



เรื่องควรรู้เกี่ยวกับการรับประทานยา



ไม่ต้องพูดถึงเรื่องการรับประทานยา หลายๆ ท่านคงไม่ชอบใจนัก ด้วยเหตุผลหลายอย่าง เช่น ไม่ชอบรสชาติของยา ไม่ชอบการจำว่าต้องรับประทานกี่ครั้งบ้าง รวมไปถึงการไม่เข้าใจในวิธีรับประทานยา ทำให้เกิดการรับประทานยาไม่ถูกต้อง ไม่ครบตามจำนวนที่แพทย์สั่ง และอาจนำไปสู่การรักษาที่ไม่ได้ผล...

บทความวันนี้จะมาแนะนำหลักการเบื้องต้นในการรับประทานยาที่ถูกต้อง เพื่อเป็นการส่งเสริมให้เกิดการใช้ยาอย่างถูกต้อง และนำไปสู่การคุณภาพการรักษาที่ดียิ่งขึ้นต่อไป...

ยาที่แพทย์สั่งให้รับประทานก่อนอาหาร (ท้องว่าง) : ให้รับประทานยานี้ **ก่อนอาหาร ครั้ง-1 ชั่วโมง**

- เพื่อให้ยาออกฤทธิ์ระงับอาการบางอย่างที่จะเกิดขึ้น เช่น ยาแก้ไอ เจียน
- เพื่อให้ยาถูกดูดซึมได้ดีตอนท้องว่าง เนื่องจากยาประเภทนี้จะถูกอาหารรบกวนการดูดซึม เช่น ยาปฏิชีวนะ (ยาฆ่าเชื้อ) ประเภท เพนิซิลลิน (penicillin), แอมพิซิลลิน (ampicillin), อิริโทรมัยซิน (erythromycin), ร็อกซิโทรมัยซิน (roxithromycin) เป็นต้น

ยาที่แพทย์สั่งให้รับประทานหลังอาหาร : ให้รับประทานยานี้ **หลังอาหารประมาณ 15 นาที**

- ยาโดยทั่วไปจะระงับให้รับประทานหลังอาหาร เนื่องจากอาหารไม่มีผลรบกวนการดูดซึมของยา และเพื่อเป็นการเพิ่มความสะดวกให้กับผู้ป่วย

ยาที่แพทย์สั่งให้รับประทานหลังอาหารทันที : ให้รับประทานยานี้ **หลังอาหารทันที , รับประทานพร้อมอาหาร**

- ยาประเภทนี้อาจจะระคายเคืองกระเพาะอาหารทำให้ คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ได้แก่ ยาแอสไพริน (aspirin), ยาแก้ปวดข้อ ไอบูโพรเฟน (ibuprofen), อินโดเมทาซิน (indomethacin), ยาสเตียรอยด์ (steroid) เป็นต้น

ยาที่แพทย์สั่งให้เคี้ยวให้ละเอียดก่อนกลืน : ให้ **เคี้ยวยา** นี้ให้ละเอียดก่อนกลืน

- ยาบางชนิดแตกตัวยากต้องเคี้ยวก่อนกลืนเพื่อให้ตัวยากออกฤทธิ์ได้เร็วขึ้น ได้แก่ ยาลดกรดในกระเพาะอาหารชนิดเม็ด , ยาแก้ท้องอืด ขับลม ชนิดเม็ด

ยาที่แพทย์สั่งให้รับประทานก่อนนอน : ให้รับประทานยานี้ **ก่อนนอนเล็กน้อย**

- ยาบางชนิดทำให้วังนอน มึนงง เช่น ยาคลายกัวงวล , ยาแก้แพ้ชนิดวังนอน จึงควรรับประทานก่อนนอน เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดอันตรายในการทำงานเกี่ยวกับเครื่องจักร หรือการขับรถในเวลากลางวัน

ยาที่ห้ามบดห้ามเคี้ยว : ให้รับประทานยานี้โดย **กลืนทั้งหมด ห้ามบด เคี้ยวยา**

- ยาชนิดออกฤทธิ์นาน (sustained-release tablets) เนื่องจากยาประเภทนี้มีการเคลือบตัวยาคือเป็นชั้นๆ ไว้ เมื่อรับประทานเข้าไป ตัวยาค่อยๆ ปล่อยออกมาเป็นระยะ อาจออกฤทธิ์ได้นาน 12-24 ชั่วโมง แล้วแต่ผู้ผลิต ถ้าหากบดเคี้ยวยาชนิดนี้ ตัวยาค่อยๆ ปล่อยออกมาพร้อมกันทีเดียว อาจทำให้เกิดอันตรายจากการได้รับยาเกินขนาดได้

หวังว่าบทความนี้จะประโยชน์กับผู้ป่วย เพื่อเป็นแนวทางในการใช้ยารักษาโรคที่ถูกต้อง และนำไปสู่คุณภาพการรักษาที่ดีต่อไป...

อ.ภก.จิรัชย์ มงคลชัยภักดิ์

คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยอีสเทิร์นเอเซีย

