

ยาสามัญประจำบ้านควรมีไว้ติดบ้านเพื่อ

1. บรรเทาหรือรักษาอาการเจ็บป่วยเล็กน้อยด้วยตนเอง
2. เมื่อมีเหตุทำให้บาดเจ็บฉุกเฉินจะมีชุดยาไว้พร้อมปฐมพยาบาลได้ทันที

รายการยาและอุปกรณ์ที่ควรมีติดบ้าน



1. กลุ่มยาแก้ปวดลดไข้ ได้แก่ พาราเซตามอล หรือ ยากลุ่ม NSAID (แอสไพริน ไอบูโพรเฟน ฯลฯ)
2. กลุ่มยาแก้แพ้ เช่น คลอเฟนิรามีน
3. ยาแก้ปวดท้อง เช่น ยาธาตุน้ำร้อน ยาขับลม ยาลดกรด
4. ยาแก้ท้องเสีย เช่น ผงน้ำตาลเกลือแร่ ผงถ่าน
5. ยาทาผิวหนัง เช่น ครีมฆ่าเชื้อ คาลาไมน์
6. ยาตามหรือยาทาแก้เวียน หน้ามืด คัดจมูก
7. ยาใส่แผล แอลกอฮอล์ และน้ำเกลือล้างแผล
8. พลาสเตอร์ยา ผ้าก๊อซ เทปปิดแผล

ยาควรมีรายละเอียดของตัวยาสำคัญ วิธีใช้ และวันหมดอายุกำกับ เพื่อให้ง่ายต่อการหยิบใช้ และนำมาใช้ได้อย่างถูกต้อง

การเก็บรักษายาประจำบ้าน

1. ควรเก็บยาในที่แห้ง ไม่ร้อน ไม่ถูกแดด
2. ควรเก็บยาในที่พ้นมือเด็ก
3. หมั่นตรวจสอบวันหมดอายุของยาเป็นประจำ

1. ปวดหัว เป็นไข้ หรือปวดกล้ามเนื้อ

เมื่อผู้ใหญ่มีการปวดหัวเป็นไข้ ให้ทานยาแก้ปวด

****ห้ามใช้แอสไพรินในเด็ก****

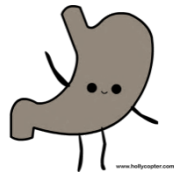
****ควรใช้พาราเซตามอล ในภาวะไข้เลือดออกกระบาด****



ควรไปพบแพทย์เมื่อมีอาการต่อไปนี้

1. บาดเจ็บหรือมีการกระทบที่ศีรษะก่อนมีอาการปวดหัว
2. อาการปวดหัวร่วมกับอาการใดอาการหนึ่งต่อไปนี้ หน้ามืดเป็นลม พูดไม่ชัด มึนงงสับสน หรืออาการผิดปกติทางสมองอื่นๆ

2. ยาแก้ปวดท้อง ขับลม ลดกรด



อาการที่ควรสังวร.ทันที

ปวดท้อง กดเจ็บ บริเวณท้องด้านล่างขวา และมีอาการไข้และอาเจียนร่วมด้วย (อาการของไส้ติ่งอักเสบ)

แสบร้อนยอดอก กรดไหลย้อน ให้เคี้ยวยาลดกรด ท้องอืดท้องเฟ้อให้ทานยาธาตุน้ำร้อนหรือยาขับลม ปวดท้องให้ทานพาราเซตามอล ไม่ควรทานแอสไพรินหรือไอบูโพรเฟน เพราะยาเหล่านี้ระคายเคืองกระเพาะอาหาร

ควรไปพบแพทย์เมื่อมีอาการต่อไปนี้

1. ปวดท้องติดต่อกันหลายวัน
2. มีอาการปวดท้องร่วมกับ คลื่นไส้ มีไข้ เบื่ออาหาร
3. ถ่ายเป็นเลือด อุจจาระสีดำ
4. อาเจียนเป็นเลือด
5. ปวดแสบเวลาปัสสาวะ หรือปัสสาวะขัด

6. ปัสสาวะเป็นเลือด
7. ถ่ายไม่ออก หรือถ่ายไม่ออกร่วมกับอาเจียน
8. หายใจขัด หายใจลำบาก
9. ได้รับบาดเจ็บที่ช่องท้องก่อนที่จะเกิดอาการปวดท้อง
10. อาการแสบยอดอก กรดไหลย้อนไม่ดีขึ้นหลังทานยา หรือมีอาการนานกว่าสองสัปดาห์

3. ท้องเสีย อาหารเป็นพิษ

อาการที่ควรสังวร.ทันที

1. ท้องเสียในเด็กอายุต่ำกว่าสามเดือน
2. มีอาการขาดน้ำ
3. ปวดท้องรุนแรง



เมื่อมีอาการท้องเสียในผู้ใหญ่ ให้ทาน ผงถ่าน “แอกติเวทชาโคล”

ถ้าถ่ายมากให้ค่อยๆ จิบผงน้ำตาลเกลือแร่โออาร์เอสละลายน้ำเพื่อชดเชยการสูญเสียน้ำ ถ้าไม่มีผงเกลือแร่ อาจดื่มน้ำข้าว น้ำผลไม้ น้ำอัดลม น้ำชุปใส แทนไปก่อน โดยปริมาณการทดแทนของเหลวควรให้มากกว่าที่ร่างกายสูญเสียไป เช่นถ่ายเหลวปริมาณมากหนึ่งครั้ง ให้ชดเชยด้วยการจิบโออาร์เอสหนึ่งซอง เป็นต้น ควรหลีกเลี่ยงนม แอลกอฮอล์ ชา กาแฟ ในระยะ 3-5 วัน ควรพักผ่อน ทานอาหารที่ย่อยง่าย เช่น ข้าวต้ม กล้วยสุก และควรหลีกเลี่ยงอาหารรสเผ็ด อาหารมัน

ไม่ควรซื้อยาหยุดถ่ายหรือยามาซื้อแก้ท้องเสียมาทานเอง เพราะยาบางชนิดอาจทำให้อาการของโรคแย่ลง

ควรไปพบแพทย์เมื่อมีอาการต่อไปนี้

1. ถ่ายเป็นสีดำ
2. ถ่ายเป็นมูกเลือด
3. มีไข้ร่วมกับอาการท้องเสีย อาเจียน
4. สงสัยว่าอาการท้องเสียเกิดจากยา
5. ท้องเสียเกินสองวันในผู้ใหญ่ และ 24 ชม. ในเด็ก

4. แผลเลือดออก สัตว์กัด หรือคนกัด

อาการที่ควรสังวรพ.ทันที

1. บาดเจ็บสาหัส
2. กัดแผล 10 นาทีแล้วเลือดยังไม่หยุดไหล
3. เลือดออกมาก หรือมีเลือดฟุ้งออกมาจากแผล



เมื่อเกิดแผลเลือดออก ให้ใช้ผ้าก๊อชวางบนแผล แล้วใช้มือออกแรงกด เพื่อให้เลือดหยุดไหล จากนั้นใช้น้ำเกลือ **ปลอดเชื้อ** (ถ้าไม่มีให้ใช้น้ำอุ่นหรือน้ำ สบู่อ่อนๆ) ล้างทำความสะอาดแผล (ไม่ใช่แอลกอฮอล์ ล้างลงบนแผลโดยตรง แอลกอฮอล์จะใช้เช็ดฆ่าเชื้อ บริเวณรอบๆ แผลเท่านั้น) จากนั้นทายาฆ่าเชื้อลงบน แผล แล้วปิดพลาสเตอร์ ถ้าปวดแผลให้ทานยาแก้ปวด

ควรไปพบแพทย์เมื่อมีอาการต่อไปนี้

1. สัตว์หรือคนกัด (ถ้าสัตว์เลี้ยงกัด ให้ถามประวัติการ ได้รับวัคซีนสุนัขบ้าของสัตว์เพื่อนำไปแจ้งแพทย์ด้วย)
2. ไม่สามารถทำแผลให้สะอาดได้
3. แผลถูกวัสดุโดยเฉพาะโลหะทิ่มแทง เป็นแผลลึก หรือ ก่อนหน้านั้นไม่ได้รับวัคซีนบาดทะยักมาก่อน
4. แผลไม่หาย แผลมีอาการอักเสบติดเชื้อ ได้แก่ เจ็บ แผลกว่าเดิม แดง บวม และมีหนอง

5. แมลงต่อย

อาการที่ควรสังวรพ.ทันที

1. หายใจไม่ออก หายใจขัด
2. หน้ามืด วิงเวียน เป็นลม
3. เกิดผื่นลมพิษหรือลึ้นบวม
4. มีประวัติมีอาการแพ้แมลงต่อยขั้นรุนแรง



สำหรับแมลงต่อย ให้กัด หรือใช้แหนบหนีบเอาเหล็กใน ออก ไม่ควรกดหรือบีบเหล็กในแรงๆ เพราะทำให้พิษใน เหล็กไหลถูกปล่อยออกมา ให้ทำการประคบเย็นเพื่อ บรรเทาอาการบวมอักเสบ ถอดเครื่องประดับออก เช่น ถ้าถูกต่อยที่นิ้ว อาจจะทำให้นิ้วบวม และไม่สามารถถอด แหวนออกได้ เป็นต้น

ถ้ามีอาการปวด ให้ทานยาแก้ปวด ถ้ามีอาการคัน ให้ ทานยาแก้แพ้ หรือทาคาลาไมน์

อ. กรกช กังวาลทัศน์

เอกสารอ้างอิง

1. <http://firstaid.webmd.com> สืบค้นเมื่อ 10 ตุลาคม 2556
2. ศูนย์ฝึกอบรมปฐมพยาบาลและสุขภาพอนามัย สภากาชาดไทย. 2549. ปฐมพยาบาล

ติดต่อสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่

คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

โทร ๐๒-๕๖๔-๔๔๔๐ ต่อ ๑๗๔๐-๓



ยาสามัญประจำบ้าน

ปฐมพยาบาลเบื้องต้น และการปฐมพยาบาล

จัดทำและเผยแพร่โดย

คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

<http://www.pharm.tu.ac.th>

