

## ប្រការទី 24 សុវត្ថិភាពក្នុងការប្រើប្រាស់ថ្នាំសំរាប់កុមារ

### (第二十四章 小兒用藥安全)

#### ថ្នាំសំរាប់កុមារទទួលបាន (適合小兒口服的劑型)

រួមមាន : ថ្នាំគ្រាប់ ថ្នាំសំបកជ័រ ថ្នាំមេរ្យា ថ្នាំទឹក ស្រាថ្នាំ ថ្នាំទឹកស្ករ ថ្នាំទឹករលាយ ថ្នាំប្រយង ។

#### ការណែនាំក្នុងការប្រើប្រាស់ថ្នាំសំរាប់កុមារ (兒童用藥衛教)

1. កុមារមិនមែនជាមនុស្សធំដែលមានរូបរាងតូចទេ
  - (1) ក្រពះមានការទទួលយក :
 

ក្រពះរំលាយអាហារមានល្បឿនយឺតនៅពេលជាទារក ។
  - (2) គុណភាពឆ្លើម : គុណភាពឆ្លើមទារកមានចំនួន20-40% នៃមនុស្សធំ ។
  - (3) ក្រលានបង្ហូរចោល : ក្រលានទារកមានសមត្ថភាព30% នៃមនុស្សធំ ប្រហែលជាមានអាយុ១ឆ្នាំអាចមានគុណភាពដូចមនុស្សធំ ។
  - (4) ស្រូបតាមស្បែក : ស្បែកទារកងាយនឹងស្រូបចូល ចំពោះថ្នាំលាបស្រូបចូលបានល្អជាង ។
2. ថ្នាំមេរ្យាជាកញ្ចប់ កុមារងាយស្រួលក្នុងការប្រើប្រាស់ឬ?
  - (1) ប្រើប្រាស់ថ្នាំមនុស្សធំសង្កត់ជាមេរ្យាងាយស្រួលនឹងមានមេរោគ សុវត្ថិភាពថ្នាំមិនល្អ វេលារក្សាទុកខ្លីជាង ។
  - (2) ថ្នាំច្រើនប្រភេទរលាយចូលគ្នាងាយស្រួលមានការប្រែប្រួលឬមានគុណភាព ចូលគ្នា ចែកជាកញ្ចប់មិនត្រឹមត្រូវ ។
  - (3) កុមារដែលមានអាយុធំអាចរៀនលេបថ្នាំគ្រាប់ជាមួយនិងអាហារតិចតួច ។

3. ការយល់ដឹងចំពោះកុមារប្រើប្រាស់ថ្នាំ

- (1) មិនមែនថាថ្នាំគ្រប់ប្រភេទសុទ្ធតែអាចសង្កត់ជាម្សៅបានទេ :  
ថ្នាំសង្កត់ជាម្សៅងាយស្រួលនឹងមានមេរោគ សុវត្ថិភាពថ្នាំមិនល្អ  
វេលារក្សាទុកខ្លីជាង នឹងមានគុនវិប្បត្តិនៅពេលរួមគ្នា ។
- (2) អាចសុំត្រូវពេទ្យបើកថ្នាំសំរាប់កុមារ មានដូចជា :  
ថ្នាំទឹក ថ្នាំទឹកស្ករ ថ្នាំទឹករលាយ ថ្នាំប្រយង ។
- (3) ថ្នាំដែលសង្កត់ជាម្សៅខ្លះជាកញ្ចប់ត្រូវព្យាយាមអស់ក្នុងពេល  
។ដើម្បីរក្សាគុណភាពថ្នាំ ។

4. ទឹកស្ករឬទឹកប្រយងមានការដាស់ឡើងមានវិធីប្រើប្រាស់

- (1) ថ្នាំទឹកស្ករឬថ្នាំប្រយងដែលមិនទាន់បើកប្រើប្រាស់អាចរក្សាទុកក្នុងកំដៅ  
ធម្មតា ។
- (2) មុនពេលប្រើប្រាស់ម្សៅថ្នាំប្រយងលើកដំបូងត្រូវយោងទៅតាមការណែនាំ  
រំលាយជាមួយទឹកត្រជាក់ ក្រលុកមុនពេលញ៉ាំថ្នាំ ។
- (3) ថ្នាំដែលបើកប្រើប្រាស់ត្រូវយោងទៅតាមការណែនាំរក្សាទុកក្នុងទូរទឹកកក  
កំបូរនៅកន្លែងដែលមានកំដៅធម្មតា ប្រុងប្រយ័ត្នថ្ងៃខែឆ្នាំកំណត់ ។

5. វិធីផ្តល់ថ្នាំអោយទារក

- (1) ប្រើប្រាស់បំពង់បិតឬប្រដាប់ចាក់ថ្នាំតាមមាត់ដែលមានគូសខ្សែ ។
- (2) អើបនៅលើជង្គង់ ដើម្បីទល់ក្បាល ។
- (3) ផ្តល់ថ្នាំម្តងតិចតួចដើម្បីកុំអោយឈ្នក់ ។
- (4) ថ្នាំនៅក្រោយមាត់ឬម្ខាង ។
- (5) នៅពេលផ្តល់ថ្នាំត្រូវល្ងង់លមទារក ។

6. វិធីផ្តល់ថ្នាំអោយកុមារ

- (1) កាយវិការទទួលទានថ្នាំជ្រើសរើសដោយកុមារអោយកុមារស្គាល់ប្រដាប់  
វាស់ថ្នាំ ។

- (2) នៅពេលចាំបាច់ ប្រើប្រាស់អាហារឬភេសជ្ជៈបំបាត់រសជាតិថ្នាំ  
ក្រោយពេលទទួលបានថ្នាំត្រូវផឹកទឹកឬភេសជ្ជៈដើម្បីបំបាត់រសជាតិ ។
- (3) ប្រើប្រាស់ភាសាកុមារផ្តល់នៅការណែនាំឬលើកទឹកចិត្ត  
អោយពួកគេសហការ ។
- (4) ប្រសិនបើទទួលបានថ្នាំច្រើនប្រភេទ  
ជ្រើសរើសលំដាប់ទទួលបានថ្នាំដោយកុមារ ។

7. កុមារក្នុងថ្នាំ

ប្រសិនបើក្រោយពេលញ៉ាំថ្នាំក្នុងភ្នាម ត្រូវញ៉ាំថ្នាំបន្ថែមទៀត  
។ ថ្នាំដែលងាយស្រួលនឹងស្រូបចូល មានដូចជា : ថ្នាំទឹកស្ករ ថ្នាំទឹកឬម្សៅថ្នាំ  
ច្រើនជាង 10-15 នាទីមិនបាច់បន្ថែមទេ  
។ ថ្នាំគ្រាប់ដោយសារវេលារលាយមិនប្រាកដប្រសិនបើថ្នាំដែលក្នុងមិនពេញលេញ  
ត្រូវបន្ថែមទៀត ។ បើមិនដូចនោះ មិនបាច់បន្ថែមទៀតទេ ។



## ប្រការទី 25 សុវត្ថិភាពក្នុងការប្រើប្រាស់ថ្នាំសំរាប់មនុស្សចាស់ជរា (第二十五章 老人用藥安全)

### ការលំបាករបស់អ្នកមានវ័យចំណាស់និងបាត់ភ្នែកចាស់(年長者的困擾與老化現象)

1. សមត្ថភាពមើល ឆ្កាប់ យល់ដឹង ការចងចាំអន់ថយ ។
2. ការកែប្រែក្នុងការទទួលស្រួលថ្នាំ រំលាយនិងបង្ហូរ ។
3. សុខភាពកាយ ការមានគុណភាពអន់ថយ លំបាកដោយឈាម សម្ពាធឈាម បេះដូង កំដៅខ្លួន ។ល។
4. សមត្ថភាពប្រែប្រួលអន់ថយ មានសកម្មភាពយឺត ពិបាក ងាយដួល បាក់ឆ្អឹង នោមញឹក រាកនោម ។

### បញ្ហាទូទៅក្នុងការប្រើប្រាស់ថ្នាំនៃមនុស្សចាស់ជរា(老年人用藥常見的問題)

1. ញ៉ាំថ្នាំច្រើនដង ភ្លេចញ៉ាំថ្នាំ ញ៉ាំខុសថ្នាំ ខុសវេលា ។
2. ផ្សំថ្នាំដោយខ្លួនឯងឬឈប់ប្រើថ្នាំ អាការៈមិនស្រួលខ្លួនបន្ថែមឡើង ។
3. ចូលចិត្តទិញថ្នាំ ថ្នាំស្មៅចិន ។ល។ គ្រប់ប្រភេទ ដែលមិនមានប្រសិទ្ធភាព អោយគ្នាទៅវិញទៅមក ។
4. វិធីរក្សាថ្នាំខុសឆ្គង ថ្នាំហួសពេលកំណត់មិនអាចបោះចោលទេ ។

### មូលហេតុដែលបណ្តាលអោយមនុស្សចាស់ជរាមានបញ្ហាក្នុងការប្រើប្រាស់ថ្នាំ (造成老年人用藥問題的原因)

1. មានជំងឺរ៉ាំរ៉ៃគ្រប់ប្រភេទ ញ៉ាំថ្នាំនៃមន្ទីរពេទ្យជាច្រើន ប្រភេទថ្នាំមានច្រើនប្រភេទ ។
2. វេលាជីវិតនិងវេលាទទួលបានថ្នាំមិនអាចស្របគ្នា ។
3. គុណភាពសុខភាពអន់ថយ ការចងចាំអន់ថយ ការយល់ដឹងអន់ថយ ។

**ប្រការប្រុងប្រយ័ត្នសំរាប់មនុស្សចាស់ជរាប្រើប្រាស់ថ្នាំ (老年人用藥注意事項)**

1. នៅពេលមនុស្សចាស់ជរាទទួលការព្យាបាល ត្រូវប្រាប់គ្រូពេទ្យឬគ្រូថ្នាំបច្ចុប្បន្នប្រើប្រាស់ថ្នាំអ្វី ។
2. អោយគ្រូពេទ្យឬគ្រូពេទ្យថ្នាំដឹងពីថ្នាំរបស់អ្នក ជៀសវាងប្រើប្រាស់ថ្នាំខុសឆ្គង ។
3. នៅពេលប្រើប្រាស់ថ្នាំត្រូវច្បាស់លាស់ពីការប្រើប្រាស់ ចំនួន ពេលវេលានិងចំនួនម្តង មានចំលង់ត្រូវសួរគ្រូពេទ្យថ្នាំ ។
4. យកចិត្តទុកដាក់អាការៈក្រោយពេលប្រើប្រាស់ថ្នាំ និងអាការៈថ្មី ។
5. សូមកុំទិញថ្នាំអាហារបំប៉នដែលមិនច្បាស់លាស់ កុំជឿពាណិជ្ជកម្មផ្សព្វផ្សាយមិនពិតប្រាកដ ដើម្បីកុំអោយចំណាយប្រាក់ហើយឈឺខ្លួនទៀត ។
6. គោលការណ៍ទាំង 5 : មិនស្តាប់ មិនជឿ មិនទិញ មិនញ៉ាំ មិនណែនាំអោយគេ ។
7. ការចងចាំ ការយល់ដឹងអន់ថយ ប្រើប្រាស់វិធីវេលាទទួលបានថ្នាំជៀសវាងកុំអោយភ្លេច ដូចជា : ប្រតិទិន ប្រអប់ថ្នាំ ។

**ចំណេះដឹងក្នុងការប្រើប្រាស់ថ្នាំនៃមនុស្សចាស់ជរា (老人用藥須知)**

1. ត្រូវត្រួតពិនិត្យសុខភាពអោយបានទៀងទាត់ ស្គាល់គុណភាពគ្រឿងអារ៉ុយ រ៉ះក្នុង ដើម្បីចំនួនផ្សំថ្នាំ ជៀសវាងអាការៈប្រក្រតី ។
2. ថ្នាំរាកនោម ថ្នាំជីវជាតិចំរុះ ជៀសវាងទទួលបានថ្នាំមុនពេលដំណេក ដើម្បីកុំអោយរំខានដំណេក ។
3. គោរពតាមការណែនាំ ប្រើប្រាស់ថ្នាំរបស់គ្រូពេទ្យឬគ្រូពេទ្យថ្នាំ កុំកែប្រែដោយខ្លួនឯង ។
4. ប្រើប្រាស់ថ្នាំស្មារតី ថ្នាំងងុយគេង ត្រូវសំរាកកុំដើរ ជៀសវាងដួល ។
5. ប្រើប្រាស់ថ្នាំលើសឈាម ត្រូវការពារកុំអោយសម្ពាធឈាមទាបពេកវិលមុខ ។
6. ប្រើប្រាស់ថ្នាំប្រភេទប្រសិទ្ធភាពយូរឬប្រើប្រាស់ថ្នាំប្រអប់ អាចបង្ការកុំអោយភ្លេចលេបថ្នាំ ។

## ប្រការទី 26 សុវត្ថិភាពក្នុងការប្រើប្រាស់ថ្នាំចិន

### (第二十六章 中藥用藥安全)

#### ការរក្សាថ្នាំចិនសាយ (中藥材之保存)

1. វិធីក្លាសេ : ជាវិធីដែលសមស្របបំផុត ដោយសារក្បាច្រាមកំដៅ 5°C អាចបង្ការមេរោគ មេរោគល្អិតល្អនិងថ្នាំមានព័ណ៌លឿង ចេញខ្លាញ់ដែលជាភូតហេតុខូចខាត ។ល ។
2. វិធីរក្សាថ្នាំគីមី : ថ្នាំគីមីទូទៅមានថ្នាំ Benzenedioxide Camphor CTC ។ល ។

#### ការរក្សាថ្នាំគីមី (科學化製劑之保存)

ថ្នាំវិទ្យាសាស្ត្រក្នុងទិផ្សារមានថ្នាំគ្រាប់ ថ្នាំម្សៅ ថ្នាំសន្លឹក ថ្នាំទន់ ។ល ។ ត្រូវដាក់នៅកន្លែងស្ងួត ។ ការពារកុំអោយថ្នាំសើម យកល្អដាក់ចូលដបការពារកុំអោយសើម ។

#### ប្រើប្រាស់ថ្នាំដោយប្រុងប្រយ័ត្ននៅពេលមានផ្ទៃពោះ (妊娠慎用藥)

1. ងាយស្រួលប៉ះពាល់ដល់ស្បូនបណ្តាលអោយរលូតកូន មានដូចជា Rhubarb Glauber Senna ។ល ។ ដែលជាថ្នាំរាក ។ Mitsubishi Curcuma Changshan ។ល ។ ដែលជាប្រភេទថ្នាំខ្លាំង ហាមមិនអោយស្ត្រីមានផ្ទៃពោះប្រើប្រាស់ ជៀសវាងរលូតកូន ។
2. ប្រភេទក្រូចឆ្មារដែលអាចដែលមានគុណភាពបំបាត់ខ្យល់ ផ្លែវិលំណាត់ដែលអាចបំបាត់ជា ផ្កាក្រហម ។ ផ្លែភីនេលា Pinellia ដែលហិលក្តៅ ដើមឈើម្លូង ប៉ាយ ម៉ោកីនដែលមានជាតិរអិល ។ល ។ ស្ត្រីត្រូវប្រើប្រាស់ដោយប្រុងប្រយ័ត្ន ។
3. ផ្លែបាលែដែលមានគុណភាពអោយបត់ជើងតូច មានប្រយោជន៍ចំពោះស្បូន អោយស្បូនរួញ ។

4. តាមមានគុណភាពជួយរំលាយអាហារ រំលាយម្សៅ ប៉ុន្តែបណ្តាលអោយស្ត្រីមាន ផ្ទៃពោះអស់ទឹកដោះ ។

**ថ្នាំរួមគ្នាមានអាការៈ (藥物交互作用)**

1. ថ្នាំចិនសាយមានជាតិកាល់ក្យូមនិងការផលិតថ្នាំនោះ មានដូចជា : ការ មេបាតនាវ៉ា ខ្យងស្ថិត ។ល ។ ដោយសារកាល់ស្យូមនិងថ្នាំបេះដូងមានផលប្រយោជន៍ចំពោះបេះដូង អាចបន្ថែមបេះដូងរួសរញ្ជ បន្ថែមប្រយោជន៍និងសារធាតុ ពល់នៃថ្នាំបេះដូង ។
2. ថ្នាំដែលមានស្មៅកាន់អាវនិងថ្នាំសំឡូមិនអាចប្រើប្រាស់ជាមួយថ្នាំបេះដូងស្មៅ ផ្អែមមានគុណប្រយោជន៍បំបាត់ Corticosterone ក្នុងស្បែកអាច (រក្សា Sodium បញ្ជូន Potassium) បណ្តាលអោយមានការពល់ដោយសារថ្នាំបេះដូង ។

**អាហារប្រភេទត្រជាក់ (寒涼性食物)**

បណ្តាលអោយថាមពលនិងកំលាំងអន់ថយ ដូចនេះសុខភាពខ្សោយខ្លាចរងារ ឬមានជំងឺដង្ហើម អ្នកមានជំងឺពោះវៀនត្រូវតែមអាហារ ។ អ្នកមានសុខភាពខ្លួនប្រភេទក្តៅអាចជ្រើសរើសអាហារប្រភេទត្រជាក់ដើម្បីត្រជាក់ខ្លួន ។

**អាហារប្រភេទក្តៅ (溫熱類食物)**

បន្ថែមគុណភាពកំដៅខ្លួនបង្កើនគុណភាពខ្លួនអ្នកដែលមាន សុខភាពត្រជាក់អាចប្រើប្រាស់បាន ។ ប៉ុន្តែងាយស្រួលស្លុតមាត់អន្តាត ទាល់លាមក ។ល ។ ដូចនេះសុខភាពក្តៅត្រូវតាមអាហារ ។

**អាហារប្រភេទសាប (平淡性質食物)**

ជាប្រភេទអាហារសាប ក្រៅពីអ្នកដែលមានអាការៈពិសេស មនុស្សទូទៅអាចទទួលបានបាន ។ មានដូចជា : ផ្លែឈើ បន្លែ សាច់ ។

## ប្រការទី 27 ចំណុចក្នុងការប្រើប្រាស់ថ្នាំ

### (第二十七章 用藥迷思)

**មានជំងឺព្យាបាលជំងឺ គ្មានជំងឺបំប៉នខ្លួន? (有病治病，無病強身?)**

1. គោលដៅប្រើប្រាស់ថ្នាំដើម្បីព្យាបាលជំងឺឬការពារកុំអោយមានជំងឺ ។
2. គ្មានថ្នាំណាមួយដែលអាចព្យាបាលជំងឺបានហើយអាចបំប៉នខ្លួនបានទៀតទេ ។

**នៅពេលញ៉ាំថ្នាំត្រូវញ៉ាំជាមួយថ្នាំក្រពះ ទើបអាចការពារក្រពះ?(吃藥时一定要和胃藥一起吃，才能保護胃?)**

1. មិនមែនថាថ្នាំគ្រប់ប្រភេទសុទ្ធតែប៉ះពាល់ដល់ក្រពះ ថ្នាំដែលមានគុណវិប្បត្តិចំពោះក្រពះពោះវៀនមានតិចតួចណាស់ ។
2. ថ្នាំក្រពះខ្លះងាយស្រួលរួមគ្នាជាមួយថ្នាំដទៃទៀត អាចប៉ះពាល់ដល់ការស្របទទួលថ្នាំទាំងនេះ ។

**យកល្អទទួលបានថ្នាំក្រោយពេលបាយ? (藥品最好都在飯後吃?)**

1. ប្រជាពលរដ្ឋភាគច្រើនយល់ថាថ្នាំប៉ះពាល់ដល់ក្រពះ ដូចនេះក៏សន្មតថាគួរទទួលបានថ្នាំក្រោយពេលបាយ ។
2. ថ្នាំ១ចំនួនអាចប៉ះពាល់ដល់អាហារ ដូចនេះត្រូវទទួលបានមុនបាយ ។

**អាការៈបាត់បង់ហើយអាចឈប់ញ៉ាំថ្នាំបាន? (病症消失了就可以不吃藥?)**

1. គុណប្រយោជន៍ថ្នាំដើម្បីបំបាត់ជំងឺ គ្រប់គ្រងឬបន្តការលូតលាស់នៃជំងឺ ធ្វើអោយអាការៈធូស្រាល ។
2. ថ្នាំជំនួសជាច្រើនកំពុងកាត់រឹះជំងឺ បញ្ឈប់ថ្នាំពាក់កណ្តាលផ្លូវ អាចនាំមកការប្រឆាំងថ្នាំ ។



3. ទទួលបានថ្នាំក្នុងវេលាយូរគ្រប់គ្រងសម្ពាធឈាម ជាតិស្ករបានល្អ អាចកាត់បន្ថយអាការៈបានច្បាស់លាស់ ។

**ណែនាំថ្នាំល្អអោយមិត្តល្អ? (介绍“好药”给好朋友?)**

គុណភាពគ្រឿងអារ៉ែយារ៉ែក្នុងខ្លួន ស្ថានភាពជំងឺ ប្រសិទ្ធភាពថ្នាំ មានសុខភាពខុសគ្នា ដូចនេះថ្នាំតែ១មានការប៉ះពាល់ដល់មនុស្សម្នាក់ៗខុសៗគ្នា គ្រូពេទ្យឬគ្រូពេទ្យថ្នាំជ្រើសរើសថ្នាំខុសៗគ្នាតាមអ្នកជំងឺខុសៗគ្នា ។

**ចាក់ថ្នាំល្អជាងញ៉ាំថ្នាំ? (打针比吃药好?)**

1. ការឈឺចាប់ : កន្លែងចាក់ថ្នាំមានការឈឺចាប់ ។
2. ឆ្លងរោគ : ក្បាលម្តុលឬបំពង់ម្តុលឬខ្សែរបំពង់ដែលមិនសំអាតនឹងឆ្លងរោគ ។
3. គ្រោះថ្នាក់ : ថ្នាំចាក់ថ្នាំមានអាការៈមិនល្អឬប្រើប្រាស់ច្រើនពេកពាល់ថ្នាំចង់សង្រ្គោះឬរំលាយជាតិពាល់មានខុសកាលតិចតួចណាស់ ។
4. គោលការមូលដ្ឋានក្នុងការប្រើប្រាស់ថ្នាំ :  
ប្រសិនបើអាចប្រើប្រាស់នៅកន្លែងមិនបាច់ទទួលបានថ្នាំទេ អាចញ៉ាំមិនបាច់ចាក់ថ្នាំទេ ។

**សង្កត់ថ្នាំជាម្សៅញ៉ាំ ប្រសិទ្ធភាពលឿនហើយល្អ? (把药品磨粉吃，效果快又好?)**

1. ថ្នាំ១ចំនួនមិនអាចសង្កត់ជាម្សៅឬទំពារបានទេ ដូចជាថ្នាំក្រោមអន្តាត ថ្នាំប្រសិទ្ធភាពយូរឬថ្នាំបន្តប្រសិទ្ធភាព ថ្នាំមានពាក់អារី ។ល ។
2. ក្រោយពេលថ្នាំសង្កត់ជាម្សៅ ខ្ទប់ជាកញ្ចប់ក៏មិនអាចច្បាស់លាស់ដែរ បណ្តាលអោយប្រសិទ្ធភាពថ្នាំនិងចំនួនថ្នាំមិនអាចគ្រប់គ្រងបាន ។

**ស្ងាត់ស្បៀម ថ្នាំងងុយគេងមិនល្អ មិនត្រូវទទួលបាន? (鎮靜、安眠藥不好，不應吃?)**

1. ថ្នាំងងុយគេងដែលប្រើប្រាស់រាល់ថ្ងៃមានសុវត្ថិភាពខ្ពស់ ។
2. អាចកាត់បំបាត់កង្វល់ បន្ទុកសាច់ដុំ ជួយអោយគេងលក់ស្រួល ។
3. នៅពេលចាំបាច់ វេជ្ជបណ្ឌិត ប្រើប្រាស់ថ្នាំងងុយគេងសមស្រប អាចជួយអ្នកជំងឺបន្ទុកកង្វល់និងដំណេក ។

**Morphine ម៉ារហ្វីនអាចធ្វើអោយញ្ចាញផ្លូវ សុខចិត្តឈឺចាប់ មិនត្រូវទទួលបានទេ? (嗎啡會成癮，寧可忍痛，不應讓自己服用?)**

1. Morphine ម៉ារហ្វីនជាថ្នាំបង្កាត់ការឈឺចាប់ខ្លាំងបំផុតប្រើប្រាស់នៅក្រោយពេលវះកាត់និងព្យាបាលមហារីក ។ល ។
2. ប្រើប្រាស់ក្នុងការព្យាបាលមិនមានការញ្ចាញផ្លូវ ។អ្នកជំងឺមហារីកដំណាក់កាលចុងក្រោយ ជាសិទ្ធិមនុស្ស ។

**ថ្នាំផ្សំមានគុណវិប្បត្តិធំជាងធម្មជាតិ? (藥品合成的比天然的副作用大?)**

1. លុះត្រាតែមានជាតិល្អក បើមិនអញ្ចឹងប្រសិទ្ធភាពនិងអការៈអប្រក្រតីមាន ទាក់ទងនិងថ្នាំ គ្មានទាក់ទងនិងថ្នាំគីមីឬធម្មជាតិ ។
2. ខ្លួនប្រាណរបស់យើងមិនមានអាការៈខុសគ្នា រវាងថ្នាំដូចគ្នាប៉ុន្តែមកពីកន្លែងខុសគ្នានោះទេ ។

**ប្រើប្រាស់ថ្នាំចិននិងថ្នាំបារាំងជាមួយគ្នាមានការជំនួយគ្នាឬ? (中西藥併服可以有互補作用?)**

1. ថ្នាំដែលមិនទាន់មានការសាកល្បងអាចនាំមកនូវអាការៈមិនល្អ ដូចជាបន្ថែមប្រសិទ្ធភាពថ្នាំឬកាត់បន្ថយ ពស់ថ្នាំឬបរាជ័យ ។

- 2. វិធីទទួលបានថ្នាំឆ្លាស់វេលាគ្នា យ៉ាងច្រើនអាចបង្ការគុណប្រយោជន៍ស្រួបយក មិនអាចជៀសវាងប្រសិទ្ធភាពថ្នាំ ការផ្លាស់ប្តូរនិងបង្ករ ។ល ។ក្នុងខ្លួន

**Steroid ជាថ្នាំទេព្យអាមេរិក?ខ្ញុំមិនហ៊ានញុំទេ!** (類固醇不就是美國仙丹? 我不敢吃!)

- 1. ថ្នាំ Steroid អាចប្រើប្រាស់សំរាប់ព្យាបាលជំងឺច្រើនប្រភេទ មានដូចជាអន្តោមញ្ជួនអប្រក្រតី ជំងឺស្បែក ទំនាស់សុខភាព ដង្កក់ ជំងឺឈាម ។ល ។ប្រើអាការៈត្រឹម ត្រូវ មានដូចការការពារខ្លួនពីជំងឺSteroid ជាថ្នាំដែលត្រូវជ្រើសរើសជាដំបូង ។មិនគួរប្រើប្រាស់ដោយចង់ប្រើប្រាស់ វាដូចជាគ្រឿងពាណ ។
- 2. នៅពេលប្រើប្រាស់ Steroid ក្នុងវេលាវែង ប្រហែលជាបង្កើតអាការៈមិនល្អខ្លះ មានដូចជាជំងឺសាច់ដុំ ជំងឺពុកឆ្អឹង អេឡិចត្រូនីតមិនស្មើ បន្ថែមឬគ្របអាការៈជំងឺ ។ល ។ការព្យាបាលទាំងនេះសំរេចទៅ លើវេលាត្រួតពិនិត្យ ត្រូវគោរពតាមការវិនិ ធុយឯកទេសរបស់គ្រូពេទ្យ ។

**ថ្នាំខាំងសឹងស៊ូជាថ្នាំផ្សះដ៏ល្អបំផុតឬ?** (抗生素就是最好的消炎藥?)

- 1. ថ្នាំខាំងសឹងស៊ូមិនមែនជាថ្នាំផ្សះទេ ជាជំងឺឆ្លងដែលបណ្តាលមកពីការប្រឆាំងមេរោគល្អិត ។
- 2. ប្រើប្រាស់ដោយមិនត្រឹមត្រូវ មានដូចជា : គ្មានការឆ្លងរោគប្រភេទនោះ ជ្រើសរើសខុសប្រការ ការព្យាបាលដែលមិនពេញលេញ ទទួលបានថ្នាំមិនគ្របគ្រាន់ ។ល ។នឹងអាចបណ្តាលអោយលេបថ្នាំគ្មាន ប្រសិទ្ធភាពនៅអនាគត ក៏បណ្តាលអោយឆ្លងរោគធ្ងន់ធ្ងរប្រឈមខ្ពស់ចំពោះ គ្រោះថ្នាក់ដែលគ្មានថ្នាំព្យាបាល ។