

อย่ากินยา.....พร้อมกับน้ำอะไรบ้าง

นำเสนอเมื่อ : 7 ต.ค. 2552

รู้ไหมเอ่ย ว่าอย่ากินยาพร้อมกับน้ำอะไรบ้าง? มีความรู้เรื่องนี้มาฝากกัน.....

เก๊สัซกรแนะนำว่า การกินยากับน้ำเปล่า ปลอดภัยกว่า หากกินยากับเครื่องดื่มอื่นๆ อาจส่งผลกับร่างกาย
ดังนี้

น้ำส้ม อาจยับยั้งเอ็นไซม์ ที่ช่วยเปลี่ยนแปลงยาบางชนิด ให้ร่างกายนำไปใช้ ทำให้ยามีประสิทธิภาพน้อยลง แต่ออกฤทธิ์ข้างเคียงที่ไม่พึงประสงค์ มากขึ้น

ชา กาแฟ เครื่องดื่มโคล่า การบริโภคคาเฟอีนเป็นประจำขณะกินยารักษาโรคหอบหืด จะทำให้เกิดผลข้างเคียงมากขึ้น คาเฟอีน ทำให้กระเพาะอาหารระคายเคือง

นม แคลเซียม จะยับยั้งการดูดซึมปฏิชีวนะ บางชนิด

แอลกอฮอล์ ทำให้ตับเสียหายได้หากดื่มเป็นประจำร่วมกับยาแก้ปวดอะเซตามิโนเฟน ลดประสิทธิภาพยารักษาอาการซึมเศร้า

เครื่องดื่มที่มีเส้นใยพืช ใยพืชอาจไปจับกับยาได้มากมายหลายชนิด ทำให้ยาเหล่านั้นมีประสิทธิภาพลดลง

อย่าลืมกินยาตามคำแนะนำที่เภสัชกรเขียนไว้ที่ซองยา ให้ตรงตามเวลา ครบถ้วนตามที่จัดยามาให้ จะทำให้หายจากการป่วยโดยเร็ว ยาบางอย่างหากกินผิดเวลา ก็ทำให้เกิดผลข้างเคียง หรือไม่ได้ผลเต็มที่ใด เช่น **การกินยาก่อนอาหาร ก็ต้องกินก่อน 15-30 นาที** เพื่อให้ออกฤทธิ์ตอนท้องว่าง **ยาหลังอาหารต้องกินหลังอาหารทันที** เพื่อไม่ให้กัดกระเพาะอาหาร เป็นต้น และเวลากินยา ใช้น้ำเปล่า สะอาดๆ ดีกว่าแน่นอนคะ