

PHARMACY newsletter

EDITOR'S TALK

NO. 5 ; APRIL 2009

DIS, BNH HOSPITAL

Get Ready to JCI



เรื่องยา/น้ำยา multiple dose ที่มีการเปิดใช้แล้ว ถือเป็นอีกเรื่องที่สำคัญ ซึ่งพยาบาล เจ้าหน้าที่ และบุคคลที่เกี่ยวข้องต้องทราบ และปฏิบัติให้ถูกต้องเป็นแนวทางเดียวกันทั้งโรงพยาบาล ทางแผนกเภสัชกรรมจึงได้จัดทำข้อมูลในการกำหนดอายุยาดังกล่าว สามารถดูรายละเอียดเพิ่มเติม หรือ download ได้ที่หน้า Pharmacy document ใน หัวข้อ Expired date of opened medication ดังภาพ

Product	Storage of IN-Used (Opened/Reconstituted) Drug		Note
	Refrigerated 2-8°C	Room temp. 15-30°C	
Humulin N	1 mo.	1 mo.	ก่อนใช้ให้หั่นขวดให้ยากระจายตัว ห้ามเขย่าและห้ามใช้หากพบว่ามียาบางส่วนติดที่ก้น ข้างขวด
Vial Cartridge			
Humulin 70/30	1 mo.	1 mo.	ก่อนใช้ให้หั่นขวดให้ยากระจายตัว ห้ามเขย่าและห้ามใช้หากพบว่ามียาบางส่วนติดที่ก้น ข้างขวด
Vial Cartridge			
Humalin R vial	1 mo.	1 mo.	ห้ามใช้หากพบยาขุ่น มีสีจาง ๆ หรือมีผลึกแขวนลอย
Humalog Cartridge	1 mo.	1 mo.	ห้ามใช้หากพบยาขุ่น มีสีจาง ๆ หรือมีผลึกแขวนลอย
Humalog mix 25	1 mo.	1 mo.	ก่อนใช้ให้หั่นขวดให้ยากระจายตัว ห้ามเขย่าและห้ามใช้หากพบว่ามียาบางส่วนติดที่ก้น ข้างขวด
Cartridge			
Actrapid Cartridge	1 mo.	1 mo.	ห้ามใช้หากพบยาขุ่น มีสีจาง ๆ หรือมีผลึกแขวนลอย



เภสัชกรหญิง ณัฐกานต์



Q&A

Q: ทำไมแพทย์ถึงนิยมใช้ domperidone ในคนไข้ที่เป็น GERD มากกว่าที่จะใช้ metoclopramide

A: การใช้ยา metoclopramide เป็นระยะเวลานานหรือใช้ยาในขนาดสูง อาจส่งผลให้เกิดภาวะ tardive dyskinesia คือ ภาวะที่มีความผิดปกติ ในการเคลื่อนไหวของร่างกายเนื่องจาก ความผิดปกติทางระบบ involuntary จะมีอาการแสดงต่างๆ ดังนี้ มีการเคลื่อนไหวซ้ำๆ ของแขนหรือขา, ปากกระตุก, ใบหน้าบิดเบี้ยว, ลิ้นยื่นออกมานอกปาก, ลูกตากลอกไปมา หรือกะพริบตาอย่างรวดเร็ว, ปากขยับ และมีการเคลื่อนไหวของนิ้วมือผิดปกติ ซึ่งภาวะนี้มีความสัมพันธ์โดยตรงกับระยะเวลาและความถี่ในการใช้ยา โดยความเสี่ยง จะเพิ่มขึ้นในผู้สูงอายุ โดยเฉพาะเพศหญิง และผู้ป่วยที่ใช้ยาเป็นระยะเวลานาน

มีรายงานผลการวิเคราะห์สรุปว่า metoclopramide เป็นยาที่ส่งผลให้เกิด drug-induced movement disorders มากที่สุด ด้านข้อมูลของ US-FDA พบว่าในผู้ป่วยที่เกิดอาการเคลื่อนไหวผิดปกติจากการใช้ยานั้นร้อยละ 20 เป็นผู้ที่ใช้ยา metoclopramide เป็นระยะเวลามากกว่า 3 เดือน ดังนั้นทาง US-FDA จึงได้เฝ้าระวังโดยให้มีการรายงานแบบ continued spontaneous reports ของการเกิด tardive dyskinesia ในผู้ที่ใช้ยา metoclopramide โดยเฉพาะผู้ที่ใช้เป็นระยะเวลามากกว่า 3 เดือน และได้ประกาศให้บริษัทผู้ผลิตยา metoclopramide เพิ่มคำเตือนในฉลากยาด้วยค่ะ





ตรวจสุขภาพอุจจาระกันเถอะ

Irritable Bowel Syndrome (IBS) หรือโรคลำไส้แปรปรวน เป็นความผิดปกติของระบบทางเดินอาหารที่มีอาการปวดท้อง ท้องอืด ท้องผูก ท้องเสีย ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ไม่สามารถอธิบายกลไกได้ชัดเจนทั้งหมด ปัจจุบันเชื่อว่าเกิดจากความผิดปกติของระบบประสาทสั่งงานและรับรู้ความรู้สึกที่ระบบประสาทส่วนกลาง ทำให้การเคลื่อนไหวของลำไส้ถูกรบกวน โดยมีเรื่องของจิตใจเข้ามาเกี่ยวข้อง การดูแลผู้ป่วยที่เป็น IBS จึงต้องคำนึงทั้งทางร่างกายและจิตใจ ดังนี้

1. การให้ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับกลไกการเกิด IBS อย่างสั้น ๆ และกระชับ
2. การปรับพฤติกรรมในการกินและการดำเนินชีวิต

กรณีท้องผูก แนะนำให้ทานอาหารที่มีเส้นใยเพิ่มขึ้น หรือร่วมกับการใช้ยาในกลุ่มของ psyllium ที่ช่วยให้อาการท้องผูกลดลง ลดแรงดันในลำไส้ ทำให้อาการปวดท้องลดลง

กรณีท้องเสีย แนะนำให้หลีกเลี่ยงอาหารที่กระตุ้นให้ลำไส้เคลื่อนไหวเพิ่มขึ้น ร่วมกับการใช้ยา loperamide จะทำให้การส่งผ่านสารในลำไส้ช้าลง เพิ่มการดูดซึมน้ำและเกลือแร่ ทำให้รูรุตทวารหนัก แข็งแรงขึ้น อันมีผลให้อาการท้องเสียลดน้อยลง

กรณีปวดท้อง ท้องอืด แนะนำหลีกเลี่ยงอาหารที่ทำให้เกิดลมในลำไส้เพิ่มขึ้น เช่น ผักใบเขียว และดูแลให้ได้รับยา antispasmodics, antimuscarinic และ calcium channel blockers เพื่อลดการหดตัวของลำไส้ที่ถูกกระตุ้นจาก ความเครียดหรืออาหาร

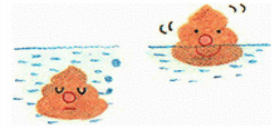
3. การดูแลด้านจิตใจ ผู้ป่วยที่มีอาการปวดท้องปานกลางจนถึงรุนแรง มักมีปัจจัยด้านจิตใจเข้ามาเกี่ยวข้องด้วย การดูแลด้านจิตใจ เช่น การสร้างความมั่นใจ การใช้เทคนิคการผ่อนคลาย การจัดการกับความเครียด การสะกดจิต (Hypnosis) ตลอดจนจนการปรึกษาผู้เชี่ยวชาญด้านจิตใจกรณีที่เป็น

กากใยอาหาร และเชื้อจุลินทรีย์ เป็นปัจจัยของการมีสุขภาพที่ดีและชีวิตที่สุขสบาย อุจจาระที่ดีที่สุด คือมีลักษณะเหมือน ก๊วย ถั่ว นุ่ม ไม่แข็งและกลิ่นไม่รุนแรง มันสามารถเป็นเครื่องวัดสุขภาพและความงามของคุณได้ คำถามต่อไปนี้ จะแสดงให้เห็นว่าคุณมีสุขภาพอุจจาระที่ดีหรือไม่



ลอยมัย?

ลอย.....1 คะแนน
จม.....2 คะแนน



แข็งมัย?

เหมือนยาสิฟัน.....1 คะแนน
แข็ง.....2 คะแนน



หนักเท่าไร?

(อุจจาระ 2 ก้อนต่อวัน, เส้นผ่าศูนย์กลาง 2 ซม., ยาว 15 ซม.)
เกิน 200 กรัม.....1 คะแนน
ต่ำกว่า 200 กรัม.....2 คะแนน



ถ่ายบ่อยมัย?

วันละครั้ง.....1 คะแนน
ไม่ทุกวัน.....2 คะแนน



อุจจาระของคุณสีอะไร?

สีเหลือง.....1 คะแนน
สีน้ำตาลเข้ม.....2 คะแนน



กลิ่นแรงมัย?

ไม่แรงมาก.....1 คะแนน
กลิ่นเหม็น.....2 คะแนน



มีลักษณะเป็นอย่างไร?



If you score

คุณได้คะแนน ...

7 ถึง 9 คะแนน.....คุณมีสุขภาพที่ดีทีเดียว
10 ถึง 12 คะแนน.....จะมีตระวังเรื่องการกินทุกวัน ทานกากใยอาหารมากๆ
13 ถึง 14 คะแนน.....คำเตือน! ถ้ายังอยู่ในสภานี้นานๆ คุณควรไปปรึกษาแพทย์นะค่ะ

รายชื่อผู้โชคตีประจำฉบับ

คุณสุภาพร แสงทอง	แผนก ICU
คุณสงกรานต์ ภูคลัง	แผนก Ward 5A
คุณปวีณา จำปากุล	แผนก Ward 6B
คุณชนิดา เทียนชัยพนา	แผนก LR
คุณชลธิชา ชัยนิลพันธ์	แผนก OPD EENT
คุณชัญชวีญ จันทรสยาม	แผนก OR
คุณละม่อม จันทร์อารมณ	แผนก ICU
คุณเสริมศิริ อุ่นจิตพัชร	แผนก OR

สำหรับคนที่อยากร่วมสนุกกับ Pharmacy Newsletter สามารถส่งคำถาม คำแนะนำ หรือตอบคำถามประจำฉบับ มาที่ห้องยาชั้น 1 หรือชั้น 4 ผู้ที่ตอบถูก 10 ท่านแรก และคำถามที่ส่งมา หากได้นำลงใน Pharmacy Newsletter ฉบับถัดไป จะได้รับของรางวัล!! แล้วพบกันใหม่กับ Pharmacy Newsletter ฉบับหน้าเดือนมิถุนายนค่ะ

Q: การกำหนดวันหมดอายุยา หรือน้ำยา สามารถหาข้อมูล ได้จากที่ไหน

A:

ชื่อผู้ตอบ.....แผนก.....เบอร์โทร.....