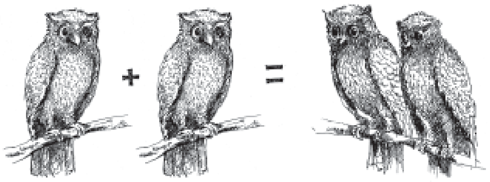
ជំពូកទី ៨

របៀបកំណត់កម្រិតថ្នាំ និងរបៀបប្រើថ្នាំ

និមិត្តសញ្ញា

= មានន័យថា ៖ ស្មើនឹង ឬដូចគ្នានឹង

+ មានន័យថា ៖ និង ឬបូកនឹង



1 + 1 = 2

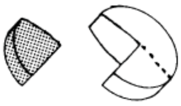
មួយ បូក មួយ ស្មើនឹង ពីរ

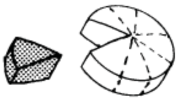
របៀបសរសេរក្នុងការចែកថ្នាំ

១គ្រាប់ = មួយគ្រាប់ទាំងមូល =

១/២គ្រាប់ = កន្លះគ្រាប់ =

១ ១/២គ្រាប់ = មួយគ្រាប់កន្លះ =

១/៤គ្រាប់ = មួយភាគបួននៃគ្រាប់ = 

១/៨គ្រាប់ = មួយភាគប្រាំបីនៃគ្រាប់(មួយគ្រាប់ចែកជាប្រាំបីចំណែក ហើយលេបមួយចំណែក) = 

ខ្នាតរង្វាស់របស់ថ្នាំ

ជាទូទៅ ខ្នាតរង្វាស់របស់ថ្នាំគឺគិតជាក្រាម(ក្រ.)និងមីលីក្រាម(ម.ក្រ)

១០០០ម.ក្រ.= ១ក្រ. (មួយពាន់មីលីក្រាម ស្មើនឹងមួយក្រាម)

១ម.ក្រ=0,00១ក្រ. (មួយមីលីក្រាមស្មើនឹងមួយភាគពាន់នៃមួយក្រាម)

ឧទាហរណ៍

	អាស្ពីរីន(Aspirin)សម្រាប់មនុស្សធំមួយគ្រាប់ មានផ្ទុកថ្នាំអាស្ពីរីន ៣០០មីលីក្រាម	.៣ ក្រ. ០.៣ ក្រ. ០.៣០០ ក្រ. ៣០០ ម.ក្រ.	ទាំងអស់នេះជារបៀបផ្សេងៗគ្នានៃការនិយាយអំពី ៣០០មីលីក្រាម
	អាស្ពីរីន(Aspirin) សម្រាប់កុមារមួយគ្រាប់ មានផ្ទុកថ្នាំអាស្ពីរីន ៧៥មីលីក្រាម	.០៧៥ ក្រ. ០.០៧៥ ក្រ. ៧៥ ម.ក្រ.	ទាំងអស់នេះជារបៀបផ្សេងៗគ្នានៃការនិយាយអំពី ៧៥មីលីក្រាម

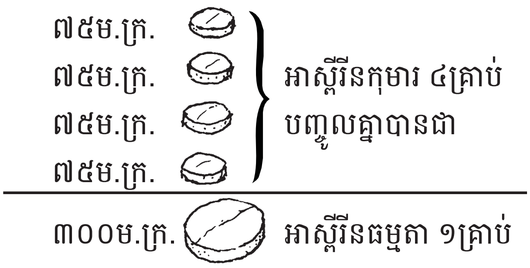
កំណត់ចំណាំ ៖ នៅក្នុងប្រទេសខ្លះ ថ្នាំខ្លះមានខ្នាតរង្វាស់គិតជា ហ្គ្រេន (grain=gr.) ហើយ ១gr. = ៦៥ ម.ក្រ.។ នេះមានន័យថា ថ្នាំអាស្ពីរីនមួយគ្រាប់ដែលមាន ៥gr. គឺស្មើនឹង ៣០០ ម.ក្រ.។

ជាទូទៅ គេចាំបាច់ត្រូវដឹងពីចំនួនក្រាម ឬមីលីក្រាមដែលមានផ្ទុកនៅក្នុងថ្នាំណាមួយ។

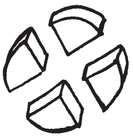
ឧទាហរណ៍ ៖ បើអ្នកចង់ប្រើថ្នាំគ្រាប់អាស្ពីរីនសម្រាប់មនុស្សធំមួយចំណែកតូច ឲ្យទៅកុមារជំនួសថ្នាំអាស្ពីរីនសម្រាប់កុមារ ប៉ុន្តែអ្នកមិនដឹងថាត្រូវឲ្យប៉ុន្មាននោះ...

អានអក្សរតូចៗនៅលើស្លាកសញ្ញារបស់ថ្នាំ
ដែលមានសរសេរថា ៖ អាស៊ីត
អាសេទីលសាលីស៊ីលិក ០.៣ក្រាម
(អាសេទីលសេលីស៊ីលិក អាស៊ីដ = អាស្ពីរីន)

០.៣ ក្រ. = ៣០០ ម.ក្រ. និង ០.០៧៥ ក្រ. = ៧៥ ម.ក្រ.។ ដូច្នេះអ្នកអាចមើលឃើញថា ថ្នាំអាស្ពីរីនសម្រាប់មនុស្សធំ ១គ្រាប់ មានទម្ងន់ស្មើនឹង៤ដងនៃអាស្ពីរីនសម្រាប់កុមារ។



បើអ្នកកាត់អាស្ពីរីនមនុស្សធំ ១គ្រាប់ទៅជា៤ភាគស្មើៗគ្នា នោះមួយភាគៗនៃអាស្ពីរីនទាំង ៤ភាគ ស្មើនឹងអាស្ពីរីនសម្រាប់កុមារមួយគ្រាប់



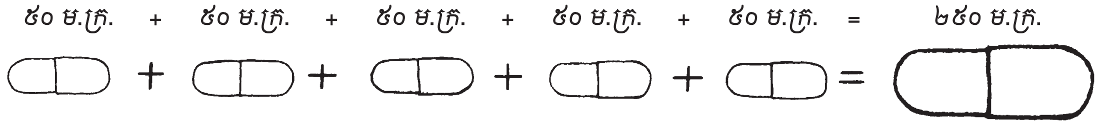
ដូច្នេះ បើអ្នកកាត់អាស្ពីរីនមនុស្សធំ១គ្រាប់ទៅជា៤ចំណែក អ្នកអាចប្រើ១ចំណែកជំនួសអាស្ពីរីនសម្រាប់កុមារបាន។ របៀបទាំងពីរយ៉ាងនេះស្មើគ្នា ប៉ុន្តែមួយចំណែកនៃអាស្ពីរីនមនុស្សធំមានតម្លៃថោកជាង។

ប្រយ័ត្ន ៖ មានថ្នាំជាច្រើន ពិសេសពពួកថ្នាំអង់ទីប៊ីយ៉ូទិកមានទម្ងន់ និងខ្នាតខុសគ្នា។

ឧទាហរណ៍ ៖ តេត្រាស៊ីគ្លីន (Tetracycline) អាចមានគ្រាប់៣ប្រភេទ ៖

សូមប្រយ័ត្នថា ត្រូវឲ្យថ្នាំតែទៅតាមកម្រិតដែលបានណែនាំប៉ុណ្ណោះ។ គេចាំបាច់ត្រូវពិនិត្យថា តើថ្នាំនោះមានចំណុះប៉ុន្មានក្រាម ឬមីលីក្រាម។

ឧទាហរណ៍ ៖ បើនៅក្នុងវេជ្ជបញ្ជាសរសេរថា លេបតេត្រាស៊ីគ្លីន ១គ្រាប់ ២៥០ម.ក្រ. ចំនួន៤ដង ក្នុងមួយថ្ងៃ ហើយអ្នកមានតែគ្រាប់៥០ម.ក្រ នោះអ្នកត្រូវលេប៥គ្រាប់នៃ៥០មីលីក្រាម ៤ដងក្នុងមួយថ្ងៃ (២០គ្រាប់ ក្នុងមួយថ្ងៃ)។



របៀបកំណត់កម្រិតថ្នាំប៉េនីស៊ីលីន

ជាទូទៅ ថ្នាំប៉េនីស៊ីលីនត្រូវបានកម្រិតជាអ៊ុយនីតេ (unit) ១.៦០០.០០០អ៊ុយនីតេ = ១ក្រ. ឬ ១.០០០ម.ក្រ ថ្នាំប៉េនីស៊ីលីនមានច្រើនទម្រង់ (ថ្នាំចាក់និងថ្នាំគ្រាប់) ក្នុងកម្រិត ៤០០.០០០អ៊ុយនីតេ = ២៥០ម.ក្រ.

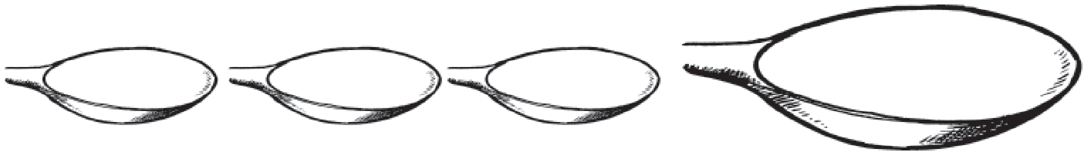
ខ្នាតរង្វាស់ថ្នាំទឹក

ថ្នាំស៊ីរ៉ូ ថ្នាំទឹកខាប់ៗ ថ្នាំកម្លាំង និងថ្នាំទឹកផ្សេងៗទៀតត្រូវបានកំណត់ក្រិតជាមីលីលីត្រ ៖

ម.ល = មីលីលីត្រ　　　　　　　　　　១លីត្រ(ល.) = ១០០០ម.ល

ជាញឹកញាប់ ថ្នាំទឹកត្រូវបានគេវាល់ដោយស្លាបព្រាបាយ ឬស្លាបព្រាកាហ្វេ ៖

១ស្លាបព្រាកាហ្វេ = ៥.ម.ល　　　　　　　　　　១ស្លាបពាប្រាយ = ១៥ម.ល

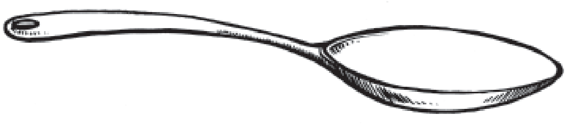


កាលណាគេណែនាំថា ពិសារមួយស្លាបព្រាកាហ្វេ បានសេចក្តីថា ៥ម.ល។

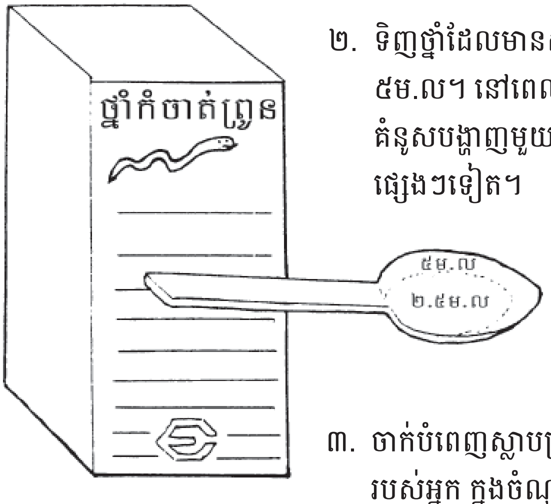
ប៉ុន្តែ ស្លាបព្រាកាហ្វេដែលគេច្រើនប្រើមានកម្រិតដល់៨ម.ល ឬត្រឹម៣ម.ល។ **បើប្រើស្លាបពាក្រាហ្វេដើម្បីឲ្យថ្នាំ នោះ គេចាំបាច់ត្រូវវាស់ត្រឹមតែ៥ម.ល ដោយមិនឲ្យលើស និងមិនឲ្យខ្វះឡើយ។**

វិធីធ្វើឲ្យប្រាកដថាស្លាបព្រាកាហ្វេដែលប្រើមានចំណុះ៥ម.ល

១. ទិញស្លាបព្រាដែលមានចំណុះ៥ម.ល



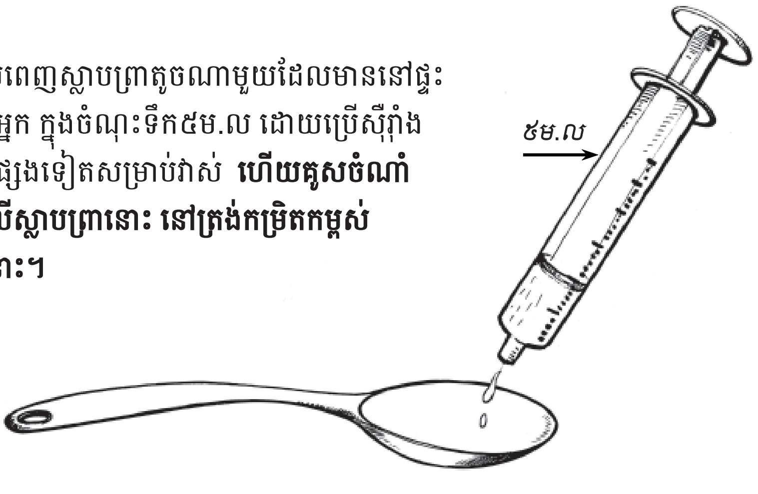
ឬ



២. ទិញថ្នាំដែលមានស្លាបព្រាប្លាស្ទិកជាប់មកជាមួយ។ ស្លាបព្រានេះមានចំណុះ ៥ម.ល។ នៅពេលដែលវាពេញ វាមានចំណុះ ៥ម.ល ហើយបើវាកន្លះ វាមានគំនូសបង្ហាញមួយ (២.៥ម.ល)។ រក្សាទុកស្លាបព្រានេះសម្រាប់ក្រិតថ្នាំផ្សេងៗទៀត។

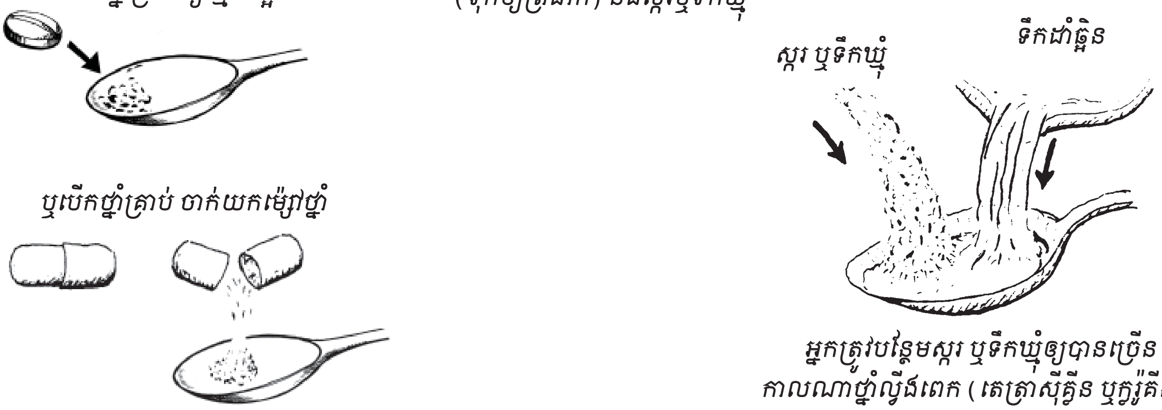
ឬ

៣. ចាក់បំពេញស្លាបព្រាតូចណាមួយដែលមាននៅផ្ទះរបស់អ្នក ក្នុងចំណុះទឹក៥ម.ល ដោយប្រើស៊ីរ៉ាំង ឬវត្ថុផ្សេងទៀតសម្រាប់វាស់ **ហើយគូសចំណាំនៅលើស្លាបព្រានោះ នៅត្រង់កម្រិតកម្ពស់ទឹកនោះ។**



របៀបឲ្យថ្នាំដល់កុមារតូចៗ

មានថ្នាំជាច្រើនប្រភេទដែលមានទម្រង់ជាគ្រាប់ ក៏មានទម្រង់ជាស៊ីរ៉ូ ឬទឹកខាប់ៗផងដែរ សម្រាប់កុមារ។ ជាទូទៅ បើអ្នកប្រៀបធៀបចំណុះថ្នាំដែលអ្នកទិញ ថ្នាំស៊ីរ៉ូតែងតែថ្លៃជាងថ្នាំគ្រាប់។ អ្នកអាចសំចៃលុយដោយធ្វើស៊ីរ៉ូដោយខ្លួនអ្នកតាមរបៀបដូចខាងក្រោម ៖

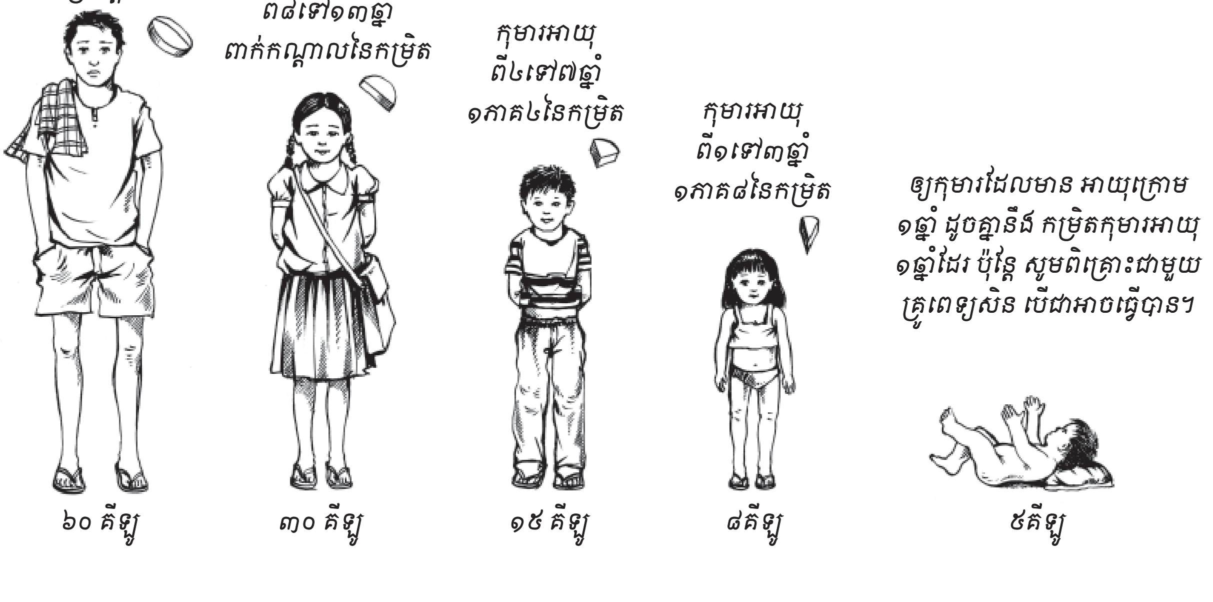


នៅពេលអ្នកធ្វើស៊ីរ៉ូសម្រាប់កុមារពីថ្នាំគ្រាប់ **ត្រូវប្រយ័ត្ន កុំឲ្យថ្នាំច្រើនហួសពេក។** និង**មិនត្រូវឲ្យទឹកឃ្មុំទៅកុមារដែលមានអាយុក្រោមមួយឆ្នាំ។** ទោះបីជាវាជាករណីក៏ដោយ ក៏ទារកខ្លះអាចមានប្រតិកម្មដ៏គ្រោះថ្នាក់ដែរ។

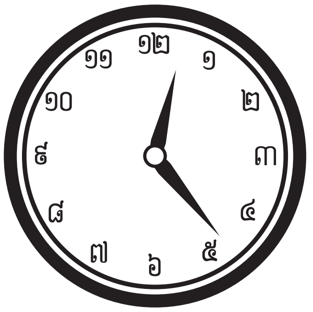
ប្រយ័ត្ន ៖ ដើម្បីបង្ការការឈ្លក់ មិនត្រូវឲ្យថ្នាំទៅកុមារនៅពេលដែលវាដេកផ្ងារ ឬនៅពេលក្បាលរបស់វាត្រូវបានសង្កត់ទៅក្រោយ។ ត្រូវប្រាកដថា កុមារនោះអង្គុយ ឬក្បាលរបស់កុមារនោះត្រូវបានងើបឡើងលើ។ មិនត្រូវឲ្យថ្នាំពេទ្យទៅកុមារតាមមាត់ នៅពេលដែលវាកំពុងប្រកាច់ ឬពេលវាដេកលក់ ឬពេលវាសន្លប់បាត់ស្មារតីនោះឡើយ។

តើត្រូវឲ្យថ្នាំប៉ុន្មានដល់កុមារ នៅពេលដែលអ្នកមានតែថ្នាំសម្រាប់មនុស្សធំ?

ជាទូទៅកាលណាកុមារកាន់តែតូច នោះថ្នាំដែលត្រូវឲ្យកាន់តែតិច។ ការឲ្យថ្នាំហួសកម្រិតអាចបណ្ដាលឲ្យមានគ្រោះថ្នាក់។ បើអ្នកមានព័ត៌មានអំពីកម្រិតថ្នាំសម្រាប់កុមារ សូមធ្វើតាមការណែនាំនោះដោយប្រុងប្រយ័ត្ន។ បើអ្នកមិនដឹងពីកម្រិតប្រើប្រាស់ គិតទៅតាមទម្ងន់ ឬអាយុរបស់កុមារនោះ។ តាមធម្មតា គេគួរឲ្យថ្នាំកុមារតាមចំណែកនៃកម្រិតមនុស្សធំដូចខាងក្រោមនេះ ៖



របៀបលេបថ្នាំ

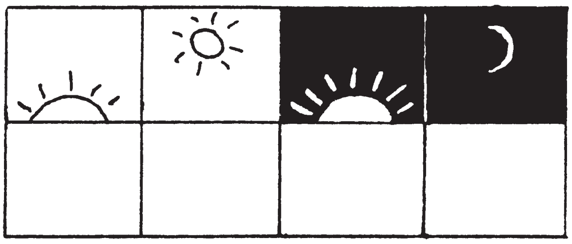


វាជាការសំខាន់ណាស់ដែលគេត្រូវលេបថ្នាំតាមការណែនាំ។ ថ្នាំខ្លះត្រូវលេបតែម្តង ក្នុងមួយថ្ងៃ ប៉ុន្តែថ្នាំខ្លះទៀតត្រូវលេបឲ្យបានច្រើន។ ប្រសិនបើអ្នកគ្មាននាឡិកា ក៏គ្មានបញ្ហាអ្វីដែរ ។ ប្រសិនបើការណែនាំប្រាប់ថា(១គ្រាប់ រៀងរាល់៨ម៉ោងម្តង) មានន័យថា លេប៣ដងក្នុង១ថ្ងៃ ១គ្រាប់ពេលព្រឹក ១គ្រាប់ ពេលរសៀល និង១គ្រាប់ពេលយប់។ ប្រសិនបើគេនិយាយថា(១គ្រាប់រៀងរាល់ ៦ម៉ោងម្តង) មានន័យថា លេប៤ដងក្នុងមួយថ្ងៃ ១គ្រាប់នៅពេលព្រឹក ១គ្រាប់នៅពេលថ្ងៃត្រង់ ១គ្រាប់នៅពេលរសៀល និង១គ្រាប់នៅយប់។ ប្រសិនបើការណែនាំប្រាប់ថា(១គ្រាប់រៀងរាល់ ៤ម៉ោងម្តង) មានន័យថាលេប៦ដងក្នុង១ថ្ងៃ ដោយមានចន្លោះពេលនៃការលេបម្តងៗ ប្រហែលគ្នា។

នៅរាល់ពេលដែលអ្នកឲ្យថ្នាំពេទ្យទៅនរណាម្នាក់ ជាការល្អអ្នកត្រូវសរសេរសេចក្តីណែនាំ និងឲ្យអ្នកជំងឺប្រាប់អ្នកឡើងវិញពីរបៀបប្រើថ្នាំ និងពេលដែលត្រូវលេបថ្នាំ។ ត្រូវធ្វើឲ្យប្រាកដថាគាត់យល់ច្បាស់។

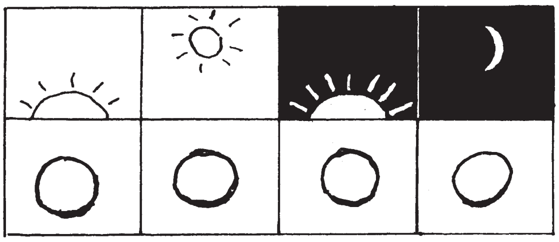
ដើម្បីរំលឹកដល់អ្នកមិនចេះអាន អំពីពេលដែលត្រូវលេបថ្នាំ អ្នកអាចធ្វើសញ្ញាសំគាល់ដូចនេះ

នៅកន្លែងទំនេរខាងក្រោមនេះ គូរចំនួនថ្នាំដែលត្រូវលេប និងពន្យល់គេឲ្យបានច្បាស់លាស់ តើវាមានន័យដូចម្តេច។

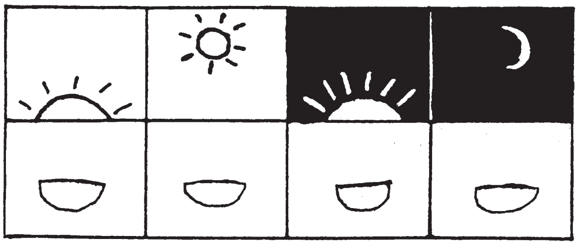


ឧទាហរណ៍ ៖

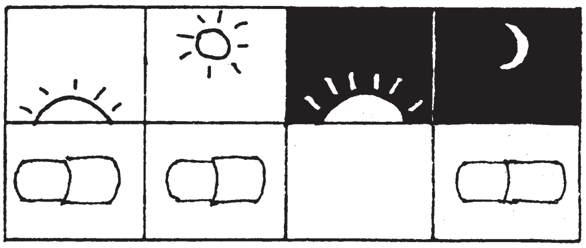
នេះមានន័យថា ១គ្រាប់ បួនដងក្នុងមួយថ្ងៃ ១គ្រាប់ពេលព្រឹក ១គ្រាប់ពេលរសៀល ១គ្រាប់ពេលល្ងាច និង ១គ្រាប់ពេលយប់



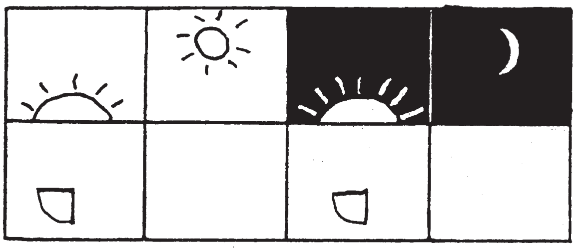
នេះមានន័យថា កន្លះគ្រាប់ លេប៤ដងក្នុង១ថ្ងៃ



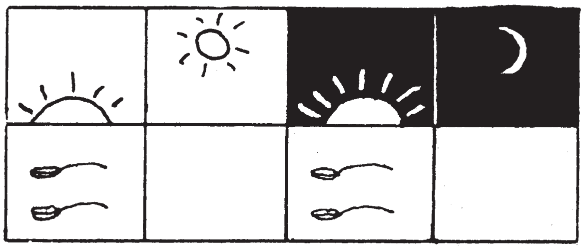
នេះមានន័យថា ១គ្រាប់ លេប៣ដងក្នុង១ថ្ងៃ



នេះមានន័យថា ១ភាគ៤នៃគ្រាប់ លេប២ដងក្នុង១ថ្ងៃ



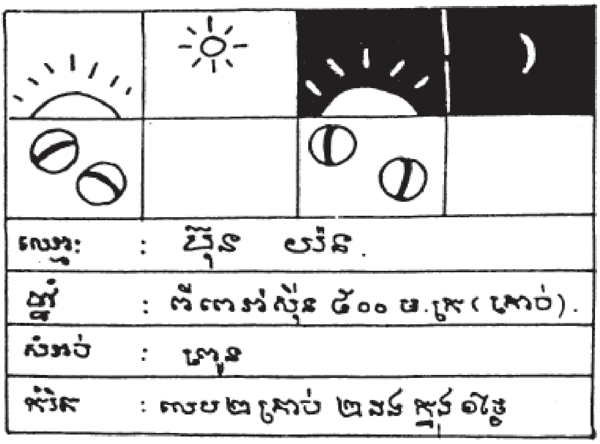
នេះមានន័យថា ២ស្លាបព្រាកាហ្វេ ២ដងក្នុង១ថ្ងៃ



ពេលដែលអ្នកឲ្យថ្នាំដល់នរណាម្នាក់...

ត្រូវសរសេរព័ត៌មានដូចខាងក្រោមនេះនៅលើកំណត់សំគាល់ដែលភ្ជាប់ជាមួយនឹងថ្នាំជានិច្ច ទោះអ្នកនោះមិនចេះអានអក្សរក៏ដោយ ៖

- ឈ្មោះអ្នកជំងឺ
- ឈ្មោះថ្នាំ
- សម្រាប់ជំងឺអ្វី
- កម្រិតប្រើ



ព័ត៌មានទាំងនេះ ក៏អាចសរសេរនៅខាងក្រោមសញ្ញាសំគាល់អំពីរបៀបប្រើថ្នាំដែរ

ទំព័រទំនេរស្តីអំពីរបៀបប្រើថ្នាំមាននៅផ្នែកខាងក្រោយនៃសៀវភៅនេះ។ អ្នកអាចហែកវាមកប្រើបាន ប្រសិនបើត្រូវការ។ បើប្រើអស់ អ្នកអាចធ្វើវាបន្ថែមទៀតដោយខ្លួនឯង។

នៅពេលដែលអ្នកឲ្យថ្នាំទៅនរណាម្នាក់ ដើម្បីជាការល្អ អ្នកគួររក្សាទុកឲ្យបានត្រឹមត្រូវនូវកំណត់ត្រានៃព័ត៌មានដូចគ្នានេះ។ ប្រសិនបើធ្វើបាន រក្សាទុកនូវកំណត់ហេតុពេញលេញរបស់អ្នកជំងឺ(ទំ.៤៤)។

ការលេបថ្នាំពេលក្រពះពេញ ឬក្រពះទទេ

ថ្នាំខ្លះមានប្រសិទ្ធភាពល្អបំផុត កាលណាអ្នកលេបវាពេលក្រពះទទេ គឺលេបមួយម៉ោងមុនពេលបរិភោគអាហារ។

ថ្នាំខ្លះទៀតមិនធ្វើទុក្ខក្រពះ ឬចុកចុងដង្ហើមទេ កាលណាលេបវាក្នុងពេលបាយ ឬក្រោយពេលបាយរួចភ្លាម។

ប្រើថ្នាំទាំងនេះ១ម៉ោងមុនពេលបាយ

- ប៉េនីស៊ីលីន(Penicillin)
- អំពីស៊ីលីន(Ampicillin)
- តេត្រាស៊ីគ្លីន(Tetracycline)

ជាការល្អ កុំផឹកទឹកដោះគោ មួយម៉ោងមុន ឬក្រោយពេលប្រើថ្នាំតេត្រាស៊ីគ្លីន។

លេបថ្នាំទាំងនេះក្នុងពេលបាយ ឬភ្លាមៗក្រោយពេលបាយ(ឬផឹកទឹកឲ្យច្រើន)

- អាស្ពីរីន(Aspirin) និងថ្នាំដែលមានជាតិអាស្ពីរីន
- ជាតិដែក
- ថ្នាំវីតាមីន
- អេរីត្រូមីស៊ីន(Erythromycin)

ថ្នាំអង់តាស៊ីតមានប្រសិទ្ធិភាពណាស់ បើលេបវានៅពេលពោះទទេ មួយឬពីរម៉ោងក្រោយបាយ និងពេលដេក។

កំណត់ចំណាំ ៖ វាជាការប្រសើរណាស់ដែលលេបថ្នាំនៅពេលដែលអ្នកឈរ ឬអង្គុយ។ ម៉្យាងទៀត ត្រូវផឹកទឹកឲ្យបានមួយកែវនៅរាល់ពេលលេបថ្នាំ។ ប្រើសិនបើអ្នកលេបថ្នាំសុលហ្វា ដើម្បីជាការល្អ **ត្រូវផឹកទឹកឲ្យច្រើន** យ៉ាងតិចបំផុត ៨កែវក្នុងមួយថ្ងៃ ដើម្បីបង្ការគ្រោះថ្នាក់ដល់តម្រងនោម។