพราะต้องการให้ตัวยาถูกดูดซึมในลำไส้ เพื่อไม่ให้กรดในกระเพาะทำลายและเพื่อกลบรสยา ถ้าแคปซูลมีลักษณะผิดปกติ เช่น บวม พอง เยิ้ม ไม่ควรใช้ แสดงว่ายาเสื่อมคุณภาพแล้ว



รูปแบบของยา

2.3 ยาเหน็บ (Suppositories)

ยาเหน็บมักทำเป็นรูปร่างต่าง ๆ
มากมาย เช่น เป็นแท่งยาว รูปไข่ รูปลูกแพร์
ใช้สอดเข้าทาง ทวารหนักหรือช่องคลอด เช่น
ยาเหน็บอนุซอลรักษาริดสีดวงทวาร ยาเหน็บ
ช่องคลอด แก้ตกขาวและเชื้อรา ก่อนใช้ต้องนำยา
แช่ความเย็นให้แข็งตัวเสียก่อน



รูปแบบของยา

2.4 ขี้ผึ้ง (Ointment)

ขี้ผึ้งเป็นรูปแบบยาที่ใช้สำหรับทา
ภายนอก มีลักษณะครึ่งแข็งครึ่งเหลว เช่น
ยาหยอดตา ชนิดขี้ผึ้ง ยาหม่อง เป็นต้น



2.5 ครีม (Cream)

ครีมมีลักษณะเหมือนยาประเภทขี้ผึ้งแต่
เหลวกว่า เช่น ทราโวเจน เคาน์เตอร์เพน เป็นต้น



รูปแบบของยา

2.6 ยาผง (Powder)

ยาผงมีหลายชนิด เช่น ยาผงโรยแผล ยาห้ามใจ ยาผงสำหรับผสมน้ำกลั่นแล้วใช้ฉีดเข้าร่างกาย ยาผงบางชนิดเป็นผงเดือดฟู เมื่อใส่ลงในน้ำจะเกิดฟองก๊าซขึ้น เช่น โซเดียมไฮโดรเจนคาร์บอเนต หรืออีโน เป็นต้น



รูปแบบของยา

ยาสำเร็จรูปที่กล่าวมานี้บางชนิดจำเป็นต้องทำให้ปราศจากเชื้อโรค โดยสิ้นเชิงคือจะต้องผลิตด้วย กรรมวิธีที่สะอาด เช่น ยาฉีด ยาหยอดตา ยาหยอดหู ยาหยอดจมูก เป็นต้น สำหรับยาฉีดยานั้นจะเข้าสู่ ร่างกายได้เร็วถ้า ไม่ทำให้ปราศจากเชื้อก็เท่ากับเป็นการนำเชื้อโรคเข้าสู่ร่างกายนั่นเอง ส่วน ยาเม็ดที่ใช้ รับประทานนั้นไม่จำเป็น ต้องทำให้ปราศจากเชื้อโรค เพราะ เหตุว่าในกระเพาะอาหารมีกรดไฮโดรคลอริก ช่วยฆ่าเชื้อโรคอยู่แล้ว

ยาสาัมัญประจำบ้าน

ยาสาัมัญประจำบ้านมี 2 ประเภท คือ ยาสาัมัญประจำบ้านแผนโบราณ และยาสาัมัญประจำบ้านแผนปัจจุบัน ซึ่งยาสาัมัญประจำบ้านแบ่งเป็น 2 ประเภท ยากายในและยากายนอก แบ่งเป็น 15 กลุ่มอาการ ดังนี้

1. ยาแก้ปวดท้อง	2. ยาแก้ท้องเสีย	3. ยาระบาย ยาถ่าย	4. ยาถ่ายพยาธิลำไส้	5. ยาแก้ปวดลดไข้
6. ยาแก้ไอขับเสมหะ	7. ยาแก้คัดจมูก	8. ยาแก้แพ้	9. ยาดมแก้วิงเวียน หน้ามืด	10. ยากินบำรุงร่างกาย
11. ยาโรคตา และ โรคในช่องปาก	12. ยาแก้โรผิวหนัง	13. ยาใส่แผล ล้างแผล	14. ยาบรรเทาอาการ ปวดกล้ามเนื้อ	15. ยาแก้ปวดฟัน

ยาสามัญประจำบ้าน

ตัวอย่างตู้ยาสามัญประจำบ้าน



วิธีการใช้ยา

วิธีการใช้ยาให้ได้ผลดีที่สุดควรยึดหลักปฏิบัติดังนี้

1. ใช้ยาให้ถูกโรค
2. ใช้ยาให้ถูกขนาด
3. ใช้ยาให้ถูกเวลา
4. ใช้ยาให้ถูกบุคคล
5. ใช้ยาให้ถูกทางและวิธี

อันตรายจากการใช้ยา

1.ผลข้างเคียงจากการใช้ยา(Side Effects)

- ยาคลอร์เฟนิรามีน ทำให้ง่วงซึม
- ยาแก้ปวด ทำให้เลือดแข็งตัวช้า หูอื้อ เป็นต้น

2.อันตรายจากพิษของยา(Drug Toxicity) มันเกิดจากการใช้ยาเกิดขนาดอาจรู้เท่าไม่ถึงการณ์ หรือรับประทานเกินขนาดเพื่อหวังฆ่าตัวตาย ถ้าพบเห็นควรรีบนำส่งโรงพยาบาลทันที

อันตรายจากการใช้ยา

3.การแพ้ยา(Drug Allergy)อาการแพ้ยาเกิด จะไม่มีลักษณะคล้ายคลึงกับฤทธิ์ของยาเลย แต่จะมีอาการแตกต่างออกไปเหมือนกับอาการทั่วไป ลักษณะอาการแพ้ยาจะแตกต่างกันไปตามชนิดของยา และตัวบุคคล แต่อาการส่วนใหญ่เกิดขึ้นที่ผิวหนัง

4.การรับยาติดต่อกันเป็นเวลานาน(Chronic Toxicity)เป็นอาการที่ไม่พึงประสงค์ซึ่งเป็นผลสืบเนื่องมาจากการที่ผู้ป่วยได้รับยาติดต่อกันเป็นเวลานาน ลักษณะอาการอาจแตกต่างจากผลเสียข้างเคียงจากการใช้ยาและพิษยา เช่น ยากลุ่มสเตียรอยด์ (**Steroids**) อาจทำให้เกิดความผิดปกติทางใจ

อันตรายจากการใช้ยา

5.การดื้อยา(Drug Resistance)เป็นการที่ใช้ยาแล้วไม่สามารถทำลายเชื้อโรคได้ เนื่องจากโรคดื้อยา ที่พบมากที่สุดมันเนื่องมาจากการใช้ยา ปฏิชีวนะไม่ตรงกับชนิดของเชื้อโรคใช้ไม่ถูกขนาด หรือใช้ในระยะเวลาที่น้อยไป หรือไม่เพียงพอต่อการทำลายเชื้อโรค

6.การติดยา(Drug Dependence)ยาบางชนิดถ้าใช้ไม่ถูกต้อง หรือใช้ต่อเนื่องกันไปชั่วระยะเวลาหนึ่ง จะทำให้ติดยาชนิดนั้นได้ เช่น มอร์ฟีน ยา กล่อมประสาท ยาแก้ไอบางชนิด เป็นต้น

การเสื่อมและการหมดอายุยา

ยาทุกชนิดจะมีการเสื่อมและหมดอายุได้ การเสื่อมสภาพของยาอาจเกิดก่อนการหมดอายุของยา ซึ่งโดยมากมักเกิดจากการเก็บยาไม่ถูกวิธี เช่น ถูกความร้อน ความชื้น หรือแสงแดดทำให้ยามีลักษณะที่เปลี่ยนไปจากเดิม เช่น ยาเม็ดจะแตกกร่อน หรือสีเปลี่ยนไป ยาน้ำจะตกตะกอนแน่นเขย่าไม่กระจาย หรือแยกชั้น สี กลิ่น และรสเปลี่ยน ยาแคปซูลจะมีลักษณะเยิ้มหรือขึ้นรา ยาที่มีลักษณะเช่นนี้ไม่ควรนำมาใช้ เพราะอาจทำให้เกิดอันตรายจนถึงตายได้

การเสื่อมและการหมดอายุยา



Reg. No. 2C 17/45 (NC)
(ครั้งที่ผลิต) Batch No.: YB309
(วันผลิต) Man. Date: 08/08
(ยาสิ้นอายุ) Exp. Date: 08/10
Singapore 629589
SIN 11066P

ข้อควรปฏิบัติในการใช้ยา

ในการใช้นั้นเพื่อให้ได้รับผลอย่างสูงสุดจากการใช้ยา และไม่เกิดอันตรายจากการใช้ยาหรือถ้าเกิดอันตรายก็สามารถแก้ไขได้ทันที ควรปฏิบัติดังนี้

๑. ควรไปให้แพทย์ตรวจรักษาและจัดยาให้มาจะดีกว่าหารไปซื้อยารับประทานเอง แต่ถ้าจะไปซื้อยารับประทานเองควรไปซื้อยาจากร้านเภสัชการประจำอยู่

๒. ควรอ่านฉลากยาให้ละเอียดก่อนใช้นั้น ถ้าเป็นยาที่ยังไม่เคยใช้หรือไม่ได้ใช้เป็นประจำในฉลากยาจะมีชื่อยา สรรพคุณของยาวิธีใช้ขนาดที่ใช้ค่าเตือนส่วนประกอบที่สำคัญของยารวันเดือนปีที่ผลิตยา วันหมดอายุ และรายละเอียดอื่น ๆ อีกซึ่งฉลากนี้จะปรากฏอยู่ด้านข้างของภาชนะที่บรรจุ และแผ่นฉลากในภาชนะที่จุ

ข้อควรปฏิบัติในการใช้ยา

๓. ถ้าต้องการอ่านฉลาก แต่ว่าฉลากยาเลอะเลือนจนอ่านไม่ชัดหรือไม่มีฉลากก็ไม่ควรใช้ยานั้น
๔. ในการใช้ยาต้องปฏิบัติตามฉลากหรือตามที่แพทย์สั่งอย่าเคร่งครัด
๕. ถ้าเกิดอันตรายจากการใช้ยาดังกล่าวมาแล้วให้เปลี่ยนยาหรือหยุดใช้ยาหรือหลีกเลี่ยงการใช้ยาหรืออาจต้องไปพบแพทย์แล้วแต่กรณีและความรุนแรง
๖. ต้องใช้ยาให้ถูกเวลาตามที่ระบุไว้ในฉลากหรือตามที่แพทย์สั่ง ซึ่งมักเขียนไว้ที่ข้างซองยา
๗. ควรดเว้นการใช้ยาชุดซึ่งยาชุดนี้จะไม่ฉลากผู้ขายจะจัดรวมเป็นชุดชุดละ **3-5** โดยมีรูปลักษณะและสีของยาต่าง ๆ กันยาชุดนี้มีอันตรายผู้ใช้มาก

ข้อควรปฏิบัติในการใช้ยา

๘. ควรจำไว้ว่าตนเองเคยแพ้ยาอะไรก่อนที่แพทย์หรือเภสัชกรจ่ายยาควรบอกด้วยว่าตนเองแพ้ยาอะไร
๙. ไม่ควรหลงในคำโฆษณาเกินความเป็นจริงควรใช้วิจารณญาณในการซื้อและใช้ยา
๑๐. ถ้าลิ้มรับประทานยามือใดมือหนึ่ง ให้รับประทานทันทีที่นึกขึ้นได้ แต่ห้ามรับประทานยาเป็นสองเท่าในมือต่อไป
๑๑. ไม่ควรใช้ยาอย่างพร่ำเพรื่อ เพราะยาเป็นสารเคมีที่เข้าสู่ร่างกาย ถ้ามีมากอาจมีผลต่อร่างกายหรืออวัยวะภายในได้

บทความเผยแพร่ความรู้สู่ประชาชน

กลูตาไธโอน (glutathione) ทำให้ขาวจริงหรือ??

กลูตาไธโอน (glutathione) เป็นสารต้านอนุมูลอิสระที่เซลล์ในร่างกายมนุษย์สามารถสังเคราะห์ได้เอง มีคุณสมบัติเป็นโปรตีนชนิดหนึ่ง ทำหน้าที่ในการปกป้องเนื้อเยื่อไม่ให้ถูกทำลายโดยสารอนุมูลอิสระที่สะสมอยู่ตามส่วนต่างๆ ของร่างกาย กระตุ้นภูมิคุ้มกันของร่างกาย และที่สำคัญยังช่วยตับในการทำลายและขจัดสารพิษออกจากร่างกายด้วย

บทความเผยแพร่ความรู้สู่ประชาชน

ในทางการแพทย์พบว่าการนำกลูตาไธโอนมาทดลองใช้ในการรักษาโรคต่าง ๆ ซึ่งยังไม่ได้รับการอนุมัติข้อบ่งใช้จากองค์การอาหารและยา เช่น ภาวะเป็นหมันในเพศชาย ปลายเส้นประสาทอักเสบ มะเร็งกระเพาะอาหาร หรือมะเร็งต่อมลูกหมาก วิธีการรักษามักทำโดยการฉีดเข้าทางหลอดเลือดดำหรือเข้าที่กล้ามเนื้อ ผลข้างเคียงอย่างหนึ่งที่น่าแปลกใจ คือ ผู้ป่วยที่ได้รับการรักษาด้วยการฉีดกลูตาไธโอนนั้นมีสีผิวที่ขาวขึ้น เนื่องจากกลูตาไธโอนสามารถยับยั้งเอนไซม์ไทโรซิเนส (tyrosinase) ได้ และส่งผลให้เม็ดสีของผิวหนังเปลี่ยนจากเม็ดสีน้ำตาลดำเป็นเม็ดสีชมพูขาว

บทความเผยแพร่ความรู้สู่ประชาชน



ด้วยเหตุนี้เองจึงมีผู้พยายามนำผลข้างเคียงของ
ยามาใช้ในการทำให้ผิวขาวขึ้น ซึ่งนับได้ว่าเป็นการนำยามา
ใช้ในทางที่ผิดอีกรูปแบบหนึ่ง โดยในปัจจุบันยังไม่มี
การศึกษาที่น่าเชื่อถือยืนยันหรือรับรองประสิทธิภาพและ
ประโยชน์ของกลูตาไธโอนในการทำให้ผิวขาวได้อย่าง
แท้จริง จึงไม่น่าแปลกใจที่กลูตาไธโอนไม่ผ่านการรับรอง
ข้อบ่งใช้โดยองค์การอาหารและยาประเทศสหรัฐอเมริกา
สำหรับทำให้ผิวขาว

บทความเผยแพร่ความรู้สู่ประชาชน

ถึงแม้ว่ากลูตาไธโอนเป็นสารที่ร่างกายสร้างได้เองตามธรรมชาติ แต่ประสิทธิภาพและความปลอดภัยของ กลูตาไธโอนชนิดฉีดหรือชนิดรับประทานเพื่อให้ผิวขาวใส่นั้นยังไม่มีผลการพิสูจน์ผลที่ชัดเจน ความปลอดภัยในการใช้ยาจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ต้องคำนึงถึง และพึงระลึกไว้เสมอว่า ไม่มียาชนิดใดในโลกที่ปลอดภัยร้อยเปอร์เซ็นต์ ดังนั้นก่อนการใช้ยาใด ๆ ก็ตามควรศึกษาข้อมูลให้ละเอียดเสียก่อนเพื่อความปลอดภัยของตนเอง

