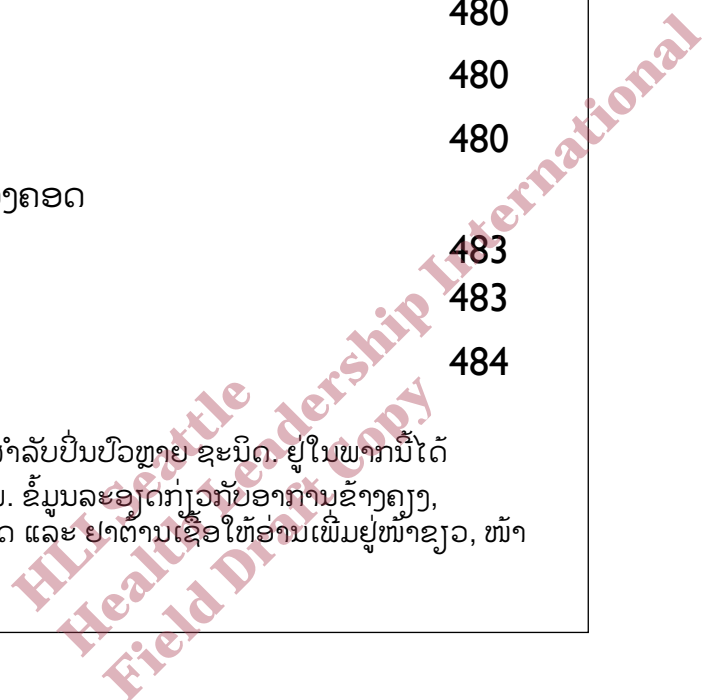


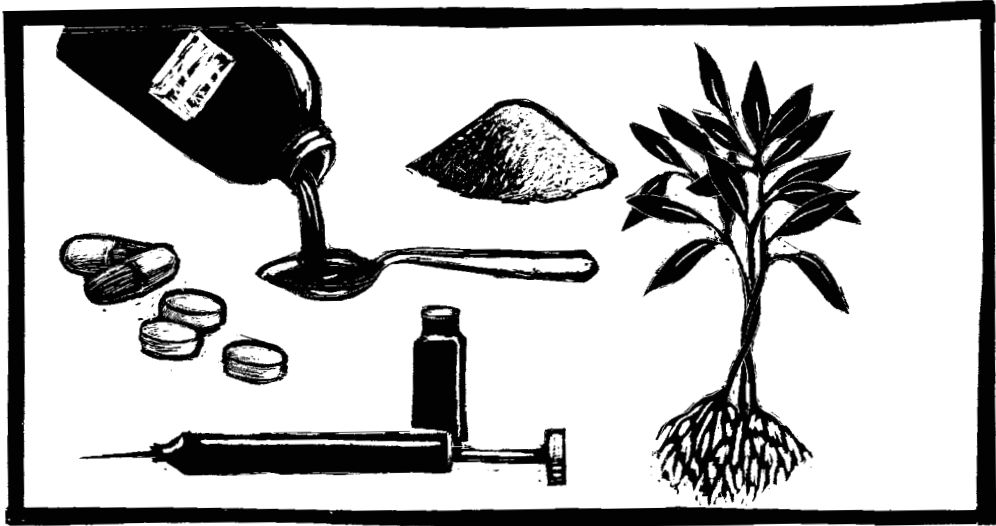
ພາກທີ 31

ເນື້ອໃນຂອງພາກນີ້ມີຄື:	ໜ້າ
ການຕັດສິນໃຈນຳໃຊ້ຢາ	470
ການນຳໃຊ້ຢາທີ່ຜິດພາດ	470
ການນຳໃຊ້ຢາຢ່າງປອດໄພ	472
ການນຳໃຊ້ຢາຢູ່ໃນປື້ມຫົວນີ້	473
ຊື່ທາງເຄມີ ແລະ ຊື່ທາງການຄ້າ	473
ຮູບແບບຕ່າງໆຂອງຢາ	474
ປະລິມານການນຳໃຊ້ຢາ	474
ເວລາຂອງການໃຊ້ຢາ	476
ຢາບາງຊະນິດບໍ່ເໝາະສົມສຳລັບຄົນບາງກຸ່ມ	477
ອາການຂ້າງຄຽງ	478
ຂໍ້ຄວນລະວັງ (ຄຳເຕືອນ)	478
ຂໍ້ມູນທີ່ທ່ານຄວນຮູ້	478
ກິນຢາເກີນຂະໜາດ	479
ໝວດຕ່າງໆຂອງຢາ	480
ຢາຕ້ານເຊື້ອ	480
ຢາແກ້ປວດ	480
ຢາສຳລັບຫ້າມເລືອດອອກທາງຊ່ອງຄອດ	
ຫຼັງຈາກຄອດ ຫຼື ທຳແທ້ງ	483
ຢາແກ້ແພ້	483
ຢາທີ່ສາມາດຊ່ວຍກູ້ຊີວິດຂອງແມ່ຍິງ	484

ຢູ່ໃນປື້ມຫົວນີ້, ພວກເຮົາໄດ້ແນະນຳຢາສຳລັບປິ່ນປົວຫຼາຍ ຊະນິດ. ຢູ່ໃນພາກນີ້ໄດ້ອະທິບາຍວິທີການນຳໃຊ້ຢາຢ່າງປອດໄພ. ຂໍ້ມູນລະອຽດກ່ຽວກັບອາການຂ້າງຄຽງ, ສັນຍານເຕືອນໄພ ຢາທີ່ມີຂໍ້ແນະນຳພິເສດ ແລະ ຢາຕ້ານເຊື້ອໃຫ້ອ່ານເພີ່ມຢູ່ໜ້າຂຽວ, ໜ້າ 485.



ການນຳໃຊ້ຢາປິ່ນປົວເພື່ອຮັກສາສຸຂະພາບຂອງແມ່ຍິງ



ຢາປິ່ນປົວພະຍາດສາມາດນຳໃຊ້ເພື່ອຊ່ວຍຮ່າງກາຍໃຫ້ຕໍ່ສູ້ຕ້ານກັບພະຍາດ ຫຼື ຊ່ວຍໃຫ້ຮ່າງກາຍດີຂຶ້ນໃນເວລາເຈັບເປັນ. ຢາປິ່ນປົວພະຍາດອາດຈະແມ່ນຢາຫຼວງ ຫຼື ຢາສະໄໝໃໝ່ ຫຼື ຢາພື້ນເມືອງ. ຢູ່ໃນປື້ມຫົວນີ້ສ່ວນຫຼາຍພວກເຮົາໄດ້ກ່າວເຖິງແຕ່ຢາສະໄໝໃໝ່. ທັງນີ້ກໍ່ເພາະວ່າການນຳໃຊ້ຢາພື້ນເມືອງແຕກຕ່າງກັນໄປແຕ່ລະທ້ອງຖິ່ນ. ຢາພື້ນເມືອງທີ່ໃຊ້ໄດ້ຜົນຢູ່ໃນທ້ອງຖິ່ນໜຶ່ງ.ອາດຈະບໍ່ມີ ຫຼື ອາດຈະໃຊ້ບໍ່ໄດ້ຜົນຢູ່ທ້ອງຖິ່ນອື່ນກໍ່ເປັນໄດ້. ໃຫ້ທ່ານປຶກສານຳພໍ່ຢາພື້ນເມືອງຢູ່ໃນຊຸມຊົນຂອງທ່ານວ່າມີຮາກຢາ ຫຼື ຢາພື້ນເມືອງຊະນິດໃດແດ່ທີ່ສາມາດນຳໃຊ້ໄດ້ສຳລັບປິ່ນປົວການເຈັບເປັນຂອງທ່ານ. (ລາຍລະອຽດກ່ຽວກັບການນຳໃຊ້ຢາພື້ນເມືອງໃຫ້ອ່ານເພີ່ມຢູ່ໃນໜ້າ 22).

ຢາປິ່ນປົວເປັນສິ່ງທີ່ມີປະໂຫຍດແຕ່ມັນບໍ່ສາມາດປ່ຽນແທນການຢູ່ຢ່າງມີອະນາໄມ, ອາຫານທີ່ດີ ແລະ ການດູ ແລະ ສຸຂະພາບທີ່ດີ.

ສິ່ງສຳຄັນແມ່ນຄວນນຳໃຊ້ຢາຢ່າງປອດໄພ. ຢາປິ່ນປົວທີ່ເໝາະສົມກັບພະຍາດສາມາດກູ້ຊີວິດໄວ້ໄດ້, ແຕ່ຖ້າໃຊ້ບໍ່ຖືກຕ້ອງ ຢາກໍ່ສາມາດເຮັດໃຫ້ມີຜົນຮ້າຍ ຫຼື ເຮັດໃຫ້ທ່ານເສຍຊີວິດໄດ້. ຕົວຢ່າງ: ມີຢາບາງຊະນິດສາມາດເຮັດໃຫ້ແມ່ມານ, ແມ່ຍິງທີ່ເອົານົມໃຫ້ລູກກິນ ແລະ ລູກນ້ອຍມີບັນຫາສຸຂະພາບໄດ້. ບາງຊະນິດເຮັດໃຫ້ມີອາການຂ້າງຄຽງເຊິ່ງອາດຈະເຮັດໃຫ້ກ້າວໃຈ, ລົບກວນ ຫຼື ບາງຄັ້ງເປັນອນຕະລາຍແກ່ສຸຂະພາບຂອງຜູ້ນຳໃຊ້ອີກ. ຖ້າວ່າການໃຊ້ຢາໃນປະລິມານຫຼາຍເກີດໄປໃນບາດດຽວ ຫຼື ໃຊ້ເລື້ອຍເກີນໄປມັນອາດຈະເປັນອັນຕະລາຍແກ່ທ່ານ. ໃນພາກນີ້ໄດ້ກ່າວເຖິງການນຳໃຊ້ຢາທີ່ໄດ້ກ່າວມາແລ້ວເພື່ອປິ່ນປົວຄວາມເຈັບເປັນຂອງແມ່ຍິງຢ່າງປອດໄພ. ນອກນັ້ນຍັງໄດ້ກ່າວເຖິງຂໍ້ມູນເພື່ອຊ່ວຍເຫຼືອທ່ານໃນການຕັດສິນໃຈວ່າເວລາໃດຄວນຈະນຳໃຊ້ຢາເພື່ອຍົກລະດັບສຸຂະພາບຂອງແມ່ຍິງ.

HLI Health Partnership International
Field Draft Copy

ການຕັດສິນໃຈ ນຳໃຊ້ຢາ

ບາງຄົນຄິດວ່າ ຢາແມ່ນສິ່ງທີ່ຈຳເປັນເພື່ອໃຫ້ມີສຸຂະພາບດີ, ແຕ່ຄວາມຈິງແລ້ວຢາມີຄວາມສາມາດພຽງແຕ່ປົວການເຈັບເປັນເທົ່ານັ້ນ, ບໍ່ໄດ້ແກ້ໄຂ ສະພາບການທີ່ເປັນສາເຫດຂອງມັນເລີຍ ແລະ ບໍ່ແມ່ນວ່າການເຈັບເປັນທຸກໆຢ່າງຈະສາມາດປົວໄດ້ດ້ວຍ. ການເຈັບເປັນບາງຢ່າງພຽງແຕ່ ຕ້ອງການໃຫ້ດື່ມນ້ຳຫຼາຍໆ ແລະ ພັກຜ່ອນກໍ່ແມ່ນວິທີສຳຄັນທີ່ສຸດແລ້ວ. ຢາປົວຊະນິດໜຶ່ງຄວນຈະຖືກນຳໃຊ້ໃນກໍລະນີທີ່ທ່ານຮູ້ວ່າ ບັນຫາການເຈັບ ເປັນນັ້ນແມ່ນຫຍັງ ແລະ ມັນໃຊ້ໄດ້ຜົນສຳລັບບັນຫານັ້ນ.

ຖ້າທ່ານຈຳເປັນຈະຕ້ອງໄດ້ໃຊ້ຢາໃຫ້ອ່ານເພີ່ມໃນພາກການແກ້ໄຂບັນຫາສຸຂະພາບຢູ່ໃນໜ້າ 19 ແລະ ລະບົບສາທາລະນະສຸກຢູ່ໜ້າ 37. ສຳລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມເພື່ອຊ່ວຍໃຫ້ເຈົ້າຕັດສິນໃຈຖ້າວ່າເຈົ້າຕ້ອງການໃຊ້ຢາ.

ເພື່ອຕັດສິນໃຈນຳໃຊ້ຢາໃຫ້ທ່ານຄິດເຖິງປະເດັນຕ່າງໆ ດັ່ງນີ້:

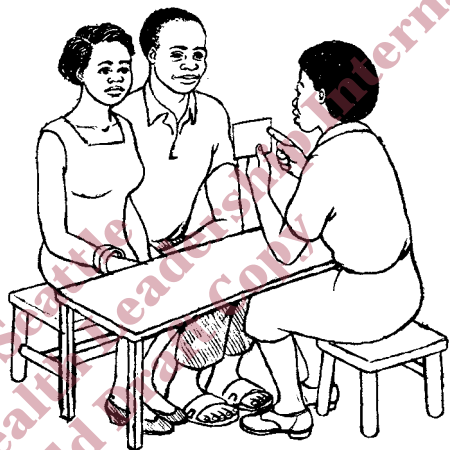
- ການເຈັບເປັນຂອງເຮົານີ້ຮ້າຍແຮງປານໃດ?
- ເຮົາສາມາດຫາຍເຊົາໄດ້ບໍ່ ຖ້າບໍ່ໄດກິນຢານີ້?
- ເຮົາສາມາດຫາຍເຊົາໄດ້ບໍ່ ຖ້າເຮົາປ່ຽນແປງນິໄສການດຳລົງຊີວິດ ຫຼື ການກິນ?
- ມີຢາພື້ນເມືອງທີ່ໃຊ້ໄດ້ຜົນບໍ່?
- ຜົນທີ່ໄດ້ຮັບຈາກການນຳໃຊ້ຢານີ້ມີຫຼາຍກວ່າຄວາມສ່ຽງແລະ ເໝາະສົມກັບການໃຊ້ຈ່າຍບໍ່?



ຄຳແນະນຳສຳລັບ ອສບ:

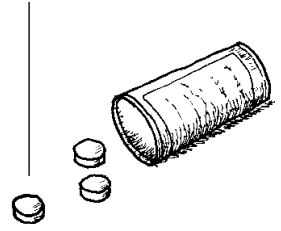
ໃນເວລາທີ່ທ່ານເອົາຢາໃຫ້ຄົນເຈັບໃຫ້ຄິດເຖິງຄຳແນະນຳດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້:

1. ຢາບໍ່ແມ່ນອາຫານເສີມເພື່ອໃຫ້ມີສຸຂະພາບດີ. ການບໍລິການສາທາລະນະສຸກທີ່ດີແມ່ນການອະທິບາຍໃຫ້ຄົນທີ່ວ່າໄປເຂົ້າໃຈສາຍເຫດຂອງການເຈັບເປັນ, ສິ່ງທີ່ເຂົາເຈົ້າຄວນເຮັດເພື່ອເຮັດໃຫ້ສຸຂະພາບດີຂຶ້ນ ແລະ ວິທີການປ້ອງກັນບັນຫາການເຈັບເປັນເຫຼົ່ານັ້ນໃນອະນາຄົດ.
2. ຢາຈະປອດໄພ ແລະ ຊ່ວຍແກ້ບັນຫາເຈັບເປັນໄດ້ ຖ້າທ່ານກວ່າທ່ານໄດ້ໃຫ້ຄຳແນະນຳກ່ຽວກັບການນຳໃຊ້ຢາແຈ່ມແຈ້ງ (ໃຫ້ອ່ານເພີ່ມໜ້າ 474-476 ຢູ່ໃນພາກນີ້). ທ່ານຕ້ອງແນ່ໃຈວ່າແມ່ຍິງຜູ້ມາຮັບບໍລິການເຂົ້າໃຈຄຳແນະນຳຂອງທ່ານ.
3. ຢາຈະຖືກນຳໃຊ້ຢ່າງຖືກຕ້ອງ, ຖ້າທ່ານເຂົ້າໃຈຄວາມເຊື່ອ ແລະ ຄວາມຢ້ານກົວຂອງ ແມ່ຍິງ. ຖ້າວ່າແມ່ຍິງຜູ້ນັ້ນເຊື່ອວ່າການໃຊ້ຢາຫຼາຍໆຈະເຮັດໃຫ້ລາວເຊົາໄວກວ່າເກົ່າລາວອາດຈະໃຊ້ຢາຫຼາຍກວ່າທີ່ທ່ານແນະນຳ ແລະ ມັນອາດຈະເປັນອັນຕະລາຍແກ່ລາວ. ຖ້າວ່າແມ່ຍິງຜູ້ ນັ້ນຫາກຢ້ານວ່າຢາຈະເປັນອັນຕະລາຍແກ່ຮ່າງກາຍຂອງລາວໆ ອາດຈະບໍ່ໃຫ້ຢາໝົດຕາມກຳນົດກໍ່ ເປັນໄດ້. ແຕ່ຖ້າລາວເຂົ້າໃຈການທຳງານຂອງຢາເປັນແນວໃດ, ລາວອາດຈະມີຄວາມຕັ້ງໃຈທີ່ຈະໃຊ້ມັນຢ່າງຖືກຕ້ອງ.
4. ຊ່ວຍຊອກຫາຢາທີ່ມີລາຄາຖືກທີ່ສຸດ ແລະ ການປົວທີ່ດີທີ່ສຸດໃຫ້ແກ່ຜູ້ທີ່ມາຫາທ່ານ. ຄົນສ່ວນຫຼາຍກັງວົນນຳລາຄາຂອງຢາ, ເພາະວ່າການຊື້ຢາອາດຈະນຳໃຊ້ເງິນທັງໝົດທີ່ຄອບຄົວທ້ອນມາເປັນອາທິດ ຫຼື ເປັນດືອນ.



ການນຳໃຊ້ຢາທີ່ຜິດພາດ

ຢາແມ່ນຖືກນຳໃຊ້ເພື່ອຕ້ານກັບການເຈັບປ່ວຍທີ່ຮ້າຍແຮງ, ແຕ່ຢາເອງມັນກໍມີອັນຕະລາຍໃນຕົວຂອງມັນ. ການນຳໃຊ້ຢາທີ່ບໍ່ຖືກຕ້ອງສາມາດມີຜົນຮ້າຍ ຫຼືເຮັດໃຫ້ທ່ານເສຍຊີວິດໄດ້. ຕໍ່ໄປນີ້ແມ່ນບາງຕົວຢ່າງຂອງວິທີການນຳໃຊ້ຢາທີ່ບໍ່ຖືກຕ້ອງໃນການປິ່ນປົວສຸຂະພາບແມ່ຍິງ.



- ບາງຄັ້ງຢາອີກຊີຕີກຊິນ (oxytocin) ແລະ ຢາແອກໂກເມຕຣິນ (Ergometrine) ໄດ້ຖືກນຳໃຊ້ທີ່ຜິດພາດເຊັ່ນໃຊ້ເພື່ອເລັ່ງໃຫ້ລູກ ຫຼື ແຮ່ອອກໄວ. ການເຮັດແບບນີ້ອັນຕະລາຍຫຼາຍ ເພາະມັນອາດຈະເຮັດໃຫ້ທັງແມ່ ແລະ ລູກນ້ອຍເສຍຊີວິດໄດ້. ນຳໃຊ້ຢາເຫຼົ່ານີ້ເພື່ອຢຸດເຊົາອາການເລືອດໂຫຼທີ່ເກີດຂຶ້ນຫຼັງຈາກເດັກຄອດອອກມາແລ້ວ, ເວັ້ນເສຍແຕ່ວ່າທ່ານໄດ້ຮັບການອົບຮົມມາ. ອີກຢ່າງໜຶ່ງຢາໃຊ້ຢານີ້ເພື່ອເຮັດໃຫ້ແທ້ງລູກ. ເພາະວ່າມັນຈະເຮັດໃຫ້ມົດລູກແຕກ ແລະ ເຮັດໃຫ້ແມ່ມານເສຍຊີວິດກ່ອນແທ້ງລູກກໍໄດ້.
- ບາງຄັ້ງແມ່ຍິງທັງຜູ້ໃຫຍ່ ແລະ ຜູ້ໜຸ່ມນ້ອຍກໍໃຊ້ຢາທີ່ອັນຕະລາຍເຊັ່ນ: ຢາອັດສະປິຣິນ (Aspirin), ຢາປົວໄຂ້ມາລາເລຍ ແລະ ຢາແອດໂກເມຕຣິນ (Ergometrine) ເພື່ອເຮັດໃຫ້ແທ້ງລູກ. ສ່ວນຫຼາຍຢາເຫຼົ່ານີ້ໃຊ້ບໍ່ໄດ້ຜົນຈັກເທື່ອເລີຍ. ແທນທີ່ຢາຈະສະກັດກັ້ນການຖືພາ, ມັນຊ້ຳພັດເຮັດໃຫ້ມີບັນຫາທີ່ຮ້າຍແຮງເຊັ່ນ: ການເປື້ອເມົາ ແລະ ການເສຍຊີວິດຍ້ອນວ່າໃຊ້ຢາຫຼາຍໂພດ. ລາຍລະອຽດກ່ຽວກັບຢາທີ່ສາມາດເຮັດໃຫ້ທ່ານແທ້ງຢ່າງປອດໄພ ໃຫ້ອ່ານເພີ່ມຢູ່ໃນພາກ “ການຫຼຸດລູກ” ຢູ່ໃນໜ້າ 239 .
- ແມ່ຍິງບາງຄົນເສຍຊີວິດຈາກການນຳໃຊ້ຢາໂບຣໂມກຣິບຕິນ (Bromocriptine) ເພື່ອແກ້ບໍ່ໃຫ້ນົມເບັ້ງ. ຢາໃຊ້ຢານີ້ເດັດຂາດ. ນຳນົມຂອງທ່ານຈະເຊົາມາເອງຫຼັງຈາກທີ່ລູກຂອງທ່ານເຊົາດູດນົມຂອງທ່ານ.
- ຢູ່ຫຼາຍບ່ອນແມ່ຍິງຖືກແນະນຳໃຫ້ກິນຢາລະງັບ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນຄວາມຍ້ານກົວ, ເພື່ອໃຫ້ນອນຫຼັບ ຫຼື ເພື່ອໃຫ້ສົດຊື່ນຂຶ້ນ. ແຕ່ບັນຫາເຫຼົ່ານີ້ເກີດມາຈາກບັນຫາຊີວິດ. ໂດຍທົ່ວໄປຢາເຫຼົ່ານີ້ບໍ່ໄດ້ເຮັດໃຫ້ບັນຫາເຫຼົ່ານີ້ຫາຍໄປ ແລະ ອາດຈະໄດ້ນຳໃຊ້ເງິນຂອງຄອບຄົວເພື່ອຊື້ຢາເຫຼົ່ານັ້ນ. ຖ້າວ່າທ່ານມີບັນຫາທີ່ເກີດຂຶ້ນທຸກໆມື້, ໃຫ້ທ່ານໄປປຶກສາຈິດຕະແພດກ່ອນທີ່ຈະນຳໃຊ້ຢາເພື່ອປິ່ນປົວປະສາດ.
- ຢາດີອີເອັດ (DES, Diethylstilbestrol) ແມ່ນຮໍໂມນຊະນິດໜຶ່ງທີ່ແມ່ຍິງຢູ່ທະວີຢູຣົບຕາເວັນອອກ ແລະ ອາເມລິກາເໜືອນຳໃຊ້ແຕ່ປີ 1941 ຫາ 1981 ເພື່ອກັນບໍ່ໃຫ້ຫຼຸດລູກ. ຢາຊະນິດນີ້ບໍ່ໄດ້ຖືກນຳໃຊ້ອີກແລ້ວ ເພາະວ່າມັນເຮັດໃຫ້ລູກນ້ອຍທີ່ເກີດຈາກແມ່ຜູ້ທີ່ໃຊ້ຢານີ້ເວລາຖືພາເປັນພະຍາດມະເຮັງເຊັ່ນ: ເດັກຍິງເປັນມະເຮັງປາກມົດລູກ ຫຼື ເຮັດໃຫ້ເດັກຜູ້ຊາຍເປັນມະເຮັງຢູ່ໜາກໄຂ່ຫໍ່. ຢາຊະນິດນີ້ອາດຈະຍັງສືບຕໍ່ໃຊ້ຢູ່ບ່ອນອື່ນໆເຊັ່ນ: ບາງພາກຂອງທະວີບອາຟຼິກກາ ແລະ ອາເມລິກາລາຕິນ ເພື່ອກັນບໍ່ໃຫ້ຫຼຸດລູກ ແລະ ບໍ່ໃຫ້ມີນຳນົມ, ແຕ່ທ່ານຢາໃຊ້ຢາຊະນິດນີ້.
- ທ່ານໝໍບາງຄົນໄດ້ນຳໃຊ້ການປິ່ນປົວແບບໃຊ້ຮໍໂມນທົດແທນ (hormone replacement therapy) ເພື່ອປິ່ນປົວບັນຫາທີ່ເກີດຂຶ້ນໃນເວລາໝົດປະຈຳເດືອນ. ບາງຄັ້ງຢາເຫຼົ່ານີ້ກໍ່ຊ່ວຍໄດ້. ແຕ່ແມ່ຍິງສ່ວນຫຼາຍກໍສາມາດໝົດປະຈຳເດືອນຢ່າງປົກກະຕິ ແລະ ແຂງແຮງໄດ້ໂດຍທີ່ບໍ່ກິນຢາເລີຍ.
- ການຊື້ຢາວິຕາມິນ ຫຼື ແຮ່ທາດມາກິນເປັນການສູນເສຍເງິນລ້າໆ, ນອກຈາກວ່າທ່ານ ມີອາການເຈັບເປັນທີ່ຕ້ອງການໃຊ້ຢານັ້ນຢ່າງແທ້ຈິງ. ອາຫານທີ່ມີທາດບຳລຸງມີລາຄາຖືກທັງເປັນປະໂຫຍດຕໍ່ຮ່າງກາຍ ສຳລັບໝົດທຸກຄົນໃນຄອບຄົວ. ຖ້າເປັນໄປໄດ້ແມ່ຍິງຜູ້ທີ່ມີເລືອດຈາງ (ຂາດເລືອດ) ແລະ ຜູ້ທີ່ຖືພາຄວນຈະກິນຢາທາດເຫຼັກ ແລະ ອາຊິດໂຟລິກ (Folic acid). ແຕ່ການສັກຢາວິຕາມິນບີ 12 (vitamin B12) ແລະ ສານສະກັດຈາກຕັບບໍ່ໄດ້ຊ່ວຍປິ່ນປົວເລືອດຈາງ. ຢາເມັດທາດເຫຼັກ ແລະ ອາຫານທີ່ດີໄດ້ຮັບຜົນຫຼາຍກວ່າ.

ເວລາໃດກໍ່ຕາມທີ່ທ່ານນຳໃຊ້ຢາໃຫ້ປະຕິບັດຕາມຂໍ້ແນະນຳດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້:

ການນຳໃຊ້ຢາທີ່ປອດໄພ

ເກັບຮັກສາຢາໄວ້ບ່ອນທີ່ເຢັນ, ແຫ້ງ ເພາະວ່າຖ້າບໍ່ດັ່ງນັ້ນມັນຈະເສຍຄຸນກ່ອນຢາໝົດກຳນົດ. ອີກຢ່າວຫນຶ່ງແມ່ນຕ້ອງເອົາໄວ້ບ່ອນທີ່ເດັກບໍ່ສາມາດເອົາເຖິງເພາະວ່າມັນຈະເປັນອັນຕະລາຍເຖິງຊີວິດໄດ້.

- ທ່ານຕ້ອງແນ່ໃຈວ່າມັນເປັນສິ່ງຈຳເປັນ.
- ທ່ານຄວນຈະໄດ້ຮັບຄຳແນະນຳທີ່ດີຈາກບຸກຄົນທີ່ແນະນຳໃຫ້ທ່ານໃຊ້ຢານັ້ນເຊັ່ນ:
 - ປະລິມານຂອງຢາເພື່ອຈະນຳໃຊ້.
 - ຈະກິນຢານັ້ນຕອນໃດ, ກິນຈັກເທື່ອຕໍ່ມື້, ແລະ ກິນຈັກມື້.
- **ກິນຢາໃຫ້ຄົບຕາມກຳນົດ.** ຖ້າທ່ານເຊົາກິນຢາໄວກ່ອນກຳນົດ, ອາການເຈັບເປັນອາດຈະກັບຂຶ້ນມາເປັນອີກ.
- **ທ່ານຄວນຮູ້ສັນຍານເຕືອນໄພ** (ອາການຂ້າງຄຽງ) ຂອງຢາແຕ່ລະຊະນິດທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດຂຶ້ນໄດ້ (ອ່ານເພີ່ມໜ້າ 478).
- ທ່ານຄວນຮູ້ປະຕິກິລຍາຂອງຢາທີ່ເກີດຂຶ້ນກັບອາຫານບາງຊະນິດ, ແລະຮູ້ວ່າທ່ານ ຄວນກິດນຢາເວລາກະເພາະເຕັມ ຫຼື ກະເພາະຫວ່າງ.
- **ຫຼີກເວັ້ນກິນຢາຫຼາຍໆຊະນິດພ້ອມກັນ:** ຢາບາງຊະນິດສາມາດສະກັດກັ້ນປະສິດທິພາບຂອງຢາຊະນິດອື່ນ. ຢາບາງຊະນິດອີກຖ້າໃຊ້ກັບຢາຊະນິດອື່ນກໍ່ສາມາດເຮັດໃຫ້ເກີດບັນຫາໄດ້, ທັງໆທີ່ບໍ່ສາມາດກໍ່ໃຫ້ເກີດໄດ້ເອງຕາມລຳພັງ.
- ຈົ່ງລະວັງຖ້າຊື້ຢາທີ່ມີທາດຢາປະສົມກັນ (ຢາ 2 ຊະນິດ ຫຼື ຫຼາຍກວ່ານັ້ນຢູ່ໃນເມັດ ດຽວກັນ). ຢາປະສົມບາງຊະນິດມີຄວາມຈຳເປັນ ຕ້ອງໄດ້ໃຊ້ແຕ່ສ່ວນຫຼາຍມັນມີລາຄາແພງ ແລະ ທ່ານອາດຈະເອົາຢາເຂົ້າໃນຮ່າງກາຍຂອງທ່ານ ໂດຍບໍ່ຈຳເປັນຕົວຢ່າງ: ຢາຢອດຕາ ຫຼື ຢາໂປມາດໃສ່ຕາບາງຊະນິດປະກອບດ້ວຍຢາຕ້ານເຊື້ອ ແລະ ທາດສະເຕຣອຍ (steroid). ທາດສະ ເຕຣອຍສາມາດເຮັດໃຫ້ເກີດອັນຕະລາຍໄດ້. ຢາປະສົມອາດຈະເຮັດໃຫ້ເກີດອາການຂ້າງຄຽງຫຼາຍຢ່າງ.
- **ຕ້ອງແນ່ໃຈວ່າຢານັ້ນມີສະຫຼາກຕິດຢູ່:** ຖ້າວ່າຢາບໍ່ມີປ້າຍສະຫຼາກຕິດໃຫ້ທ່ານຂໍເບິ່ງແກ້ວ ຫຼື ກັບຢານັ້ນນຳຄົນຂາຍຢາ ແລະ ໃຫ້ຄົນຂາຍຢາຂຽນຊື່ຢາ ພ້ອມທັງປະລິມານຢາໃຫ້ທ່ານ.

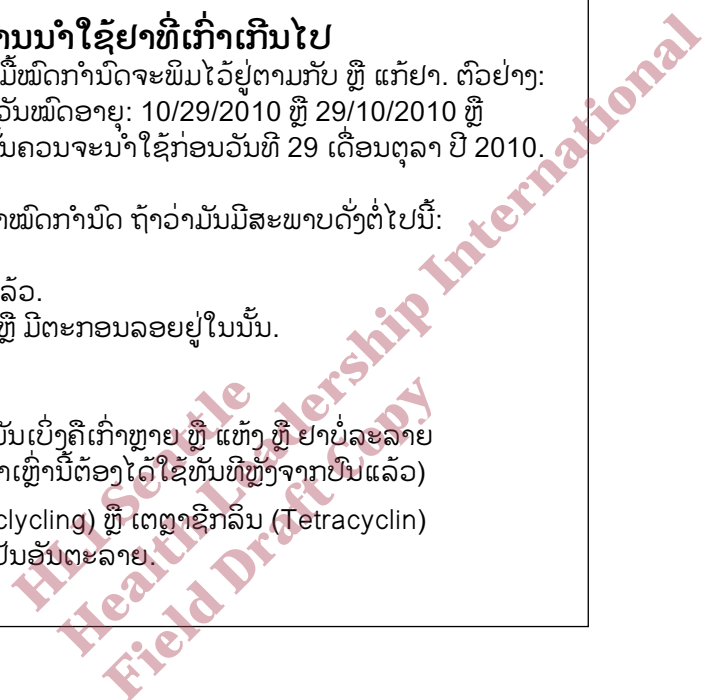
ຫຼີກເວັ້ນການນຳໃຊ້ຢາທີ່ເກົ່າເກີນໄປ

ດີທີ່ສຸດຄວນຈະໃຊ້ຢາກ່ອນມີໝົດກຳນົດ. ມີໝົດກຳນົດຈະພົມໄວ້ຢູ່ຕາມກັບ ຫຼື ແກ້ຢາ. ຕົວຢ່າງ: ຖ້າທ່ານເຫັນຄຳວ່າ “ຄວນນຳໃຊ້ກ່ອນ ຫຼື ວັນໝົດອາຍຸ: 10/29/2010 ຫຼື 29/10/2010 ຫຼື ຕຸລາ. 29.2010. ນັ້ນໝາຍຄວາມວ່າຢານັ້ນຄວນຈະນຳໃຊ້ກ່ອນວັນທີ 29 ເດືອນຕຸລາ ປີ 2010. ບາງຄັ້ງການໃຊ້ຢາໝົດ

ກຳນົດກໍ່ຍັງດີກວ່າບໍ່ມີຢາໃຊ້. ແຕ່ຢາໃຊ້ຢາໝົດກຳນົດ ຖ້າວ່າມັນມີສະພາບດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້:

- ຢາເມັດທີ່ແຕກພຸ່ຍ ຫຼື ປ່ຽນສີແລ້ວ.
- ຢາແຄບຂຸນທີ່ຕິດກັບ ຫຼື ປ່ຽນຮູບຊົງແລ້ວ.
- ນ້ຳຢາທີ່ເຄີຍໃສແຕ່ກາຍເປັນຂຸນມົວ ຫຼື ມີຕະກອນລອຍຢູ່ໃນນັ້ນ.
- ຢາສັກທີ່ໝົດຄຸນນະພາບ.
- ຢາຢອດຕາ ທີ່ໝົດຄຸນນະພາບ.
- ຢາທີ່ຕ້ອງໄດ້ປົນກັບນ້ຳ ແຕ່ຝຸ່ນຂອງມັນເບິ່ງຄືເກົ່າຫຼາຍ ຫຼື ແຫ້ງ ຫຼື ຢາບໍ່ລະລາຍເຖິງວ່າປົນໃສ່ກັບນ້ຳແລ້ວກໍ່ຕາມ. (ຢາເຫຼົ່ານີ້ຕ້ອງໄດ້ໃຊ້ທັນທີຫຼັງຈາກປົນແລ້ວ)

ສິ່ງສຳຄັນ: ຢາໃຊ້ຢາດີກຊີຊີກລິນ (Doxycycline) ຫຼື ເຕຕຣາຊີກລິນ (Tetracycline) ຫຼັງຈາກມີໝົດກຳນົດ, ເພາະມັນອາດຈະເປັນອັນຕະລາຍ.



ຢູ່ເນື້ອໃນຂອງປຶ້ມຫົວນີ້ທີ່ຜ່ານມາທັງໝົດ, ພວກເຮົາໄດ້ສະເໜີຊື່ ແລະ ປະລິມານຂອງຢາທີ່ສາມາດປິ່ນປົວບາງບັນດາສະພາບທີ່ມັກເກີດຂຶ້ນຢູ່ນຳແມ່ຍິງ. ເພື່ອຕ້ອງການຊື່ຢາ ແລະ ນຳໃຊ້ມັນຢ່າງປອດໄພທ່ານຕ້ອງຮູ້ສິ່ງຕ່າງໆທີ່ຈະກ່າວຕໍ່ໄປນີ້ອີກ:

- ຢູ່ບ່ອນທີ່ທ່ານຢູ່ນັ້ນ, ຢາຊະນິດນັ້ນເອີ້ນວ່າແນວໃດ (ເບິ່ງຢູ່ຂ້າງລຸ່ມຕໍ່ໄປ)
- ຢານັ້ນຢູ່ໃນຮູບແບບອັນໃດ (ອ່ານເພີ່ມໜ້າ 474)
- ຄວນຈະນຳໃຊ້ຢານັ້ນໃນປະລິມານເທົ່າໃດ (ອ່ານເພີ່ມໜ້າ 474)
- ຄວນຮູ້ວ່າຢານັ້ນປອດໄພສຳລັບທ່ານບໍ່ (ອ່ານເພີ່ມໜ້າ 477)
- ຢານັ້ນມີອາການຂ້າງຄຽງບໍ່ (ອ່ານເພີ່ມໜ້າ 479)
- ຈະເກີດຫຍັງຂຶ້ນຖ້າທ່ານກິນຢາຫຼາຍເກີນໄປ ຫຼື ກິນບໍ່ພຽງພໍ (ອ່ານເພີ່ມໜ້າ 479)
- ທ່ານຄວນເຮັດແນວໃດຖ້າທ່ານບໍ່ສາມາດຊອກຫາ ຫຼື ຊື້ໄດ້, ຫຼື ທ່ານຄວນກິນຢາຊະນິດອື່ນຍ້ອນວ່າທ່ານຖືພາ ຫຼື ລ້ຽງລູກດ້ວຍນົມຂອງແມ່, ຫຼື ທ່ານມີອາການແພ້ (ອ່ານເພີ່ມໜ້າ 480)

ຂໍ້ມູນຕ່າງໆສຳລັບຢາແຕ່ລະຊະນິດຖືກນຳສະເໜີຢູ່ໃນ “ໜ້າຂຽວ” ທ່າຍຂອງພາກນີ້ (ໜ້າ 485) ເນື້ອໃນສ່ວນທີ່ເຫຼືອຂອງພາກນີ້ໄດ້ອະທິບາຍເພີ່ມກ່ຽວກັບການຊື້ ແລະ ນຳໃຊ້ຢາທັງໝົດທີ່ໄດ້ສະເໜີຢູ່ໃນປຶ້ມຫົວນີ້ຢ່າງປອດໄພ.

ຊື່ທາງເຄມີ ແລະ ຊື່ການຄ້າ:

ຢາສ່ວນຫຼາຍມີສອງຊື່-ຊື່ທາງເຄມີ ຫຼື ທ່າງວິທະຍາສາດ ແລະ ຊື່ການຄ້າ. ຊື່ທາງເຄມີຂອງຢາແມ່ນຄືກັນຢູ່ທຸກແຫ່ງຂອງໂລກ. ຊື່ການຄ້າແມ່ນບໍ່ລິສັດຜະລິດຢາເປັນຜູ້ໃສ່ຊື່. ໃນເມື່ອມີຫຼາຍໆບໍລິສັດທີ່ຜະລິດຢາ, ດັ່ງນັ້ນມັນຈຶ່ງມີຫຼາຍໆຊື່ການຄ້າ ແຕ່ຊື່ທາງເຄມີອັນດຽວ. ໃນເມື່ອຢາມີຊື່ເຄມີອັນດຽວກັນ, ຢານັ້ນແມ່ນຢາຊະນິດດຽວກັນ.

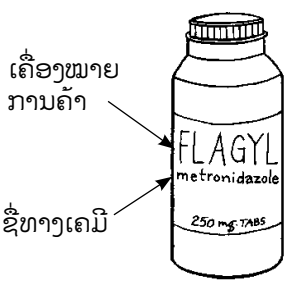
ຢູ່ໃນປຶ້ມຫົວນີ້, ພວກເຮົານຳໃຊ້ຊື່ທາງເຄມີ ຫຼື ຊື່ທາງວິທະຍາສາດ. ມີຢາບາງໝວດ, ພວກເຮົາໄດ້ນຳໃຊ້ຊື່ທາງການຄ້າທີ່ນຳໃຊ້ກັນຢ່າງກວ້າງຂວາງເຊັ່ນ: ຢາຄຸມກຳເນີດເປັນຕົ້ນ. ຖ້າວ່າທ່ານບໍ່ສາມາດຊອກຫາຢາທີ່ພວກເຮົາສະເໜີນັ້ນ. ໃຫ້ທ່ານທົດລອງຊື່ຢາທີ່ໄດ້ກ່າວໄວ້ຢູ່ໃນຫ້ອງຂອງການປິ່ນປົວດຽວກັນ.

ການນຳໃຊ້ຢາ ຢູ່ໃນປຶ້ມຫົວນີ້



ໃຫ້ອ່ານປ້າຍສະຫຼາກ ເຕືອນຢ່າງລະອຽດ ກ່ອນທ່ານຈະໃຊ້ຢາອັນໃດກໍຕາມ.

ພວກເຮັດບໍ່ໄດ້ຂາຍຢາຕົວນັ້ນ



ຕົວຢ່າງ: ອສບ ໄດ້ບອກໃຫ້ທ່ານໃຊ້ຢາຟລາຊິນ (Flagyl). ແຕ່ຮ້ານຂ້ອຍຢາບໍ່ມີ. ໃຫ້ທ່ານຖາມຄົນຂາຍຢາ ຫຼື ອສບ ວ່າຊື່ທາງເຄມີຂອງຢາຟລາຊິນແມ່ນຫຍັງຊື່ຄວນຈະແມ່ນ ເມໂຕຣນິດາໂຊນ (Metronidazole) ແລະ ໃຫ້ຖາມວ່າມີຢາຊະນິດອື່ນທີ່ມີຊື່ທາງເຄມີອັນດຽວກັນນີ້ບໍ່. ຊື່ທາງການຄ້າສ່ວນຫຼາຍຈະຖືກພິມໃສ່ໃນສະຫຼາກແນະນຳທີ່ມີຢູ່ນຳກັບ ຫຼື ສິ່ງຫຸ້ມຫໍ່ຂອງຢາ. ຖ້າທ່ານຂໍ ຊື່ຢາໂດຍໃຊ້ຊື່ທາງເຄມີ ສ່ວນຫຼາຍທ່ານຈະໄດ້ຊື່ຢາໃນລາຄາຖືກ.

ຖ້າວ່າຢານັ້ນມີຊື່ທາງເຄມີຄືກັນ ຢານັ້ນກໍໃຫ້ໄດ້ເໝືອນກັນ. ໃຫ້ນຳໃຊ້ໃນປະລິມານດຽວກັນ

HLI Seattle Leadership International
Health Leadership International
Field Draft Copy

ຮູບແບບຕ່າງໆຂອງຢາ

ຢາປິ່ນປົວພະຍາດມີຫຼາຍຮູບແບບເຊັ່ນ:

- ຢາເມັດ, ຢາແຄບຊູນ ແລະ ເປັນນໍ້າ ສ່ວນຫຼາຍຈະໃຊ້ສໍາລັບກິນ.
- ສ່ວນໜ້ອຍ, ມັນອາດຈະນໍາໃຊ້ເຂົ້າທາງຮູທະວານ ຫຼື ທາງຊ່ອງຄອດ. ຢາຍັດ ຖືກຜະລິດອອກມາເພື່ອຍັດເຂົ້າທາງຊ່ອງຄອດ ຫຼື ຮູທະວານ.
- ຢາສັກອາດຈະສັກເຂົ້າກ້າມ, ກ້ອງໜັງ ຫຼື ສັກເຂົ້າທາງເສັ້ນເລືອດ.
- ຄົມ (cream) ຫຼື ຢາຊະນິດຂີ້ເຜີງທີ່ສາມາດທາໃສ່ຜິວໜັງ ຫຼື ຊ່ອງຄອດໂດຍກົງ. ມັນຈະໃຊ້ໄດ້ຜົນຫຼາຍໃນກໍລະນີທີ່ມີອັກເສບຜິວໜັງ, ບາດແຜ, ຕຸ່ມ ແລະ ຜົນຄັນຕ່າງໆທີ່ເປົາບາງ.

ທ່ານຈະໃຫ້ຢາຮູບແບບໃດໃນປະລິມານເທົ່າໃດແມ່ນຂຶ້ນກັບຮູບແບບທີ່ມີຢູ່ໃນທ້ອງຖິ່ນ ແລະ ພະຍາດທີ່ທ່ານກຳລັງປິ່ນປົວຢູ່.



ວິທີການສັກຢາ

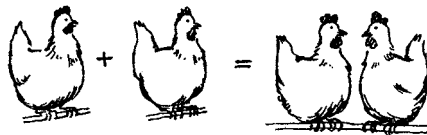
ປະລິມານການນໍາໃຊ້ຢາ

ການວັດແທກປະລິມານຢາ:

ສ່ວນຫຼາຍຢາຕ່າງໆມັກຈະມີຮູບແບບທີ່ມີນໍ້າໜັກ ແລະ ຂະໜາດຕ່າງກັນ, ໂດຍສະເພາະແມ່ນຢາຕ້ານເຊື້ອ. ເພື່ອແນໃຈວ່າທ່ານໄດ້ໃຊ້ຢາໃນປະລິມານທີ່ຖືກຕ້ອງ, ທ່ານຄວນຈະກວດກາເບິ່ງວ່າຢານັ້ນມີນໍ້າໜັກຕົວຢາຈັກກຼາມ (g), ມິລິກຼາມ (mg), ມິໂກຣກຼາມ (mcg) ຫຼື ມີຈັກໜ່ວຍ ຢູ່ໃນແຕ່ລະເມັດ ແລະ ແຄບຊູນ. ຖ້າວ່າຢູ່ຮ້ານຂາຍຢາບໍ່ມີຢາທີ່ມີນໍ້າໜັກຕົວຢາ ຫຼື ຂະໜາດທີ່ທ່ານຕ້ອງການ, ທ່ານອາດຈະຈຳເປັນຕ້ອງໄດ້ກິນບາງສ່ວນຂອງເມັດຢາ ຫຼື ກິນຢາຫຼາຍກວ່າໜຶ່ງເມັດ ກໍເປັນໄດ້

ນີ້ແມ່ນເຄື່ອງໝາຍບາງຢ່າງທີ່ຄວນຮູ້:

ໝາຍຄວາມວ່າເທົ່າກັບ ຫຼື ຄືກັນ
ໝາຍຄວາມວ່າສົມໃສ່ ຫຼື ເພີ່ມຕື່ມ



1 + 1 = 2
ໜຶ່ງ ບວກ ໜຶ່ງ ເທົ່າກັບ ສອງ

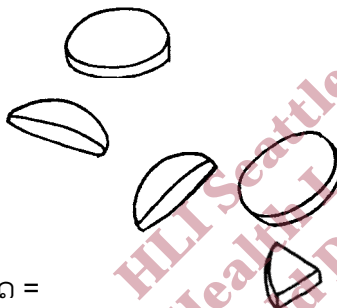
ການແບ່ງສ່ວນ: ປະລິມານຢາທີ່ນໍາໃຊ້ໜ້ອຍກວ່າໜຶ່ງເປັນບາງຄັ້ງແພດກໍ່ຂຽນເປັນເສດສ່ວນ:

1 ເມັດ = ໜຶ່ງເມັດ =

1/2 ເມັດ = ເຄິ່ງເມັດ =

1.1/2 ເມັດ = ໜຶ່ງເມັດເຄິ່ງ =

1/4 ເມັດ = ໜຶ່ງສ່ວນສີ່ຂອງເມັດ =



ຖ້າວ່າທ່ານບໍ່ແນ່ໃຈວ່າທ່ານໄດ້ຢາໃນປະລິມານທີ່ຖືກຕ້ອງ ຫຼື ບໍ່ນັ້ນໃຫ້ທ່ານຖາມຜູ້ທີ່ຮູ້ໃຫ້ຊ່ວຍທ່ານ.


HLI Seattle Health Leadership International Field Draft

ຫົວໜ່ວຍວັດແທກປະລິມານຢາ

ກຼາມ ແລະ ມິນລິກຼາມ: ຢາປິ່ນປົວພະຍາດມັກຈະຖືກຊັ່ນນຳໜັກເປັນກຼາມ (ກ) ຫຼື ມິນລິກຼາມ (ມລກ):

1000 ມລກ = 1 ກຼາມ (1000 ມິນລິກຼາມ ເທົ່າກັບ 1 ກຼາມ)
 1 ມລກ = .001 ກຼາມ (ໜຶ່ງມິນລິກຼາມ ເທົ່າກັບ 1 ສ່ວນພັນຂອງກຼາມ)

ຕົວຢ່າງ:

ຢາອັດສະປິຣິນໜຶ່ງເມັດ		.325 ກຼາມ	ນີ້ແມ່ນ 3 ຮູບແບບທີ່ເວົ້າ
ມີ 325 ມິນລິກຼາມ		0.325 ກຼາມ	ເຖິງຢາ 325 ມິລິກຼາມ
ຂອງຕົວຢ່າ		325 ມລກ	

ມິໂກຣກຼາມ. ມີບາງຢາທີ່ມີນຳໜັກໜ້ອຍກວ່າມິນລິກຼາມ ຊຶ່ງເອີ້ນວ່າມິໂກຣກຼາມ (mcg).
 ເຊັ່ນ ຢາຄຸມກຳເນີດ.

1 mcg = 1/1000 ມລກ (0,001 ມລກ). ນີ້ໝາຍຄວາມວ່າ 1000 ໄມໂກຣກຼາມ ເທົ່າກັບ 1 ມລກ.

ຫົວໜ່ວຍ: ຢາບາງຊະນິດວັດແທກເປັນຫົວໜ່ວຍ (U) ຫຼື (IU)

ສຳລັບຢາຊະນິດນຳ: ບາງຄັ້ງຄຳແນະນຳການນຳໃຊ້ຢານຳເຊື່ອມ ຫຼື ຢາຊະນິດນຳບອກໃຫ້
 ທ່ານໃຊ້ໃນປະລິມານສະເພາະ, ເຊັ່ນ: 10 ມິນລິລິດ (ມລ) ຫຼື 10 ຊີຊີ (cc, cubi centimeters). 1
 ຊີຊີ ເທົ່າກັບ 1 ມລ. ຖ້າວ່າບໍ່ມີບ່ອນຕວງ ຫຼື ເຄື່ອງຢອດມາພ້ອມແກ້ວຢາ, ທ່ານສາມາດນຳໃຊ້
 ເຄື່ອງຢູ່ໃນເຮືອນກໍໄດ້:



1 ບ່ວງແກງ = 1 Tb = 15 ມລ



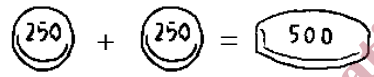
1 ບ່ວງກາເຟ = 1 tsp = 5 ມລ



ຕົວຢ່າງ:

ຢາອາມິກຊີຊີລິນ (AMOXICILLIN) ມີ 2 ຂະໜາດ ຄື  250 ມລກ  500 ມລກ
 250 ມລກ ແລະ 500 ມລກ

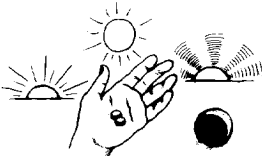
ຖ້າວ່າທ່ານຕ້ອງໄດ້ກິນຢາອາມິກຊີຊີລິນ 500 ມລກ 2
 ເທື່ອຕໍ່ມື້ ເທື່ອລະ 1 ເມັດ, ແຕ່ທ່ານມີແຕ່ຊະນິດຢາເມັດ
 250 ມລກ ເທົ່ານັ້ນ, ສະນັ້ນທ່ານຕ້ອງໄດ້ກິນ ແຕ່ລະຄັ້ງ
 2 ເມັດ



250 ມລກ + 250 ມລກ = 500 ມລກ

ການນຳໃຊ້ຢາອີງຕາມນຳໜັກຂອງຮ່າງກາຍ.

ຢູ່ໃນປື້ມຫົວນີ້ພວກເຮົາໄດ້ແນະນຳປະລິມານຂອງຢາສຳລັບແມ່ຍິງຜູ້ໃຫຍ່, ແຕ່ຢາ
 ບາງຊະນິດໂດຍສະເພາະຢາອັນຕະລາຍ, ຄວນຈະນຳໃຊ້ຕາມນຳໜັກຂອງຄົນຜູ້ນຳໃຊ້
 (ຖ້າວ່າທ່ານມີຊິງສັງນຳໜັກ). ຕົວຢ່າງ: ຖ້າທ່ານຈຳເປັນຕ້ອງໄດ້ໃຊ້ຢາຊັງຕາມິຊິນ (gentamicin)
 ແລະ ປະລິມານການນຳໃຊ້ໄດ້ຂຽນໄວ້ວ່າ 5 ມລກ / ກລ / ມື້ (5 mg / kg / day) ນີ້ໝາຍຄວາມວ່າ
 ແຕ່ລະມື້ທ່ານຄວນຈະໄດ້ໃຊ້ຢາ 5 ມລກ ຕໍ່ນຳໜັກຂອງທ່ານ 1 ກິໂລ. ດັ່ງນັ້ນ
 ຖ້າແມ່ຍິງຜູ້ໜຶ່ງມີນຳໜັກ 50 ກິໂລ, ລາວຄວນຈະໄດ້ໃຊ້ຢາຊັງຕາມິຊິນ 250 ມລກ ໃນໄລຍະ 24
 ຊົ່ວໂມງ. ປະລິມານຢາ ເທົ່ານີ້ຄວນຈະແບ່ງບັນໄປຕາມກຳນົດຄັ້ງທີ່ໃຊ້ໃນມື້ນັ້ນ. ຖ້າຢາ
 ແຊນຕາມິຊິນ ຖືກນຳໃຊ້ມື້ໜຶ່ງ 3 ຄັ້ງ, ທ່ານຄວນໃຊ້ຢານີ້ເຊົ້າ 80 ມລກ, ຕອນບ່າຍ 80 ມລກ ແລະ
 ຕອນຄ່ຳ 80 ມລກ.

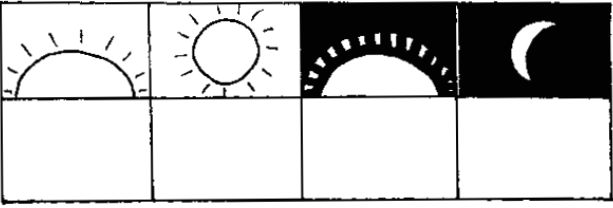


ເວລາຂອງການນຳໃຊ້ຢາ

ສິ່ງທີ່ສຳຄັນແມ່ນຄວນໃຊ້ຢາໃຫ້ຖືກຕາມເວລາ. ຢາບາງຊະນິດຄວນຈະກິນມື້ໜຶ່ງເທື່ອດຽວ, ແຕ່ບາງຊະນິດຕ້ອງໄດ້ກິນຫຼາຍເທື່ອໃນມື້ໜຶ່ງ. ທ່ານບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງມີໂມງກຳໄດ້. ຖ້າວ່າຢູ່ໃນຄຳແນະນຳໄດ້ບອກວ່າໃຫ້ກິນທຸກໆ 8 ຊົ່ວໂມງ ຫຼື 3 ເມັດຕໍ່ມື້ໜຶ່ງ, ໃຫ້ທ່ານກິນຕອນຕາເວັນຂຶ້ນໜຶ່ງເມັດ, ຕອນທ່ຽງໜຶ່ງເມັດ ແລະ ຕອນກາງຄືນໜຶ່ງເມັດ. ຖ້າທ່ານກິນຕອນເຊົ້າໜຶ່ງເມັດ, ທ່ຽງໜຶ່ງເມັດ, ແລະ ຕອນກາງຄືນໜຶ່ງເມັດ. ຖ້າວ່າຄຳແນະນຳໄດ້ບອກວ່າໃຫ້ກິນທຸກໆ 6 ຊົ່ວໂມງ ຫຼື ກິນມື້ໜຶ່ງ 4 ເມັດ, ໃຫ້ທ່ານກິນຕອນເຊົ້າໜຶ່ງເມັດ, ທ່ຽງໜຶ່ງເມັດ, ຕອນບ່າຍໜຶ່ງເມັດ, ແລະ ຕອນຄ່ຳອີກໜຶ່ງເມັດ. ຖ້າວ່າຄຳແນະນຳໄດ້ບອກວ່າໃຫ້ກິນທຸກໆ 4 ຊົ່ວໂມງ ຫຼື ກິນ 6 ເມັດຕໍ່ມື້ ໝາຍຄວາມວ່າທ່ານຄວນຈະເຮັດຄືກັນແຕ່ເພີ່ມອີກໜຶ່ງເມັດໃນລະຫວ່າງກາງ.

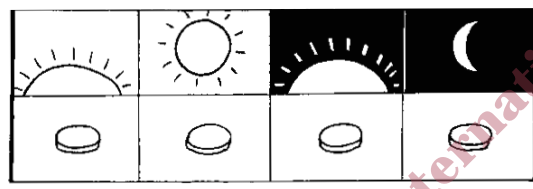
ສິ່ງສຳຄັນ:

- ຖ້າເປັນໄປໄດ້ໃຫ້ກິນຢາໃນເວລາທີ່ທ່ານຢືນ ຫຼື ນັ່ງຢູ່. ນອກນັ້ນກໍ່ໃຫ້ດື່ມນ້ຳໜຶ່ງຈອກທຸກໆຄັ້ງທີ່ກິນຢາ.
- ຖ້າທ່ານຮາກ ແລະ ເຫັນຢາອອກມານຳ, ທ່ານຈຳເປັນຕ້ອງໄດ້ກິນຢາອີກ.
- ຖ້າວ່າທ່ານຮາກພາຍໃນ 3 ຊົ່ວໂມງ ຫຼັງຈາກກິນຢາຄຸມກຳເນີດ, ທ່ານຄວນຈະກິນຢານັ້ນເພີ່ມເພື່ອໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າທ່ານຈະບໍ່ຖືພາ.

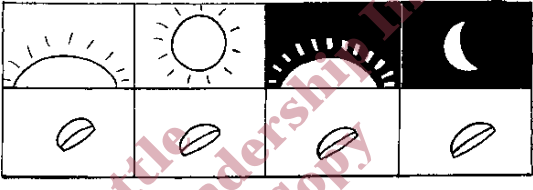


ຢູ່ທ້ອງຫວ່າງທາງລຸ່ມ ໃຫ້ແຕ້ມຮູບຂະໜາດຂອງເມັດຢາ ເພື່ອກິນແຕ່ລະຄັ້ງ ພ້ອມທັງອະທິບາຍຢ່າງແຈ້ມແຈງຕົວຢ່າງ:

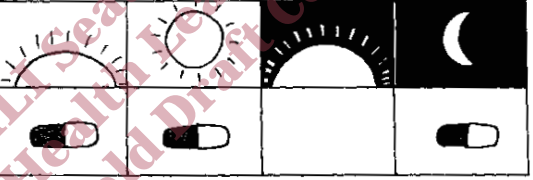
ຮູບນີ້ໝາຍຄວາມວ່າ
ຄົນເຈັບຄວນຈະກິນຢາ
ມື້ໜຶ່ງ 4 ເທື່ອງລະເມັດ:
1 ເມັດ ຕອນຕາເວັນຂຶ້ນ,
1 ເມັດ ຕອນທ່ຽງ,
1 ເມັດ ຕອນບ່າຍ, 1
ເມັດ ຕອນຄ່ຳ



ຮູບນີ້ໝາຍຄວາມວ່າ
ກິນມື້ໜຶ່ງ 4 ເທື່ອເທື່ອ
ລະເຄິ່ງເມັດ



ຮູບນີ້ໝາຍຄວາມວ່າ
ກິນມື້ໜຶ່ງ 3 ເທື່ອ
ເທື່ອລະ 1 ແຄບຊູນ



Healthcare International
Field Draft Copy

ຢາບາງຊະນິດບໍ່ເໝາະສົມສຳລັບຄົນບາງກຸ່ມ

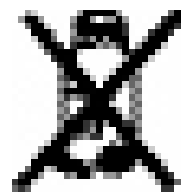
ຢາບາງຊະນິດສາມາດເຮັດໃຫ້ມີອັນຕະລາຍໃຫ້ບາງຄົນ ຫຼື ບາງໄລຍະຂອງຊີວິດຂອງເຂົາເຈົ້າ. ທ່ານຄວນໃຊ້ຢາຢ່າງລະມັດລະວັງ, ໂດຍສະເພາະໃນກໍລະນີຕ່າງໆດັ່ງລຸ່ມນີ້:

- ທ່ານຖືພາ ຫຼື ລ້ຽງລູກດ້ວຍນົມແມ່. ຢາຫຼາຍໆຊະນິດທີ່ທ່ານ ໃຊ້ໃນເວລາຖືພາ ແລະ ເອົານົມໃຫ້ລູກກິນຈະຜ່ານ ໄປຫາລູກຂອງທ່ານ. ກ່ອນຈະກິນຢາຊະນິດໃດກໍຕາມ, ໃຫ້ຊອກຮູ້ ວ່າມັນເປັນອັນຕະລາຍຕໍ່ລູກນ້ອຍຂອງທ່ານບໍ່. ຢາທີ່ສະເໜີຢູ່ ໃນປື້ມຫົວນີ້ທີ່ເປັນອັນ ຕະລາຍໃນເວລາຖືພາ ຫຼື ກຳລັງລ້ຽງລູກດ້ວຍນົມແມ່ໄດ້ມີຄຳເຕືອນໃຫ້ພ້ອມ. ແຕ່ຖ້າຫາກວ່າທ່ານເຈັບເປັນ, ສິ່ງສຳຄັນແມ່ນທ່ານຄວນໄດ້ຮັບ ການປິ່ນປົວ, ດັ່ງນັ້ນໃຫ້ທ່ານໃຊ້ຢາເພື່ອປິ່ນປົວພະຍາດທີ່ຮ້າຍແຮງ ແລະ ເລືອດຈາງ. ຖ້າເປັນໄປໄດ້ໃຫ້ຊອກໃຊ້ຢາທີ່ບໍ່ເປັນອັນຕະລາຍ ແກ່ລູກຂອງທ່ານ.
- ທ່ານເຈັບຕັບ ຫຼື ເຈັບໝາກໄຂ່ຫຼັງຊຳເຮື້ອ. ຕັບ ແລະ ໝາກໄຂ່ຫຼັງ ຂອງທ່ານມີໜ້າທີ່ກັນຕອງເອົາຢາອອກຈາກຮ່າງກາຍຂອງທ່ານ. ຖ້າວ່າມັນປະຕິບັດໜ້າທີ່ບໍ່ດີ, ຢາອາດຈະທ້ອນໂຮມຢູ່ໃນຮ່າງກາຍ ຂອງທ່ານ ແລະ ກາຍເປັນທາດເບື້ອເມົາໄດ້.
- ຖ້າທ່ານເປັນບາດແຜຢູ່ກະເພາະ ຫຼື ທ່ານມັກແສບກະເພາະອາຫານເລື້ອຍໆ. ຢາບາງຊະນິດເຊັ່ນ: ຢາອັດສະປີຣິນ ແລະ ຢາອີບູໂປຼແຟນ ສາມາດເຮັດໃຫ້ມີເລືອດ ຕົກຢູ່ກະເພາະອາຫານ ແລະ ມີອາການເຈັບແສບອີກ. ຖ້າທ່ານຈຳ ເປັນຕ້ອງໄດ້ກິນຢາທີ່ລະຄາຍເຄື່ອງຕໍ່ກະເພາະອາຫານຂອງທ່ານ, ໃຫ້ທ່ານກິນຢານັ້ນພ້ອມກັບອາຫານ.
- ທ່ານມີອາການແພ້ຕໍ່ຢາທີ່ຈະໃຊ້. ຖ້າທ່ານມີອາການດັ່ງລຸ່ມນີ້ ຫຼັງຈາກກິນຢາໃດໜຶ່ງ, ທ່ານອາດຈະມີອາການແພ້ຕໍ່ຢານັ້ນກໍເປັນ ໄດ້:
 - ເກີດຕູມຕາມຜິວໜັງ (ຕູ່ມເກີດຂຶ້ນມີສີແດງ ແລະ ຄັນ ແລະ ມັກຈະມີອາການບວມພ້ອມ)
 - ອາການພວມໃຄ່
 - ຫາຍໃຈຜິດ ຫຼື ກິນຍາກ

ອາການແພ້ໝາຍຄວາມວ່າຮ່າງກາຍຂອງທ່ານຕໍ່ຕ້ານຢາແທນທີ່ຈະໃຊ້ ມັນເພື່ອປົວພະຍາດ. ປະຕິກິລິຍາຕໍ່ການແພ້ຢາມັກຈະເກີດຂຶ້ນເລື້ອຍໆ ກັບການໃຊ້ຢາຕ້ານເຊື້ອ ແລະ ຢາໝວດຊູນຟາ (sulfa families). ໃຫ້ ທ່ານຫຼີກເວັ້ນນຳໃຊ້ຢາຊະນິດອື່ນທີ່ຢູ່ໃນໝວດດຽວກັນກັບຢາທີ່ທ່ານມີ ອາການແພ້. ທ່ານອາດຈະແພ້ມັນຄືກັນອີກ. ລາຍລະອຽດໃຫ້ອ່ານເພີ່ມ ໜ້າ 480 ກ່ຽວກັບການນຳໃຊ້ຢາຕ້ານເຊື້ອ ແລະ ໝວດໝູ່ຂອງມັນ.

ສິ່ງສຳຄັນ: ຖ້າວ່າທ່ານມີອາການແພ້ຢາ, ທ່ານຢ່າໃຊ້ຢານັ້ນອີກຕໍ່ໄປ. ອາການແພ້ເທື່ອຕໍ່ໄປອາດຈະຍິ່ງຮ້າຍແຮງກວ່າເກົ່າ ຫຼື ອາດຈະເສຍຊີວິດໄດ້.

ສິ່ງສຳຄັນ: ຫຼັງຈາກທ່ານກິນຢາ ແລະ ມີຕູ່ມອອກຢ່າງຫຼວງຫຼາຍມີອາການໄຄ່ ບວມຢູ່ປາກ ຫຼື ຫາຍໃຈຜິດ ຫຼື ກິນເຂົ້າກິນນ້ຳຍາກ ໃຫ້ທ່ານໄປປິ່ນປົວນຳແພດທັນທີ. ພາຄົນເຈັບໄປໂຮງໝໍ!



= ອ່ານຂໍ້ຄວາມ ແນະນຳຢ່າງ ລະມັດລະວັງຖ້າ ທ່ານຖືພາ.



= ອ່ານຂໍ້ຄວາມ ແນະນຳໃຫ້ ລະອຽດຖ້າທ່ານລ້ຽງ ລູກດ້ວຍນົມແມ່.



= ຢ່າໃຊ້ໃນເວລາ ຖືພາ



= ຢ່າໃຊ້ໃນເວລາ ທີ່ກຳລັງລ້ຽງລູກ ດ້ວຍນົມແມ່.

ຢູ່ໜ້າຂຽວ, ຢາທີ່ເປັນ ອັນຕະລາຍຢູ່ໃນໄລຍະ ຖືພາ ແລະ ກຳລັງລ້ຽງ ລູກດ້ວຍນົມແມ່ໄດ້ມີ ເຄື່ອງໝາຍຄືຂ້າງເທິງ ນັ້ນເພື່ອເຕືອນ.



ການປິ່ນປົວອາການ ແພ້ ແລະ ອາການຊ້ອກ ຈາກການແພ້ຢາ.



ອາການຂ້າງຄຽງ

ຢາສາມາດຕໍ່ຕ້ານກັບພະຍາດ ແຕ່ມັນອາດຈະເຮັດໃຫ້ມີຜົນກະທົບອັນອື່ນຕໍ່ຮ່າງກາຍເກີດຂຶ້ນ. ຜົນກະທົບບາງຢ່າງມີອັນຕະລາຍໜ້ອຍແຕ່ມັນເຮັດໃຫ້ຢູ່ຍາກ. ບາງຢ່າງກໍ່ມີອັນຕະລາຍ. ຕົວຢ່າງ: ຢາເມໂຕຣນິດາໂຊນ (Metronidazole) ເຮັດໃຫ້ປາກຂອງທ່ານກິນຫຍັງກໍ່ບໍ່ຮູ້ລົດຊາດ ຊຶ່ງເຮັດໃຫ້ຢູ່ຍາກ ແຕ່ບໍ່ມີອັນຕະລາຍ, ມີບາງອາການທີ່ຮ້າຍແຮງເຊັ່ນ ຢາຊັງຕາມິຊິນ (gentamiiin) ແລະ ຢາການາມິຊິນ (Kanamycin) ເຊິ່ງແມ່ນຢາຕ້ານເຊື້ອ, ສາມາດໄປ ທຳລາຍໝາກໄຂ່ຫຼັງ ຫຼື ການພັງຂອງທ່ານຢ່າງຖາວອນ, ຖ້າທ່ານໃຊ້ມັນຫຼາຍເກີນໄປ.

ກ່ອນຈະນຳໃຊ້ຢາ, ໃຫ້ຊອກຮູ້ວ່າອາການຂ້າງຄຽງຂອງມັນມີຫຍັງແດ່. ເວລາທີ່ທ່ານໃຊ້ຢາທີ່ສະເໜີຢູ່ໃນປື້ມທົວນີ້, ທ່ານສາມາດຊອກຮູ້ອາການຂ້າງຄຽງຂອງມັນ ຢູ່ໃນ “ໜ້າຂຽວ”.

ສິ່ງສຳຄັນ:

ຖ້າທ່ານມີອາການທີ່ບໍ່ໄດ້ຂຽນໄວ້ກ່ຽວກັບຢາທີ່ທ່ານໃຊ້, ເຊັ່ນມີອາການວິນຫົວ, ຫູອີ້ ຫຼື ຫາຍໃຈຫອບ, ໃຫ້ທ່ານໄປປຶກສາ ອສບ ຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບການອົບຮົມກ່ຽວກັບການຢາ. ອາການ ເຫຼົ່ານີ້ອາດຈະເກີດຂຶ້ນຍ້ອນວ່າທ່ານກິນຢາຫຼາຍເກີນໄປ.

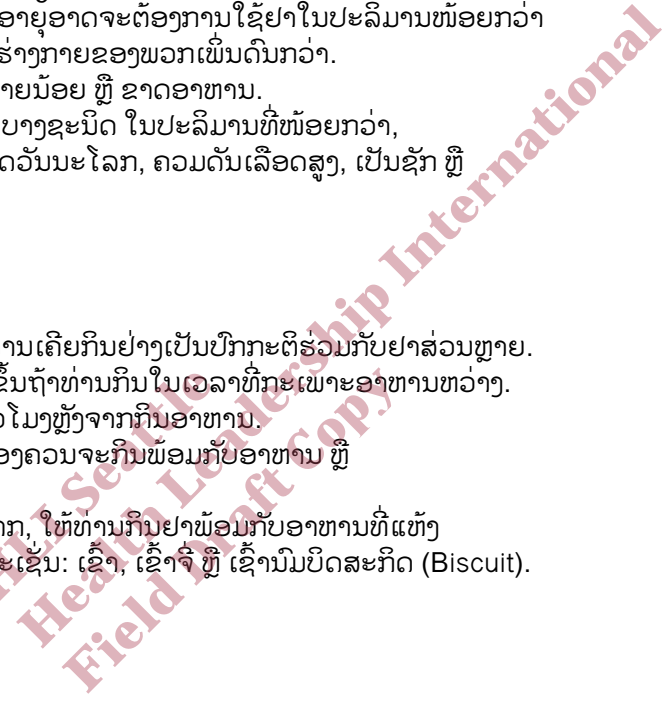
ຂໍ້ຄວນລະວັງ (ຄຳເຕືອນ)

ຢາບາງຊະນິດມີຄຳເຕືອນສະເພາະເຊິ່ງທ່ານຄວນຈະຊອກຮູ້, ແຕ່ທ່ານຄວນປຶກສາແພດກ່ອນຈະໃຫ້ໃນກໍລະນີຕ່າງໆດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້:

- ທ່ານກຳລັງກິນຢາຊະນິດອື່ນຢູ່. ຢາທີ່ປອດໄພຖ້າທ່ານກິນມັນພຽງແຕ່ຢ່າງດຽວ, ແຕ່ມັນອາດຈະເປັນອັນຕະລາຍ ຫຼື ເຮັດໃຫ້ປະສິດທິພາບຂອງຢາຫຼຸດລົງຖ້າກິນຮ່ວມກັບຢາຊະນິດອື່ນ.
- ຖ້າທ່ານຈະເອົາຢາໃຫ້ເດັກກິນ. ຮ່າງກາຍຂອງເດັກນັ້ນນ້ອຍ ແລະ ເຂົາເຈົ້າອາດຈະຕ້ອງການຢາໃນປະລິມານທີ່ໜ້ອຍກວ່າ. ໃຫ້ປຶກສາກັບເພຊັດຊະກອນ (ແພດການຢາ) ຫຼື ແພດ ອສບ ກ່ຽວກັບປະລິມານທີ່ເໝາະສົມສຳລັບເດັກ.
- ຖ້າທ່ານເປັນຜູ້ສູງອາຍຸ. ຜູ້ສູງອາຍຸອາດຈະຕ້ອງການໃຊ້ຢາໃນປະລິມານໜ້ອຍກວ່າເພາະວ່າຕົວຢາຈະຕ້ານຢູ່ໃນຮ່າງກາຍຂອງພວກເພິ່ນດົນກວ່າ.
- ຖ້າທ່ານເປັນຄົນຈ່ອຍ, ຮ່າງກາຍນ້ອຍ ຫຼື ຂາດອາຫານ. ທ່ານອາດຈະຕ້ອງການໃຊ້ຢາບາງຊະນິດ ໃນປະລິມານທີ່ໜ້ອຍກວ່າ, ເຊັ່ນຢາ ສຳລັບປິ່ນປົວພະຍາດວັນນະໂລກ, ຄວມດັນເລືອດສູງ, ເປັນຊັກ ຫຼື ປົວພະຍາດອື່ນໆ.

ຂໍ້ມູນທີ່ທ່ານຄວນຮູ້

ອາຫານ ແລະ ຢາ
ທ່ານສາມາດສືບຕໍ່ກິນອາຫານທີ່ທ່ານເຄີຍກິນຢ່າງເປັນປົກກະຕິຮ່ວມກັບຢາສ່ວນຫຼາຍ. ຢາບາງຊະນິດຈະໄດ້ຮັບຜົນຫຼາຍຂຶ້ນຖ້າທ່ານກິນໃນເວລາທີ່ກະເພາະອາຫານຫວ່າງ. ໃຫ້ທ່ານກິນຫຼັງອາຫານ 1 ຫຼື 2 ຊົ່ວໂມງຫຼັງຈາກກິນອາຫານ. ຢາທີ່ເຮັດໃຫ້ກະເພາະລະຄາຍເຄື່ອງຄວນຈະກິນພ້ອມກັບອາຫານ ຫຼື ຫິນທີ່ຫຼັງຈາກກິນອາຫານ. ຖ້າທ່ານມີອາການປວດຮາກ ຫຼື ຮາກ, ໃຫ້ທ່ານກິນຢາພ້ອມກັບອາຫານທີ່ແຫ້ງ ຊຶ່ງຫຼຸດຜ່ອນ ການປັ້ນຂອງກະເພາະເຊັ່ນ: ເຂົ້າ, ເຂົ້າຈີ່ ຫຼື ເຂົ້ານົມປິດສະກິດ (Biscuit).



ກິນຢາຫຼາຍເກີນໄປ

ມີບາງຄົນຄິດວ່າ, ຖ້າກິນຢາຫຼາຍໆຈະສາມາດປິ່ນປົວພະຍາດໄດ້ໄວກວ່າເກົ່າ, ນັ້ນແມ່ນບໍ່ຖືກຕ້ອງ ແລະ ອາດຈະເປັນອັນຕະລາຍ. ຖ້າທ່ານກິນຢາຫຼາຍບາດດຽວ ຫຼື ກິນເລື້ອຍເກີນໄປ ຫຼື ກິນໃນເວລາດົນນານເກີນໄປ, ຢາຊະນິດນັ້ນອາດຈະເປັນອັນຕະລາຍແກ່ທ່ານ.



ອາການທີ່ມັກເກີດຂຶ້ນຫຼັງຈາກກິນຢາຫຼາຍເກີນໄປ:

- ປວດຮາກ (ບຸ້ນທ້ອງ)
- ຮາກ
- ເຈັບກະເພາະ
- ເຈັບຫົວ
- ວິນຫົວ
- ຫູອີ້
- ຫາຍໃຈຫອບ

ແຕ່ອາການເຫຼົ່ານີ້ອາດຈະແມ່ນອາການຂ້າງຄຽງຂອງຢາບາງຊະນິດ. ຖ້າວ່າທ່ານມີອາການໜຶ່ງ ຫຼື ຫຼາຍອາການທີ່ໄດ້ກ່າວມານັ້ນ ແລະ ມັນບໍ່ແມ່ນອາການຂ້າງຄຽງຂອງຢາທີ່ທ່ານນຳໃຊ້ຢູ່, ໃຫ້ທ່ານປຶກສາ ອສບ ຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບການອົບຮົມໃນດ້ານການໃຊ້ຢາ.

ອາການເມົາຢາ: ກິນຢາຫຼາຍເກີນໄປເຊັ່ນ: ກິນໝົດເຄິ່ງແກວອາດຈະເຮັດໃຫ້ຄົນເບື້ອຢາ, ໂດຍສະເພາະແມ່ນເດັກນ້ອຍ, ທ່ານຄວນປະຕິບັດດັ່ງນີ້:

- ພະຍາຍາມເຮັດໃຫ້ຄົນຜູ້ນັ້ນຮາກອອກ ເພື່ອລະບາຍເອົາຢາອອກກ່ອນທີ່ມັນຈະໄປທຳລາຍຮ່າງກາຍຂອງລາວ.
- ເອົາຢາຊາກບົງ (Activated charcoal) (ອ່ານເພີ່ມໜ້າ 495) ຢາຊາກລົງສາມາດດູດຊັບເອົາຢາບາງຊະນິດ ແລະ ກິນບໍ່ໃຫ້ມັນເປັນທາງເປືອເມົາແກ່ຮ່າງກາຍ.
- ໃຫ້ໄປປິ່ນປົວນຳແພດໝໍດ່ວນ.



ພາຄົນເຈັບໄປໂຮງໝໍ

ໝວດຕ່າງໆ ຂອງຢາ

ຢາຊະນິດຕ່າງໆນຳໃຊ້ເພື່ອປິ່ນປົວພະຍາດ. ບາງຢາງ່າງປົວພະຍາດໂດຍກົງ ແລະ ບາງຢາງ່າງຊ່ວຍບັນເທົາອາການເຈັບເປັນ. ບາງຄັ້ງທ່ານກໍ່ບໍ່ສາມາດໃຊ້ຢາ ທີ່ເໝາະສົມທີ່ສຸດ ສຳລັບປິ່ນປົວພະຍາດຂອງທ່ານເພາະວ່າ:

- ຢານັ້ນບໍ່ມີຢູ່ທ້ອງຖິ່ນທີ່ທ່ານອາໄສຢູ່.
- ຢານັ້ນບໍ່ປອດໄພ ຖ້າວ່າທ່ານຖືພາ ຫຼື ກຳລັງລ້ຽງລູກດ້ວຍນົມແມ່.
- ທ່ານມີອາການແພ້ຕໍ່ຢານັ້ນ.
- ຢານັ້ນໃຊ້ບໍ່ໄດ້ຜົນຢູ່ທ້ອງຖິ່ນຂອງທ່ານເພາະວ່າພະຍາດໄດ້ຕ້ານຕໍ່ຢານັ້ນ ແລ້ວ (ອ່ານເພີ່ມໃນຕາຕະລາງລຸ່ມນີ້).

ຖ້າວ່າບັນຫາທີ່ກ່າວມານັ້ນເກີດຂຶ້ນກັບທ່ານ, ທ່ານສາມາດປ່ຽນໃຊ້ຢາອື່ນແທນກໍ່ໄດ້, ແຕ່ທ່ານຕ້ອງແນ່ໃຈວ່າມັນໃຊ້ໄດ້ຜົນ. ການປິ່ນປົວທີ່ພວກເຮົາໄດ້ແນະນຳຢູ່ໃນປື້ມນີ້, ສ່ວນຫຼາຍພວກເຮົາກໍ່ໄດ້ສະເໜີທາງເລືອກໄວ້ແລ້ວ, ຖ້າທ່ານບໍ່ສາມາດໃຊ້ຢາທີ່ເໝາະສົມທີ່ສຸດ. ໃນກໍລະນີທີ່ທ່ານບໍ່ແນ່ໃຈວ່າຈະໃຊ້ຢາແນວໃດ, ທ່ານຄວນຈະປຶກສາ ອສບ ສາກ່ອນ.

ໝວດຢາຕ້ານເຊື້ອ

ຢາຕ້ານເຊື້ອແມ່ນຢາທີ່ສຳຄັນ, ຊຶ່ງໃຊ້ສຳລັບຕ້ານກັບພະຍາດຊຶມເຊື້ອທີ່ເກີດຂຶ້ນຍ້ອນເຊື້ອຈຸລິນຊີ (Bacteria). ມັນບໍ່ສາມາດປິ່ນປົວພະຍາດທີ່ເກີດຂຶ້ນຍ້ອນເຊື້ອຈຸລະ ໂລກ (virus) ຫຼື ອາການເປັນຫວັດ. ແຕ່ຢາຕ້ານເຊື້ອທຸກໆ ຊະນິດບໍ່ສາມາດຕ້ານກັບພະຍາດຊຶມເຊື້ອໝົດທຸກແນວ. ຢາຕ້ານເຊື້ອໄດ້ຈັດເປັນແຕ່ລະໝວດໝູ່, ຢາຕ້ານເຊື້ອທີ່ມີທາດເຄມີໝວດດຽວ ກັນກໍ່ຈັດໃຫ້ຢູ່ໃນໝວດດຽວກັນ. ການທີ່ເຮົາຮູ້ໝວດໝູ່ຂອງຢາຕ້ານເຊື້ອນັ້ນເປັນສິ່ງສຳຄັນ ຍ້ອນສອງເຫດຜົນຄື:

1. ຢາຕ້ານເຊື້ອທີ່ຢູ່ໃນໝວດດຽວກັນມັກຈະສາມາດຕ້ານກັບເຊື້ອພະຍາດໝວດດຽວກັນ. ອັນນີ້ ໝາຍ ຄວາມວ່າທ່ານສາມາດໃຊ້ຢາອັນໃດອັນໜຶ່ງຢູ່ໃນໝວດດຽວກັນນັ້ນ.
2. ຖ້າທ່ານຫາກມີອາການແພ້ຕໍ່ຢາໃດໜຶ່ງ, ທ່ານຈະມີອາການແພ້ຢາທຸກຊະນິດທີ່ຢູ່ໃນໝວດນັ້ນ ຄືກັນ. ອັນນີ້ສະແດງໃຫ້ຮູ້ວ່າທ່ານຕ້ອງໄດ້ໃຊ້ຢາຈາກໝວດອື່ນແທນ.

ໝວດຢາຕ້ານເຊື້ອຕົ້ນຕໍທີ່ໃຊ້ໃນປື້ມນີ້ມີຄື:

ໝວດເປນິຊີລິນລິນ (penicillins): ຢາອາມິກາຊີລິນ (amoxicillin), ຢາອຳປິຊີລິນ (ampicillin), ແບນຊິນເປນິຊີລິນ (Benzyl penicillin), ດີກລົກຊາຊີລິນ (Dicloxacillin), ໂປຼກາອິນເປນິຊີລິນ (Procain penicillin) ແລະ ອື່ນໆ.

ຢາທີ່ຢູ່ໃນໝວດເປນິຊີລິນ ສ່ວນຫຼາຍສາມາດປິ່ນປົວພະຍາດຊຶມເຊື້ອຫຼາຍໆຊະນິດທີ່ແຕກຕ່າງກັນ. ມັນມີອາການຂ້າງຄຽງໜ້ອຍ ແລະ ໃຊ້ໄດ້ຢ່າງປອດໄພໃນເວລາຖືພາ ແລະ ລ້ຽງລູກດ້ວຍນົມແມ່. ມັນມີຢູ່ທົ່ວໄປ, ລາຄາຖືກ ແລະ ມີທັງຮູບແບບສຳລັບສັກ ແລະ ກິນ ແຕ່ມັນເຮັດໃຫ້ມີອາການແພ້ຫຼາຍກວ່າຢາຊະນິດອື່ນໆ. ປັດຈຸບັນ, ມັນຖືກນຳໃຊ້ຫຼາຍເກີນໄປ ແລະ ບາງເຊື້ອພະຍາດໄດ້ຕ້ານກັບຢາໝວດເປນິຊີລິນ ແລ້ວ.

ໝວດມາໂກຼລິດ (Macrolides): ຢາອາຊິດໂຕຼມີຊິນ (Azythromycin), ຢາເອຣິດໂຕຼມີຊິນ (Erythromycin) ແລະ ອື່ນໆ.

ຢາເອຣິດໂຕຼມີຊິນ ແມ່ນຢາທີ່ມີມາດົນແລ້ວ, ມັກຈະຖືກນຳໃຊ້ເລື້ອຍໆ ແລະ ມີຢູ່ທົ່ວໄປ. ຢາຕ້ານເຊື້ອຊະນິດນີ້ໃຊ້ໄດ້ຜົນກັບພະຍາດຊຶມເຊື້ອຫຼາຍໆຊະນິດຄືກັນກັບຢາເປນິຊີກລິນ ແລະ ດີກຊີຊີກລິນ. ສ່ວນຫຼາຍມັນສາມາດໃຫ້ແທນຢາໝວດຢາຕ້ານເຊື້ອດີກຊີຊີກລິນ ໄດ້ເປັນຢ່າງດີ, ສຳລັບແມ່ຍິງຖືພາ ແລະ ລ້ຽງລູກດ້ວຍນົມແມ່ ຫຼື ໃນກໍລະນີທີ່ມີອາການແພ້ຕໍ່ຢາເປນິຊີລິນ.

ໝວດແຕຕຣາຊີກລິນ: ຢາດີກຊີຊີກລິນ (Doxycycline), ແຕຕຣາຊີກລິນ (Tetracycline). ທັງຢາແຕຕຣາຊີກລິນ ແລະ ດີກຊີຊີກລິນ ສາມາດປິ່ນປົວພະຍາດຊຶມເຊື້ອຫຼາຍໆຊະນິດທັງມີ ລາຄາຖືກ ແລະ ຊອກຫາໄດ້ຢູ່ທົ່ວໄປ. ທັງສອງຢານີ້ບໍ່ຄວນໃຊ້ສຳລັບແມ່ຍິງຖືພາ, ລ້ຽງລູກດ້ວຍນົມແມ່ ຫຼື ເດັກອາຍຸຕໍ່າກວ່າ 8 ປີ.

ໝວດຊຸນຟາ (sulfas, sulfonamides): ຢາຊຸນຟາເມຕີກຊາໂຊນ (Sulfamethoxazole, ສ່ວນໜຶ່ງຂອງຢາໂກຕຣີມີກຊາໂຊນ), ຢາຊຸນຟີຊີກຊາໂຊນ (Sulfisoxazole).

ຢາຢູ່ໃນໝວດນີ້ ຕໍ່ຕ້ານກັບພະຍາດຊຶມເຊື້ອຫຼາຍໆຊະນິດ ແລະມັນກໍ່ຊອກຫາໄດ້ທົ່ວໄປທັງມີລາຄາຖືກອີກ. ແຕ່ບັດຈຸບັນນີ້ມັນໃຊ້ບໍ່ໄດ້ຜົນດີປານໃດ ເພາະວ່າບາງເຊື້ອພະຍາດໄດ້ຕ້ານກັບມັນແລ້ວ. ມັນເຮັດໃຫ້ມີອາການແພ້ຫຼາຍກວ່າຢາຊະນິດອື່ນ. ມັນສາມາດນຳໃຊ້ໄດ້ໃນໄລຍະຖືພາ, ແຕ່ກ່ອນຈະເກີດລູກ ແລະເດັກອ່ອນ 2-3 ອາທິດຫຼັງຄອດຄວນຈະກິນຢາຊະນິດອື່ນໃຫ້ຢຸດເຊົາໃຊ້ຢາໝວດ ຊຸນໂຟນາມິດ ທີ່ນີ້ ຖ້າມີອາການແພ້ (ອ່ານເພີ່ມໜ້າ 483).

ໝວດອາມິໂນກລິໂກຊິດ (aminoglycosides): ຢາຊັງຕາມີຊິນ (gentamiin) ຢາສະເຕັບໂຕມີຊິນ (Streptomycin) ແລະ ອື່ນໆ.

ຢາຈຳພວກນີ້ມີປະສິດທິພາບ ແລະ ເປັນຢາທີ່ແຮງ, ແຕ່ຢາຢູ່ໃນໝວດນີ້ສ່ວນຫຼາຍມີອາການຂ້າງຄຽງທີ່ຮຸນແຮງ ແລະ ສາມາດນຳໃຊ້ໄດ້ແຕ່ວິທີສັກເທົ່ານັ້ນ. ຄວນຈະນຳໃຊ້ໝວດນີ້ໃນກໍລະນີທີ່ຊຶມເຊື້ອຮ້າຍແຮງ ແລະ ບໍ່ມີຢາອື່ນທີ່ປອດໄພກວ່າເທົ່ານັ້ນ.

ໝວດເຊຟາໂລສະບໍຣິນ (Cephalosporins): ຢາເຊຟິກຊິມ (Cefixime), ຢາແຊບຕຣີອັກໂຊນ (Ceftriaxone) ເຊຟາເລັກຊິນ (Cephalexin) ແລະ ອື່ນໆ.

ຢາໝວດນີ້ແມ່ນໝວດທີ່ໃຫຍ່ທີ່ປະກອບດ້ວຍຢາຊະນິດໃໝ່ທີ່ມີປະສິດທິພາບສູງຊຶ່ງສາມາດປິ່ນປົວພະຍາດຊຶມເຊື້ອທີ່ເກີດຂຶ້ນກັບແມ່ຍິງ ແລະ ທີ່ຕ້ານກັບຢາຕ້ານເຊື້ອໝວດເກົ່າແລ້ວ. ສ່ວນຫຼາຍມັນແມ່ນຢາທີ່ປອດໄພ ແລະ ມີອາການຂ້າງຄຽງໜ້ອຍກວ່າໝວດເກົ່າ, ແຕ່ມັນມີລາຄາແພງ ແລະ ຊອກຫາໄດ້ຍາກ. ພວກມັນສາມາດນຳໃຊ້ຢ່າງປອດໄພຢູ່ໃນໄລຍະຖືພາ ແລະ ລ້ຽງລູກດ້ວຍນົມແມ່.

ໝວດກິໂຊໂລນ (quinolones): ຢາຊີໂປຣຟລັກຊາຊິນ (Ciprofloxacin) ຢານໍຟລັກຊາຊິນ (Norfloxacin) ແລະ ອື່ນໆ.

ຢາຊີໂປຣຟລັກຊາຊິນ ແລະ ຢານໍຟລັກຊາຊິນ ແມ່ນຢາຕ້ານເຊື້ອຊະນິດໃໝ່ ແລະ ມີປະສິດທິພາບສູງ. ພວກມັນມີລາຄາແພງ ແລະ ອາດຈະຊອກຊື້ໄດ້ຍາກ. ພວກມັນບໍ່ສາມາດນຳໃຊ້ໃນໄລຍະຖືພາ, ລ້ຽງລູກດ້ວຍນົມແມ່ ແລະ ນຳເດັກອາຍຸຕໍ່ກວ່າ 16 ປີ.

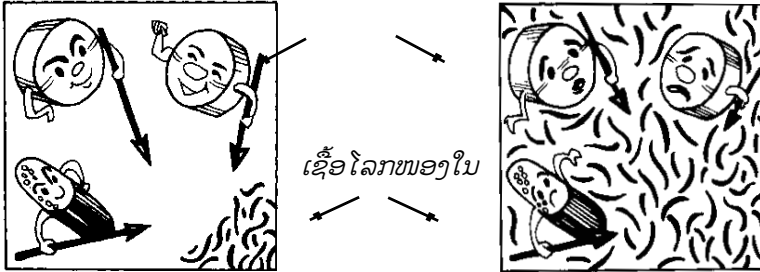
ຈົ່ງນຳໃຊ້ຢາຕ້ານເຊື້ອໃນກໍລະນີຈຳເປັນເທົ່ານັ້ນ

ຢາຕ້ານເຊື້ອຫຼາຍໆຊະນິດ, ໂດຍສະເພາະຢາເປນິຊີລິນໄດ້ຖືກນຳໃຊ້ເລື້ອຍເກີນໄປ. ທ່ານຄວນໃຊ້ຢາຕ້ານເຊື້ອໃນກໍລະນີຈຳເປັນເທົ່ານັ້ນ ເພາະວ່າ:

- ໃນເວລາທີ່ພວກມັນຂ້າເຊື້ອຊະນິດໜຶ່ງ, ພວກມັນອາດຈະເຮັດໃຫ້ເຊື້ອຊະນິດອື່ນຂະຫຍາຍຕົວຈົນບໍ່ສາມາດຄວບຄຸມໄດ້, ໂດຍສະເພາະພວກທີ່ຢູ່ໃນຮ່າງກາຍຢ່າງເປັນປົກກະຕິ ທີ່ບໍ່ມີຜົນຮ້າຍອັນໃດ. ໃນກໍລະນີນີ້ມັນສາມາດເຮັດໃຫ້ມີບັນຫາເກີດຂຶ້ນເຊັ່ນ ຖອກທ້ອງ ແລະ ຊຶມເຊື້ອຊ່ອງຄອດດ້ວຍເຊື້ອເຫັດ.
- ຢາຕ້ານເຊື້ອບາງຊະນິດສາມາດເຮັດໃຫ້ມີອາການຂ້າງຄຽງ ແລະ ອາການແພ້ທີ່ຮ້າຍແຮງ. ການນຳໃຊ້ຢາຕ້ານເຊື້ອໃນເວລາທີ່ບໍ່ຈຳເປັນ ຫຼື ໃຊ້ເພື່ອປິ່ນປົວພະຍາດທີ່ມັນບໍ່ສາມາດປົວໄດ້, ເຮັດໃຫ້ເຊື້ອພະຍາດບາງຊະນິດຮ້າຍແຮງຂຶ້ນ ແລະ ຕ້ານກັບຢາໄດ້. ນີ້ໝາຍຄວາມວ່າຢານັ້ນບໍ່ສາມາດປົວ ພະຍາດນັ້ນໄດ້ອີກແລ້ວ.

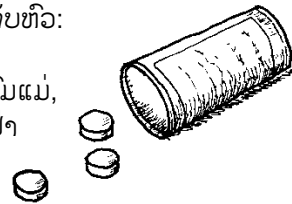
ຕົວຢ່າງ: ໃນອະດີດ, ໂລກໜອງໃນຊຶ່ງແມ່ນພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນຊະນິດໜຶ່ງ. ສາມາດປິ່ນປົວໄດ້ຢ່າງງ່າຍດາຍດ້ວຍຢາເປນິຊີລິນ. ແຕ່ວ່າຢາເປນິຊີລິນ ໄດ້ຖືກນຳໃຊ້ຢ່າງຜິດພາດ ແລະ ເລື້ອຍເກີນໄປສຳລັບປິ່ນປົວພະຍາດຊຶມເຊື້ອຫຼາຍຢ່າງ, ທັງທີ່ບໍ່ແມ່ນພະຍາດຮ້າຍແຮງອັນໃດ.

ຢາສຳລັບປິ່ນປົວໂລກໜອງໃນ



ບັດຈຸບັນນີ້ມີເຊື້ອໂລກໜອງ
ໃນຂະນິດໃໝ່ທີ່ຕ້ານຕໍ່ຢາ
ເປັນຊີລິນ ແລະ ຢາຕ້ານ
ເຊື້ອຂະນິດອື່ນ. ເຊື້ອພະຍາດ
ຂະນິດໃໝ່ນີ້ປິ່ນປົວຍາກ
ແລະ ຕ້ອງໄດ້ໃຊ້ຈ່າຍຫຼາຍ
ກວ່າ.

ຢາສຳລັບປິ່ນປົວອາການເຈັບທີ່ເປົາບາງ ເຊັ່ນປວດປະຈຳເດືອນ ຫຼື ເຈັບຫົວ:
ຢາປາລາເຊຕາໂມນ (Paracetamol): ມີຢູ່ທົ່ວໄປ ແລະ ລາຄາຖືກ.
ແມ່ນຢາທີ່ປອດໄພທີ່ສຸດສຳລັບແມ່ມານ ແລະ ແມ່ຍິງທີ່ລ້ຽງລູກດ້ວຍນົມແມ່,
ທັງສາມາດຫຼຸດຜ່ອນອາການໄຂ້ນຳ. ຢາກິນເຫຼົ່ານີ້ໃນເວລາໃຊ້ຢານີ້ ຫຼື ຢາ
ໃຊ້ຢານີ້ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນອາການເມົາຄ້າງ,
ຫຼື ຢາໃຊ້ມັນໃນເວລາທີ່ທ່ານເຈັບຕັບ ຫຼື ໝາກໄຂ່ຫຼັງ.



ຢາອັດສະປິຣິນ (Aspirin). ມີຢູ່ທົ່ວໄປ, ລາຄາຖືກ ແລະ ໃຊ້ໄດ້ຜົນເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນອາການໄຂ້,
ແກ້ປອດກ້າມເນື້ອ, ປວດຂໍ້ ແລະ ປວດປະຈຳເດືອນ. ແມ່ຍິງຜູ້ທີ່ລ້ຽງລູກດ້ວຍນົມແມ່ ສາມາດໃຊ້ຢາອັດ
ສະປິຣິນໄດ້ຫຼັງຈາກເກີດລູກໄດ້ໜຶ່ງອາທິດ ແຕ່ແມ່ຍິງຖືພາຄວນໃຊ້ຢາ ປາລາເຊຕາໂມນແທນ.
ຖ້າກິນໃນປະລິມານທີ່ຖືກຕ້ອງກໍຈະປອດໄພແຕ່ມັນອາດຈະເຮັດໃຫ້ກະເພາະລະຄາຍເຄື່ອງ
ເພາະສະນັ້ນຜູ້ທີ່ເປັນບາດກະເພາະອາຫານ ບໍ່ຄວນກິນຢານີ້. ຢາອັດສະປິຣິນກັນບໍ່ໃຫ້ເລືອດກ້າມາມ
ປົກກະຕິ, ດັ່ງນັ້ນຢາອັດສະປິຣິນ ຈິ່ງບໍ່ຄວນໃຊ້ນຳຄົນເຈັບທີ່ຕົກເລືອດ ຫຼື ກ່ອນຜ່າຕັດ.

ຢາອີບູໂປຼເຟັນ (Ibuprofen): ມີຢູ່ທົ່ວໄປແຕ່ມີລາຄາແພງກວ່າຜາອັດສະປິຣິນ ຫຼື ຢາປາລາເຊຕາ
ໂມນ. ມັນມີປະສິດທິພາບຄືກັນກັບຢາອັດສະປິຣິນ. ໃນປະລິມານຕ່ຳມັນສາມາດຫຼຸດ
ຜ່ອນອາການປວດປະຈຳເດືອນ, ປວດກ້າມເນື້ອ, ປວດຕາມຂໍ້ ແລະ ອາການໄຄ້ແດງ. ຢາອີບູໂປຼເຟັນ
ແມ່ນຢາທີ່ດີສຳລັບປິ່ນປົວຫຼຸດຜ່ອນອາການເຈັບຂອງປະດົງຂໍ້. ມັນສາມາດເຮັດໃຫ້ລະຄາຍເຄື່ອງ
ກະເພາະອາຫານ ແລະ ເຮັດໃຫ້ມີບັນຫາທາງເລືອດຄືກັນ, ສະນັ້ນຈິ່ງບໍ່ຄວນໃຊ້ມັນກ່ອນຈະຜ່າຕັດ ຫຼື
ນຳບຸກຄົນທີ່ເປັນບາດກະເພາະອາຫານ. ແມ່ຍິງທີ່ລ້ຽງລູກດ້ວຍນົມແມ່ສາມາດໃຊ້ຢາອີບູໂປຼເຟັນໄດ້
ແຕ່ແມ່ຍິງຖືພາບໍ່ຄວນໃຊ້ໃນໄລຍະ 3 ເດືອນສຸດທ້າຍຂອງການຖືພາ.

ຢາສຳລັບປິ່ນປົວອາການເຈັບປານກາງເຖິງຂັ້ນຮຸນແຮງ.ຢາອີບູໂປຼເຟັນ ໃນປະລິມານ
ສູງສາມາດໃຊ້ໄດ້ຜົນ (800 ມລກ ກິນ 3 ຫາ 4 ເທື່ອຕໍ່ມື້). ຢາໂກເດອິນ (Codeine):
ແມ່ນຢາໃນໝວດທີ່ມີທາດຢາຝົນຢູ່ນຳ, ຊຶ່ງໃຊ້ໄດ້ຜົນເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນອາການເຈັບ
ຫຼັງຈາກ ຜ່າຕັດ ຫຼື ຄືບາດເຈັບ. ການກິນຢາໂກເດອິນເປັນເວລາດົນນານອາດຈະເຮັດໃຫ້ຕິດຢາໄດ້.

ຢາສຳລັບປິ່ນປົວອາການເຈັບທີ່ຮຸນແຮງ ແລະ ເຈັບແບບຕໍ່ເນື່ອງ.ຢາໂກເດອິນ ໃນປະລິມານ
ສູງອາດຈະຊ່ວຍຫຼຸດຜ່ອນອາການເຈັບຮຸນແຮງໄດ້. ຢາມອກຟິນ (Morphine): ແມ່ນຢາທີ່ແຮງໃນໝວດ
ທີ່ມີທາດຝົນຢູ່ນຳ, ຊຶ່ງໃຊ້ໄດ້ຜົນດີເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນອາການເຈັບໃນໄລຍສຸດທ້າຍຂອງໂລກເອດສ
ແລະ ມະເຮັງ. ຢາມອກຟິນຊອກຫາໄດ້ຍາກກວ່າທ່ານນອນໂຮງໝໍ, ແຕ່ຖ້າມີໃບສັ່ງຢາຂອງທ່ານ
ໝໍກໍອາດຊື້ໄດ້. ເພາະມັນອາດຈະເຮັດໃຫ້ຕິດໄດ້.

Health Address International
Field No. 1001

ຢາຫ້າມເລືອດໃນກໍລະນີຕົກເລືອດທາງຊ່ອງຄອດຫຼັງຈາກເກີດລູກ ຫຼື ຫໍ່ແທ້ງ

ຢາທີ່ປະກອບດ້ວຍແອກໂກເມຕຣິນ (ergometrine) ຫຼື ອີກຊີຕິກຊິນ (Oxytocin) ເຮັດໃຫ້ມີດລູກປັ້ນ ແລະ ເສັ້ນເລືອດຮັດຕົວເຂົ້າ. ຢາຈຳພວກນີ້ມີຄວາມສຳຄັນໃນການຄວບຄຸມການຕົກເລືອດຢ່າງຮຸນແຮງຫຼັງຈາກເກີດລູກ.



ຢາແອກໂກເມຕຣິນ (Ergometrine) ນຳໃຊ້ເພື່ອປ້ອງກັນ ຫຼື ຄວບຄຸມການຕົກເລືອດ ຫຼັງຈາກແຮ່ອອກມາແລ້ວ.

ຢາສັກຢາແອກໂກເມຕຣິນ ເຂົ້າທາງເສັ້ນເລືອດ (IV) ມັນຄວນຈະສັກເຂົ້າກ້າມຊີ້ນໃຫຍ່.

ເດັດຂາດຢາສັກຢານີ້ກ່ອນເດັກເກີດ ຫຼື ກ່ອນແຮ່ຈະອອກ. ຢາໃຊ້ຢານີ້ຢູ່ ນຳແມ່ຍິງທີ່ມີຄວາມດັນເລືອດສູງ.

ຢາອີກຊີຕິກຊິນ (oxytocin) ນຳໃຊ້ເພື່ອສະກັດກັ້ນການຕົກເລືອດທີ່ຮ້າຍແຮງ ທີ່ເກີດຂຶ້ນກັບແມ່ ຫຼັງຈາກທີ່ເດັກອອກມາແລ້ວ. ຢາອີກຊີຕິກຊິນມີຄວາມຈຳເປັນ ໜ້ອຍທີ່ສຸດທີ່ຈະຖືກໃຊ້ກ່ອນທີ່ເດັກຈະອອກ. ໃນກໍລະນີນີ້, ຢາຈະຖືກນຳໃຊ້ໄດ້ແຕ່ທ່າງເສັ້ນເລືອດເທົ່ານັ້ນ, ຊຶ່ງຄວນຈະແມ່ນທ່ານໝໍ ຫຼື ຜູ້ທີ່ຜ່ານການອົບຮົມເປັນຜູ້ໃຊ້. ການໃຊ້ຢາອີກຊີຕິກຊິນ ເພື່ອເລັ່ງໃຫ້ການຄອດໄວຂຶ້ນ ຫຼື ເພື່ອຊວນໃຫ້ເບັ່ງອາດຈະ ເປັນອັນຕະລາຍແກ່ທັງແມ່ ແລະ ລູກນ້ອຍ.

ຢາແກ້ອາການແພ້

ຄົນຜູ້ໜຶ່ງສາມາດມີອາການແພ້ຢາ, ອາຫານ ຫຼື ສິ່ງຂອງຕ່າງໆ ທີ່ລາວສຳຜັດ ຫຼື ສູບຫາຍໃຈເຂົ້າໄປ. ອາຫານແພ້ອາດຈະເປັນລັກສະນະເປົາບາງເຊັ່ນ: ມີອາການນັ່ນຕຸ່ມມຸ່ມມ່ານ ຫຼື ຈາມ, ບາງຄັ້ງມັນອາດຈະມີລັກສະນະປານກາງເຖິງຮ້າຍແຮງ.

ບາງອາການແພ້ມີຄວາມຮ້າຍແຮງ ແລະ ເຮັດໃຫ້ເປັນຊັອກໄດ້. ອາການແພ້ທີ່ຮ້າຍແຮງ ແລະ ອາການຊັອກອາດຈະເປັນອັນຕະລາຍ ເຖິງຊີວິດກໍ່ເປັນໄດ້, ສະນັ້ນມັນຈິ່ງຕ້ອງໄດ້ປິ່ນປົວທັນທີ.



ວິທີປິ່ນປົວອາການແພ້ ແລະ ຊັອກ

ຢູ່ໃນບົ້ມຫົວນີ້ພວກເຮົາໄດ້ກ່າວເຖິງຢາບາງຊະນິດທີ່ອາດຈະເຮັດໃຫ້ມີອາການແພ້, ຢາຊະນິດໃດກໍ່ຕາມທີ່ພາໃຫ້ມີອາການແພ້, ຄວນຈະຢຸດເຊົາໃຫ້ ແລະ ບໍ່ນຳໃຊ້ມັນອີກຕໍ່ໄປ, ເຖິງວ່າອາການແພ້ຈະມີລັກສະນະເປົາບາງກໍ່ຕາມ.

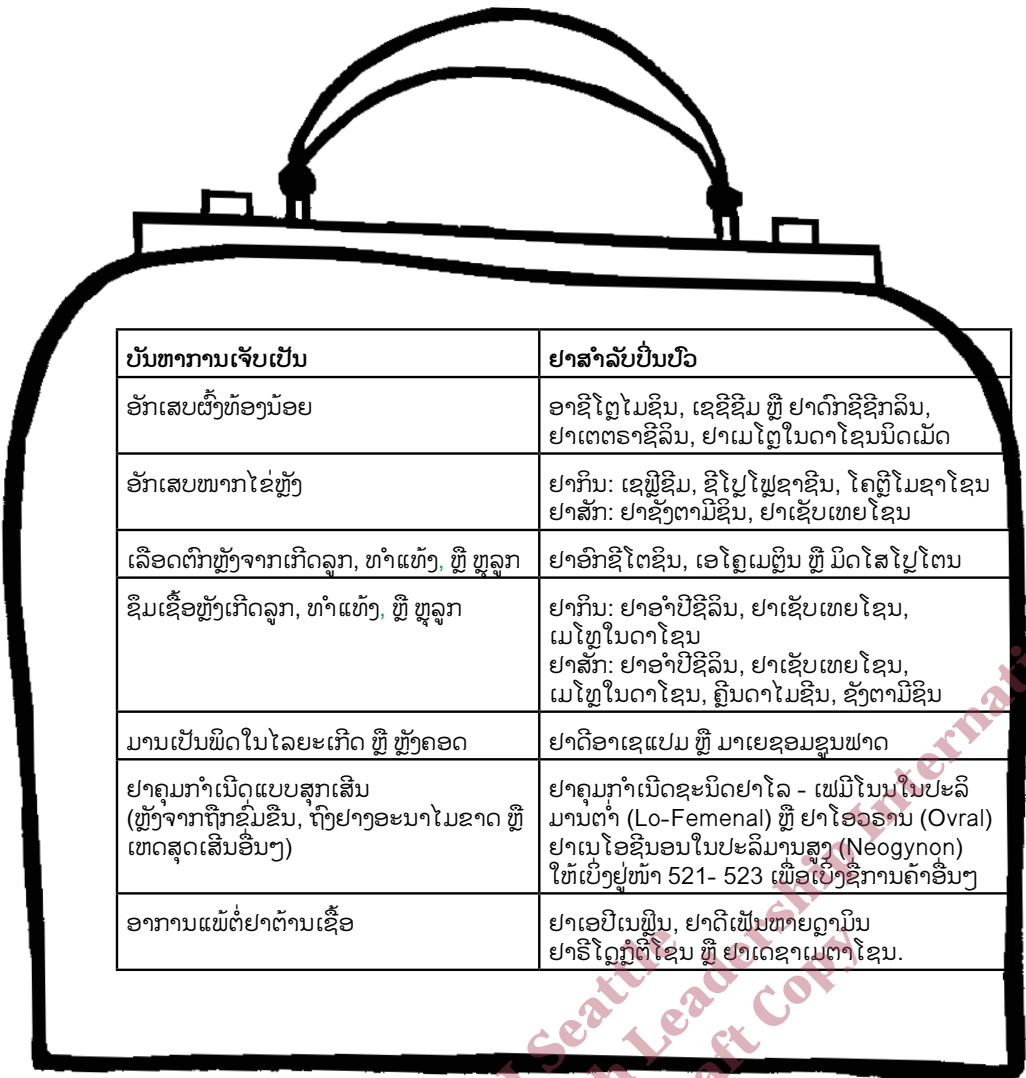
ອາການແພ້ຈະຖືກປິ່ນປົວດ້ວຍຢາ 1 ຫຼື 2 ຫຼື 3 ຊະນິດ ຊຶ່ງມັນຂຶ້ນກັບຄວາມຮ້າຍແຮງຂອງອາການແພ້ຢານັ້ນໆ.

1. ຢາຕ້ານທານຮີດສະຕາມິນ (Antihistamines): ເຊັ່ນ ຢາດີເຟນີດດຣາມິນ (Diphenhydramine), ຢາຮີດຣິກຊີຊິນ (Hydroxyzine) ຫຼື ຢາໂປຣເມຕາຊິນ (Promethazine). ບໍ່ມີຢາຊະນິດໃດທີ່ເໝາະສົມໃຊ້ກັບແມ່ຍິງຖືພາ ຫຼື ກຳລັງລ້ຽງລູກດ້ວຍນົມແມ່ເລີຍ, ແຕ່ຢາໂປຣເມຕາຊິນ (Promethazine) ມີອັນຕະລາຍໜ້ອຍກວ່າໝູ່, ແຕ່ໃນທາງກົງກັນຂ້າມ, ຢາດີເຟນີດດຣາມິນ ເປັນຢາທີ່ມີລາຄາຖືກ ແລະ ມີຢູ່ທົ່ວໄປ.
2. ສະເຕຣອຍ (steroids): ເຊັ່ນຢາເດຊາເມຕາໂຊນ (Dexamethasone) ຫຼື ຮີດໂດຣກາກຕີໂຊນ (Hydrocortisone) ເປັນຕົ້ນ. ຢາເດຊາເມຕາໂຊນເປັນຢາທີ່ດີກວ່າສຳລັບໃຊ້ນຳແມ່ມານ ຫຼື ຜູ້ທີ່ລ້ຽງລູກດ້ວຍນົມແມ່.
3. ຢາເອປີເນຟຣິນ (Epinephrine) ຫຼື ຢາອາດະເຣນາລິນ (Adrenaline) ຢາຈຳພວກນີ້ປອດໄພສຳລັບແມ່ຍິງຖືພາ ແລະ ຜູ້ທີ່ລ້ຽງລູກດ້ວຍນົມແມ່.

**ຢາທີ່ຊ່ວຍ
ກູ້ຊີວິດ
ຂອງແມ່ຍິງ**

ການເລີ່ມຕົ້ນສ້າງຖົງຢາສຸກເລີນຢູ່ໃນຊຸມຊົນແມ່ນວິທີການໜຶ່ງທີ່ທ່ານສາມາດຊ່ວຍກອບກູ້ເອົາຊີວິດຂອງແມ່ຍິງຢູ່ໃນບ້ານຂອງທ່ານໄດ້. ຢາທີ່ໄດ້ຂຽນໄວ້ຢູ່ໃນຕາຕະລາງລຸ່ມນີ້ຈະຊ່ວຍທ່ານເລີ່ມຕົ້ນໃຫ້ການປິ່ນປົວຈົນເຖິງເວລາທີ່ຄົນເຈັບສາມາດໄດ້ຮັບການຊ່ວຍເຫຼືອຈາກແພດໝໍ. ເຮັດໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າທ່ານມີຢາຢູ່ໃນຖົງຢາຂອງທ່ານ ຫຼື ມີຢູ່ໃນສຸກສາລາທີ່ໃຫຍ່ທີ່ສຸດກັບບ້ານຂອງທ່ານ. ຖ້າທ່ານຕ້ອງໄດ້ຊື້ມັນ, ໃຫ້ທ່ານປຶກສາກັບນາຍບ້ານ ແລະ ອະທິບາຍໃຫ້ເພິ່ນຟັງວ່າ ຢາເຫຼົ່ານີ້ສາມາດຊ່ວຍໄດ້ແນວໃດແດ່ ແລະ ຊ່ວຍກັນຊອກຫາຊ່ອງທາງທີ່ຈະຊື້ມັນມາໄວ້ໃຊ້.

ຖົງຢາຄວນປະກອບດ້ວຍສິ່ງຕ່າງໆລຸ່ມນີ້:



ບັນຫາການເຈັບເປັນ	ຢາສໍາລັບປິ່ນປົວ
ອັກເສບຕັ້ງທ້ອງນ້ອຍ	ອາຊີໂຕໄມຊິນ, ເຊຊີຊິມ ຫຼື ຢາດີກຊີຊິກລິນ, ຢາເຕຕຣາຊີລິນ, ຢາເມໂຕໄຮໃນດາໂຊນນິດເມັດ
ອັກເສບໜາກໄຂ່ຫຼັງ	ຢາກິນ: ເຊຟູີຊິມ, ຊີໂປໂຟຊາຊິນ, ໂຄຕີໂມຊາໂຊນ ຢາສັກ: ຢາຊັງຕາມີຊິນ, ຢາເຊັບເທຍໂຊນ
ເລືອດຕົກຫຼັງຈາກເກີດລູກ, ທໍາແທ້ງ, ຫຼື ຫຼຸລູກ	ຢາອີກຊີໂຕຊິນ, ເອໂຄເມຕຼີນ ຫຼື ມິດໂສໂປໂຣຕານ
ຊຶມເຊື້ອຫຼັງເກີດລູກ, ທໍາແທ້ງ, ຫຼື ຫຼຸລູກ	ຢາກິນ: ຢາອໍາປິຊີລິນ, ຢາເຊັບເທຍໂຊນ, ເມໂທໄຮໃນດາໂຊນ ຢາສັກ: ຢາອໍາປິຊີລິນ, ຢາເຊັບເທຍໂຊນ, ເມໂທໄຮໃນດາໂຊນ, ຄຼີນດາໂມຊິນ, ຊັງຕາມີຊິນ
ມານເປັນພິດໃນໄລຍະເກີດ ຫຼື ຫຼັງຄອດ	ຢາດີອາເຊແປມ ຫຼື ມາເຢຊອມຊູນຟາດ
ຢາຄຸມກໍາເນີດແບບສຸກເສີນ (ຫຼັງຈາກຖືກຂົ່ມຂືນ, ຖົງຢາງອະນາໄມຂາດ ຫຼື ເຫດສຸດເສີນອື່ນໆ)	ຢາຄຸມກໍາເນີດຂະນິດຢາໂລ - ເຟມີໂນນ ໃນປະລິມານຕໍ່າ (Lo-Femnal) ຫຼື ຢາໂອວຣານ (Ovral) ຢາເນໂອຊິນອນ ໃນປະລິມານສູງ (Neogynon) ໃຫ້ເບິ່ງຢູ່ໜ້າ 521- 523 ເພື່ອເບິ່ງຊື່ການຄ້າອື່ນໆ
ອາການແພ້ຕໍ່ຢາຕ້ານເຊື້ອ	ຢາເອປີເນຟິນ, ຢາດີເຟັນທາຍດຼາມິນ ຢາອີໂດໂກຼກີໂຊນ ຫຼື ຢາເດຊາເມຕາໂຊນ.

HLI Seattle Leadership International
Health Leadership International
Field Draft Copy