

## ប្រការទី ៦ ការថែទាំក្នុងការប្រើប្រាស់ថ្នាំ

### ( 第六章 藥事照護 )

#### គោលដៅរបស់គ្រូថ្នាំថែរក្សាអ្នកជំងឺ ( 藥師照護病人的目標 )

គ្រូថ្នាំវិភាគស្ថានភាពជំងឺនិងការប្រើប្រាស់ថ្នាំគំរោងនិងអនុវត្តការថែទាំតាម ដានប្រសិទ្ធភាពដើម្បីអោយដឹងថាថ្នាំអាចព្យាបាលអាការៈអ្នកជំងឺបានប្រភេទមាន ប្រសិទ្ធភាព ប្រភេទសុវត្ថិភាពនិងប្រភេទស្របតាមបង្កើនគុណភាពថ្នាំនិងជីវភាព ។

#### បញ្ហាព្យាបាលដោយថ្នាំ ( 藥物治療問題 )

1. មានជំងឺមិនព្យាបាលដោយប្រើប្រាស់ថ្នាំ
2. គ្មានជំងឺប៉ុន្តែប្រើប្រាស់ថ្នាំដែលមិនត្រូវការ
3. ជ្រើសរើសថ្នាំមិនត្រឹមត្រូវ
4. ចំនួនថ្នាំតិចពេកឬច្រើនពេក
5. អាការៈក្រោយពេលទទួលបានថ្នាំ
6. ទទួលបានថ្នាំមិនទៀងទាត់

#### លំដាប់ក្នុងការថែទាំអ្នកជំងឺ ( 照護病人之流程 )

1. វិភាគប្រសិទ្ធភាពថ្នាំ : យល់ដឹងពីតម្រូវការអ្នកជំងឺ ច្បាស់លាស់ពីប្រសិទ្ធភាព សុវត្ថិភាព ការងាយស្រួល បង្កាបញ្ហាថ្នាំ
2. គំរោងថែរក្សា : ដោះស្រាយបញ្ហាព្យាបាលដោយថ្នាំ មានគោលដៅក្នុងការព្យាបាលជំងឺ វិភាគថាមានបញ្ហាថ្នាំឬឥត
3. តាមដានប្រសិទ្ធភាពក្នុងការព្យាបាល : កត់ត្រាលទ្ធផលក្នុងការព្យាបាលវិ ភាគដំណើរការជំងឺ រកឃើញបញ្ហាថ្នាំក្នុងការព្យាបាលដោយថ្នាំ

**ទីកន្លែងថែទាំកិច្ចការថ្នាំដែលប្រតិបត្តដោយគ្រូពេទ្យថ្នាំ (藥師執行藥事照  
護之處所)**

មន្ទីរពេទ្យ : បន្ទប់ពេទ្យដែលមានការថែទាំបន្ទប់ពេទ្យទូទៅការត្រួតពិនិត្យថ្នាំ  
ក្នុងឈាម ការត្រួតពិនិត្យជំងឺដោយគ្រូពេទ្យថ្នាំ  
ឧសដ្ឋាននៅជិតផ្ទះ : គ្រប់គ្រងជំងឺរ៉ាំរ៉ៃការស៊ើបសួរពី  
ថ្នាំអង្ការថែទាំ : ផ្ទះថែទាំ/មជ្ឈមណ្ឌលថែទាំ/ទីថែទាំ  
ថែទាំក្នុងទីលំនៅ : សេវាកម្មដល់ផ្ទះ

**សេវាកម្មថែទាំពីគ្រូថ្នាំក្នុងឧសដ្ឋានជិតផ្ទះ (藥師在社區藥局的照護業務)**

ថ្នាំផ្សំ ការគ្រប់គ្រងជំងឺរ៉ាំរ៉ៃ កសាងឯកសារប្រើប្រាស់ថ្នាំសំរាប់អ្នកជំងឺសាកសួរ  
ឬណែនាំពីការប្រើប្រាស់ថ្នាំ  
បញ្ជូនថ្នាំដល់ផ្ទះ បញ្ជូនថ្នាំដល់គ្លីនិក ចុះឈ្មោះតាមរយៈអ៊ិនធឺណេត  
ចំណេះដឹងអំពីអប់រំខ្លួនក្នុងការថែទាំខ្លួនណែនាំប្រើប្រាស់ថ្នាំមិនមានដូចសំបុត្រថ្នាំ

**សេវាកម្មថែទាំពីគ្រូថ្នាំក្នុងអង្ការថែទាំ (藥師在長照機構的照護業務)**

ច្បាស់លាស់ពីការផ្សំថ្នាំ សន្សំទុកនិងបញ្ជូន  
ការប្រើប្រាស់ការគ្រប់គ្រងសង្គ្រោះ  
ជាបន្ទាន់និងគ្រប់គ្រងថ្នាំ  
ផ្តល់ព័ត៌មានថ្នាំនិងការណែនាំសុខភាពដល់អ្នកជំងឺ ក្រុមគ្រួសារនិងគ្រូពេទ្យ  
វិភាគការព្យាបាលដោយថ្នាំរបស់អ្នកជំងឺនិងដោះស្រាយបញ្ហាព្យាបាលដោយថ្នាំ

### សេវាកម្មថែទាំពិគ្រោះក្នុងទីលំនៅ (藥師在居家的照護業務)

វិភាគ--យល់ដឹងពី អ្នកជំងឺស្គាល់ជំងឺខ្លួន គោលដៅព្យាបាល ប្រើប្រាស់ថ្នាំ មានគំរោងនិងប្រតិបត្តការថែទាំ-- គំរោងថែទាំនិងដោះស្រាយបញ្ហាព្យាបាល ដោយថ្នាំ ប្រើថ្នាំដោយសមស្រប រៀបចំថ្នាំដែលហួសពេលកំណត់ កត់ត្រានិងពិចារណា-- ក្រោយពេលវិភាគការព្យាបាលថែទាំនិងពិភាក្សាជាមួយ អ្នកមើលថែដទៃទៀត ត្រួតពិនិត្យតាមដាន មូលហេតុការប្រើប្រាស់ថ្នាំខុសឆ្គង ដទៃ-- រៀបចំគ្រឿងសំភារៈ ព្យាបាលដង្កូវថ្នាំនិងថ្នាំ ដែលមិនត្រូវបានប្រើប្រាស់ក្នុងផ្ទះ ណែនាំអនាម័យបរិដ្ឋានក្នុងផ្ទះ

### ការថែទាំអំពីកិច្ចការថ្នាំ (藥事照護)

សេវាកម្មឯកទេសតាមរយៈភាសាស្រុកកំណើតការថែទាំមានក្នុងជីវភាព ។ យកចិត្តស្តាប់យកចិត្តទុកដាក់នៅពេលត្រូវការមើលឃើញបញ្ហារបស់អ្នកដែលត្រូវបានថែទាំផ្តល់នូវចំនេះដឹងថែទាំដ៏ពេញលេញអោយយោបល់អ្នកដែលត្រូវបានថែទាំបណ្តុះបណ្តាលជីវភាពដ៏ល្អជួយថែទាំសុខភាពអ្នកជំងឺតាមរយៈអាហារនិងការហាត់ប្រាណរាល់ថ្ងៃ ។ គ្រូពេទ្យថ្នាំប្រើចំនេះដឹងឯកទេសរកឃើញចង់លំនឹងបញ្ហារបស់អ្នកដែលត្រូវបានថែទាំក៏អាចជួយគេរកឃើញវិធីដោះស្រាយបញ្ហាក្នុងជីវភាពជួយអ្នកជំងឺដោយវិធីសុខភាពធម្មជាតិ ជាវិធីថែទាំដែលប្រជាពលរដ្ឋអាចងាយស្រួលទទួលយកបាន ។

ថ្នាំអាចព្យាបាលជំងឺក៏អាចបង្កើតជំងឺសុវត្ថិភាពក្នុងការប្រើប្រាស់ថ្នាំចាប់ផ្តើមដោយខ្លួនឯង! (藥能治病，也能致病 用藥安全，自己做起!)

## ប្រការទី 7 អ្នកជិតខាងដ៏ល្អរបស់អ្នក---ឧសថដ្ឋាន (第七章 你的好厝邊—社區藥局)

ឧសថដ្ឋានជិតផ្ទះជាទីកន្លែងត្រូវពេទ្យថ្នាំឯកទេសលក់ថ្នាំនិជ្ជាជីវៈអាចផ្តល់នូវព័ត៌មានថ្នាំថ្មីៗនិងចំនេះដឹងក្នុងការប្រើប្រាស់ថ្នាំដោយសុវត្ថិភាព ។ ផ្តល់នូវការណែនាំជំនួយដល់ប្រជាពលរដ្ឋថែទាំសុខភាពខ្លួនជួយរៀបចំថ្នាំក្នុងផ្ទះប្រជាពលរដ្ឋអាចផ្តល់ថាំជូនប្រជាពលរដ្ឋ២៤ម៉ោងជាមជ្ឈមណ្ឌលសុខភាពជិតផ្ទះ ។ គុណប្រយោជន៍មានដូចខាងក្រោម:

1. សំបុត្រថ្នាំផ្សំ-ច្បាប់លាស់ពីខ្លឹមសារសំបុត្រថ្នាំរបស់គ្រូពេទ្យ កសាងឯកសារថ្នាំផ្សំតាមសំបុត្រថ្នាំ ណែនាំប្រើប្រាស់ថ្នាំអោយត្រឹមត្រូវជៀសវាងប្រើប្រាស់ថ្នាំហួសកំណត់
2. ផ្តល់ថ្នាំ-ផ្តល់ថ្នាំផ្សំតាមសំបុត្រថ្នាំ ថ្នាំណែនាំ ថ្នាំសុខភាព ថ្នាំបំប៉នសុខភាព
3. ការថែទាំក្នុងការប្រើប្រាស់ថ្នាំ-ថ្នាំផ្សំតាមសំបុត្រថ្នាំបន្តនៃជំងឺរ៉ាំរ៉ៃរៀបចំថ្នាំមើលខ្លឹមសារសំបុត្រថ្នាំ
4. ការសាកសួរពីការប្រើប្រាស់ថ្នាំ-ព័ត៌មានថ្នាំពេទ្យសិទ្ធិដឹងពីថ្នាំប្រើប្រាស់ថ្នាំដោយសុវត្ថិភាពការណែនាំអំពីថ្នាំ
5. ការសារសួរពីសុខភាព-ការសាកសួរយកចិត្តទុកដាក់ពីការបំប៉នសុខភាព ការពារកុំអោយមានជំងឺឆ្លង ការណែនាំក្នុងការព្យាបាល អំពីការតម្កល់អំពីការបញ្ចុះទំងន់អំពីសុខភាពភេទ អនាម័យសាធារណៈរដ្ឋ អំពីការប្រើប្រាស់ថ្នាំមិនត្រឹមត្រូវ
6. ផ្តល់នូវសេវាកម្មកិច្ចការថ្នាំដែលមានការយល់ដឹងពីថ្នាំ សុវត្ថិភាព ងាយស្រួលសន្សំពេលវេលាសន្សំប្រាក់ដែលមានប្រសិទ្ធភាព



ដែលមិនមែនជាថ្នាំតាមសំបុត្រផ្សំ(OTC : Over the Counter)ជាប្រភេទថ្នាំ មានការណែនាំនិងថ្នាំស្រាប់ មិនបាច់មានសំបុត្រថ្នាំក៏អាចទទួលបាននៅឧសដ្ឋានជិត ផ្ទះ ។ប្រភេទថ្នាំ : សុវត្ថិភាព ប្រសិទ្ធភាពងាយស្រួលសមស្របក្នុងការបង្ការធ្វើអោយអាការៈមានការធ្ងន់ធ្ងរ អាចប្រើប្រាស់បានតាមការណែនាំនិងបរិយាយលើ ថ្នាំប្រជាពលរដ្ឋអាចទិញថ្នាំមកទទួលបានតាមការណែនាំរបស់គ្រូពេទ្យថ្នាំ ។



## ប្រការទី ៨ នៅពេលមានជំងឺអាចថែរក្សាសុខភាពខ្លួនយ៉ាងដូចម្តេច (第八章 生病時如何自我健康照護)

មានជំងឺហើយធ្វើដូចម្តេច? ភាគច្រើនទៅមើលគ្រូពេទ្យ ។ ប៉ុន្តែមានជំងឺតូចៗខ្លះ អាចទៅទិញថ្នាំតាមការណែនាំរបស់គ្រូពេទ្យថ្នាំបាននៅឧសដ្ឋានជិតផ្ទះថែរក្សាខ្លួនអ្នក ។

### ជំងឺផ្តាសាយ (感冒)

ជាជំងឺបណ្តាលមកពីមេរោគ ប៉ះពាល់ដល់សុខភាពសំខាន់នៅលើប្រព័ន្ធដង្ហើម អាការៈមានដូចជាស្រពេញ តឹងច្រមុះនិងឈឺក ក្អកឬក្តៅខ្លួន ។ល ។

នៅពេលនេះត្រូវទទួលបានទឹកអោយបានច្រើន ត្រូវសំរាកអោយបានគ្រប់គ្រាន់ ក៏អាចទិញថ្នាំផ្តាសាយមកប្រើប្រាស់បាននៅឧសដ្ឋានជិតផ្ទះ ។

ផ្តាសាយគ្មានថ្នាំពិសេសទេ

ថ្នាំផ្តាសាយទូទៅសុទ្ធតែជាថ្នាំមានការណែនាំលើប្រអប់ថ្នាំ មានគ្រូពេទ្យថ្នាំណែនាំក៏អាចប្រើប្រាស់បានដែរ ។

ប្រសិនបើមានអាការៈពេញខ្លួន ប្រហែលជាផ្តាសាយឆ្លងឬតាមរដូវ ត្រូវទៅរកគ្រូពេទ្យធ្វើការព្យាបាល ត្រួតពិនិត្យ ប្រើប្រាស់ថ្នាំ ។

### ឈឺចាប់(疼痛)

មនុស្សម្នាក់ៗសុទ្ធតែមានការឈឺចាប់ច្រើនឬតិច មានដូចជាឈឺក្បាលឈឺធ្មេញ ឈឺពោះ ឈឺក្រពះ ឈឺនៅពេលមករដូវ ឈឺសាច់ ។ល ។

ការឈឺចាប់ដោយសារខ្លួនប្រាណទទួលរងគ្រោះបណ្តាលអោយមាន១ការឈឺចាប់ជាបន្តាន់ អោយតែព្យាបាលរបួសដែលបណ្តាលអោយឈឺនោះ និងមិនឈឺទៀតហើយ ។

នៅពេលដែលអ្នកឈឺក្បាល ឈឺនៅពេលមករដូវ ឈឺធ្មេញ អាចទៅទិញថ្នាំបំបាត់ការឈឺចាប់ដែលណែនាំដោយគ្រូពេទ្យថ្នាំនៅខុសដ្ឋាន នឹងអាចកាត់បន្ថយការឈឺចាប់ ។ ក្រោយពេលទទួលបានថ្នាំមិនមានការចូស្រាល ត្រូវរកគ្រូពេទ្យព្យាបាល ត្រួតពិនិត្យនិងប្រើប្រាស់ថ្នាំ ។

ការឈឺចាប់ញឹកញាប់ មានដូចជាឈឺទ្រូងធ្ងន់ធ្ងរ ឈឺក្បាល ឈឺក្រពះ ។ល ។ ត្រូវរកគ្រូពេទ្យព្យាបាល ត្រួតពិនិត្យ ប្រើប្រាស់ថ្នាំ ។ ត្រួតពិនិត្យនិងប្រើប្រាស់ថ្នាំ ។

**ក្តៅខ្លួន (發燒)**

នៅពេលដែលកំដៅខ្លួនខ្ពស់ជាង38°C អាចហៅថាក្តៅខ្លួន ។ ក្តៅខ្លួនដោយសារខ្លួនប្រាណកំពុងប្រឆាំងមេរោគក្នុងខ្លួន ជាតិពុលនិងជាការសាសស្សាយរបួសនោះ ។

មួលហេតុក្តៅខ្លួនប្រហែលជាដោយសារផ្តាសាយ មេរោគ ឆ្លងរោគ ប៉ុន្តែក៏ប្រហែលជាហាត់ប្រាណ អាកាសធាតុក្តៅបណ្តាលអោយខ្លួនមានកំដៅក្តៅអ្នកខាងក្រោយអាចទទួលបានទឹកអោយច្រើន សំរាកអោយគ្រប់គ្រាន់នឹងសាសស្សាយវិញហើយ ។

ក្តៅខ្លួនដោយសារជំងឺ ត្រូវប្រើថ្នាំត្រជាក់ នឹងសំរាកអោយបានគ្រប់គ្រាន់ ទទួលបានទឹកអោយបានគ្រប់គ្រាន់ អាចដាក់ខ្នើយត្រជាក់ក្រោយក្បាល កុំពាក់សំលាកបំពាក់ច្រើនពេក ដើម្បីអោយរសាត់កំដៅ ។

ប្រសិនបើក្រោយពេលទទួលបានថ្នាំត្រជាក់ 4-6 ម៉ោង ក្តៅខ្លួនទៀត បង្ហាញអោយឃើញថាមិនទាន់ជាសាស្សាយ ត្រូវរកគ្រូពេទ្យ គ្រូពេទ្យនឹងផ្តល់ការព្យាបាលទៅតាមជំងឺ ។

**រអើម ចង់ក្អក (噁心、嘔吐)**

រអើម ក្អក ជាអាការៈដោយសារមិនស្រួលខ្លួន ។ ជាទូទៅមិនធ្ងន់ធ្ងរទេ អាចថែទាំខ្លួនបានដោយថ្នាំនៅក្នុងផ្ទះ គួរសំរាកអោយបានគ្រប់គ្រាន់ ជៀសវាង កុំអោយគ្មានទឹកក្នុងខ្លួន ។

ប្រសិនបើក្រពះមានជាតិជូត្រើនពេកបណ្តាលអោយរអើម ក្អក អាចទទួលបានថ្នាំ ប៉ុន្តែជៀសវាងទទួលបានទឹកដោះគោ តែ កាហ្វេ ភេសជ្ជៈជាតិជូរ ។ល ។

ប្រសិនបើជិះឡាន ជិះទូកឬជិះយន្តហោះងាយស្រួលនឹងវិលមុខបណ្តាលអោយរអើម ក្អក អាចទទួលបានថ្នាំព្យាបាលជិះឡានមុនពេលជិះឡានកន្លះម៉ោង ។

ប្រសិនបើមានផ្ទៃពោះបណ្តាលអោយរអើម ក្អក លុះត្រាប៉ះពាល់ដល់ជីវភាពជីវជាតិ និងការលូតលាស់របស់ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ ទើបត្រូវការប្រើប្រាស់ថ្នាំតាមការណែនាំរបស់គ្រូពេទ្យ មិនអាចប្រើប្រាស់ថ្នាំដោយខ្លួនឯងទេ ។

**រោគទល់លាមក (便秘)**

រោគទល់លាមកជាជំងឺមនុស្សសម័យនេះ ដោយសារការងារ ស្មារតី សម្ពាធដីវជាតិ ខ្វះការហាត់ប្រាណ ទទួលបានអាហារមានជីវជាតិមិនគ្រប់គ្រាន់ ក៏ប្រហែលជាបណ្តាលមកពីជំងឺឬថ្នាំ ។

ប្រសិនបើទំលាប់អាហារជីវភាព សម្ពាធចិត្តបណ្តាលអោយទល់លាមក កែប្រែទំលាប់អាហារជីវភាព ញ៉ាំបន្លែអោយបានច្រើន ទទួលបានទឹកអោយបានច្រើន និងមានទំលាប់ហាត់ប្រាណ ។ល ។ ដើម្បីអោយពោះវៀនធ្វើការវិលាយអាហារ ។

ប្រសិនបើបណ្តាលមកពីជំងឺឬថ្នាំ អាចទទួលបានថ្នាំបន្តញ្ចូលលាមកនៅឧសដ្ឋាន ។ ប៉ុន្តែកុំប្រើប្រាស់ថ្នាំបន្តញ្ចូលលាមកច្រើនពេក ជៀសវាងប៉ះពាល់ដល់គុណប្រយោជន៍ពោះវៀនក្រពះ ឬមិនដឹងពីមូលហេតុទល់លាមកបណ្តាលអោយខក ពេលព្យាបាល ។



**ព្រកលាមក (腹瀉)**

មូលហេតុរាកលាមកប្រហែលជាបណ្តាលមកពីមេរោគ រោគជំងឺ ថ្នាំ ពស់អាហារ មានពោះវាសក្រពះដែលមិនងាយក្នុងការរំលាយអាហារ ។

រាកលាមកអាចទៅទិញថ្នាំនៅឧសិដ្ឋានមកទទួលបានបាន ផឹកទឹកអោយបានច្រើនដើម្បីជៀសវាងកុំស្អិតជាតិទឹកក្នុងខ្លួន ទទួលបានអាហារសាប ។

រាកលាមកបន្តបន្ទាប់ ឬក្តៅខ្លួន ក្អកក្អងធ្ងន់ធ្ងរ លាមកមានឈាម ត្រូវទទួលការព្យាបាលជាបន្ទាន់ តាមការណែនាំរបស់គ្រូពេទ្យរកមូលហេតុ និងទទួល ទានថ្នាំរាកលាមកនិងថ្នាំដទៃទៀត ។

ប្រសិនបើចង់អោយរាកលាមកមានការធូស្រាលប៉ុន្តែត្រូវទទួលបានទឹកអោយបានច្រើនដើម្បីបន្ថែមជីវជាតិ ទទួលបានអាហាររាវ អោយក្រពះពោះវៀនសំរាក ។

ក្នុងជីវភាពមានជំងឺចតុចនិងមិនស្រួលខ្លួន អាការៈ អាការៈតិចតួចអាច ទៅទិញថ្នាំនៅឧសិដ្ឋានជិតផ្ទះ ។ប៉ុន្តែប្រសិនបើស្ថានភាពជំងឺមិនមានការធូរស្រាលក្រោយពេលទទួលទានថ្នាំឬមានអាការៈធ្ងន់ធ្ងរជាងមុន ត្រូវទទួលការ ព្យាបាលជាបន្ទាន់ ត្រួតពិនិត្យនិងប្រើប្រាស់ថ្នាំ ។



## ប្រការទី ១ ប្រើប្រាស់សំបុត្រថ្នាំបន្តសំរាប់ជំងឺរ៉ាំរ៉ៃ (第九章 善用慢性病連續處方箋)

### តើអ្វីជាសំបុត្រថ្នាំបន្តសំរាប់ជំងឺរ៉ាំរ៉ៃ? (什麼是慢性病連續處方箋?)

សំបុត្រថ្នាំបន្តសំរាប់ជំងឺរ៉ាំរ៉ៃជាក្រូពេទ្យត្រួតពិនិត្យនិងព្យាបាលអ្នកជំងឺ ចំពោះអ្នកដែលមានស្ថានភាពជំងឺគ្មានការប្រែប្រួលដែលប្រើប្រាស់ថ្នាំដូចគ្នាក្នុងរយៈ ពេល៦ ខែ

ខក្រូពេទ្យត្រូវចាប់ផ្តើមអោយសំបុត្រថ្នាំរយៈពេលវែងទៅដល់អ្នកជំងឺ ។

### សំបុត្រថ្នាំបន្តសំរាប់ជំងឺរ៉ាំរ៉ៃអាចប្រើប្រាស់ក្នុងរយៈពេលប៉ុន្មាន? (慢性病連續 處方箋可以使用多久?)

សំបុត្រថ្នាំនេះមានពេលកំណត់ចាប់ពីថ្ងៃក្រូពេទ្យផ្តល់សំបុត្រក្នុងរយៈពេល ៣០ អ្នកជំងឺអាចទទួលថ្នាំ២-៣ដង ។

### មនុស្សណាខ្លះអាចប្រើប្រាស់សំបុត្រថ្នាំបន្តសំរាប់ជំងឺរ៉ាំរ៉ៃ? (什麼人可以使用 慢性病連續處方箋?)

នៅពេលអ្នកជំងឺរ៉ាំរ៉ៃមានជំងឺរ៉ាំរ៉ៃដែលប្រកាសដោយមន្ទីរសុខាភិបាលៈ មានដូចជាជំងឺលើសឈាម ជំងឺលើសឈាមជាតិផ្អែម ជំងឺលើសឈាមជាតិខ្លាញ់ ។ល។ ក្រោយពេលជំងឺគ្មានការប្រែប្រួល ក្រោយពេលក្រូពេទ្យវិភាគប្រភេទថ្នាំ ចំនួននិងអ្នកជំងឺទទួលបានថ្នាំទាត់នឹងអាចបើកសំបុត្រថ្នាំបាន ។

**សំបុត្រថ្នាំបន្តសំរាប់ជំងឺរ៉ាំរ៉ៃអាចទៅទទួលថ្នាំបាននៅទីណា? (慢性病連續處方箋可以去哪裡領藥?)**

អ្នកជំងឺរ៉ាំរ៉ៃមុនពេល១០ថ្ងៃមុនពេលទៅយកថ្នាំទើបអាចយកសំបុត្រថ្នាំនិងកាតសុខភាព IC ទៅកាន់មន្ទីរពេទ្យ គ្លីនិកឬឧសិដ្ឋានជិតផ្ទះដូចក្នុងសំបុត្រថ្នាំ ដើម្បីទទួលថ្នាំ ។

**អំលុងពេលប្រើប្រាស់ថ្នាំមានស្ថានភាពមិនស្រួលខ្លួនត្រូវធ្វើដូចម្តេច? (服用藥物期間有不舒服的狀況怎麼處理?)**

នៅពេលមានអារម្មណ៍ថាទទួលបានថ្នាំគ្មានប្រយោជន៍ឬមានអាការៈមិនប្រក្រតីត្រូវប្រាប់គ្រូពេទ្យឬគ្រូពេទ្យឧសិដ្ឋាន និងនាំយកសំបុត្រថ្នាំត្រលប់ទៅកាន់មន្ទីរពេទ្យទទួលការព្យាបាលនិងពិគ្រោះជាមួយគ្រូពេទ្យ ។

**បើសំបុត្រថ្នាំបន្តនៃជំងឺរ៉ាំរ៉ៃមានផលប្រយោជន៍ណាខ្លះ? (開立慢性病連續處方箋有什麼好處?)**

ភ្ជាប់មកជាមួយសំបុត្រថ្នាំជំងឺរ៉ាំរ៉ៃអាចទៅកាន់មន្ទីរពេទ្យឬមន្ទីរឧសិដ្ឋានយកថ្នាំបាន មិនបាច់បង់ប្រាក់ទាំងស្រុងអាចយកថ្នាំបាននៅឧសិដ្ឋាននៅជិតផ្ទះឬជិតកន្លែងធ្វើការ ។

## ប្រការទី 10 ការរក្សារក្សាថ្នាំនិងការប្រមូលថ្នាំដែលមិនបានប្រើប្រាស់វិញ (第十章 藥品的保存與廢藥回收)

ថ្នាំដាក់ក្នុងផ្ទះក្នុង១កន្លែង ជៀសវាងកុំអោយបាត់បង់ គោលការណ៍ទុកថ្នាំ :

1. ជៀសវាងពីពន្លឺសើមកំដៅថ្ងៃ-បន្ទប់ទឹកបន្ទប់ចំអិនអាហារដែលសើមនិងក្តៅ ថ្នាំងាយស្រួលនឹងខូច ។ ក៏មិនអាចដាក់នៅកន្លែងដែលមានកំដៅថ្ងៃឬពន្លឺកំដៅថ្ងៃខ្លាំង ។
2. ដាក់នៅកន្លែងត្រជាក់-កេះបួនដែលនៅកន្លែងងងឹត ។
3. ថ្នាំដែលត្រូវក្លាសេ-ដាក់នៅទូរទឹកកកដែលមានកំដៅ 2-8°C
4. ថ្នាំដែលគួរជៀសវាងពីពន្លឺ មានដូចជា ថ្នាំភ្នែក១ចំនួន ប្រើថ្នាំដែលមិនអាចមើលឃើញ ។
5. ដាក់នៅទីកន្លែងដែលកូនក្មេងមិនអាចយកបាន ។
6. ថ្នាំលេបនិងថ្នាំក្រៅខ្លួនមិនត្រូវដាក់ជាមួយគ្នាទេ ។
7. ថ្នាំខុសគ្នាមិនកុំដាក់ជាមួយគ្នា ។
8. ដាក់ថ្នាំចូលក្នុងប្រអប់ដែលគ្មានខ្យល់ ។
9. សំឡីនិងថ្នាំស្ងួតនៅក្នុងប្រអប់ ត្រូវបោះចោលក្រោយពេលបើកប្រអប់ ។
10. រក្សាទុកប្រអប់ថ្នាំឬថ្នាំអោយបានពេញលេញ ដើម្បីងាយស្រួលរក ។
11. រក្សារក្សាសៀវភៅណែនាំ ប្រអប់ដើម ដើម្បីងាយស្រួលរក ។
12. ប្រុងប្រយ័ត្នកសារថ្ងៃខែមានប្រសិទ្ធភាព វិធីប្រើប្រាស់និងចំនួន ។
13. រក្សារក្សាទុកក្នុងដបអំបែងល្អជាងក្នុងថង់ ។
14. ត្រួតពិនិត្យថ្នាំក្នុងផ្ទះអោយបានទាន់ទាត់ ថ្នាំហួសពេលមិនអាចទុកបន្តទេ រឿងប្រសិនបើគ្រួសារទូទៅបោះចោលថ្នាំ ត្រូវខ្ទប់ថ្នាំគ្រាប់ក្នុងថង់ ប្រសិនបើថ្នាំទឹកកកត្រូវចាក់ចូលថង់ដែរ ប្រគល់អោយអ្នកសំអាតបរិស្ថាន ។ ប្រសិនបើថ្នាំដែលមានជាតិពល់គីមី មានដូចជាថ្នាំមហារីក ។ល ។ ដែលជាថ្នាំព្យាបាលជាតិគីមី ត្រូវប្រគល់អោយមន្ទីរពេទ្យវិញ មន្ទីរពេទ្យនឹងធ្វើការចាត់ការតាមការចោលសំរាមព្យាបាលកុំបោះចោលផ្ទះផ្ទាល់ ។