

ยา “คาร์บอน” แก้ท้องเสีย กินอย่างไรให้ถูกต้อง?



อากาศร้อนอบอ้าวอย่างบ้านเรา สามารถพบการระบาดของโรคอาหารเป็นพิษได้เรื่อยๆ ตลอดทั้งปี และยังมีความเสี่ยงได้ตั้งแต่ร้านอาหารข้างทาง ไปจนถึงร้านที่มีชื่อขึ้นห้าง หรือโรงแรมดัง เมื่อไรก็ตามที่เรามีอาการถ่ายท้อง ท้องเสีย หลายคนนึกถึงยาคาร์บอนที่ช่วยให้เราหยุดถ่ายได้ แต่เมื่อไรที่เราควรทาน และเมื่อไรที่เราควรรักษาด้วยวิธีอื่น Sanook! Health มีข้อมูลมาฝากกัน

ยา “คาร์บอน” คืออะไร?

ยาคาร์บอนเป็นตัวยาที่มีส่วนผสมของ “ผงถ่าน” (activated charcoal) มีฤทธิ์ในการดูดซับสารพิษ หรือสารเคมีไม่ให้เข้าสู่ร่างกาย หรืออาจนำไปบรรเทาอาการอื่นๆ ตามดุลยพินิจของแพทย์ หรือผสมกับยาตัวอื่นเพื่อการรักษาอาการบางอย่างโดยเฉพาะ

ยาคาร์บอน รักษาอะไรได้บ้าง?

ถ่ายเหลวหรือท้องเสียจากภาวะอาหารเป็นพิษ ท้องอืด อาหารไม่ย่อย มีแก๊สในกระเพาะอาหารมาก จนทำให้ปวดท้อง ได้รับสารเคมี หรือสารพิษ

ยาคาร์บอน กับเรื่องเข้าใจผิด

ยาคาร์บอน ไม่ใช่ “ยาหยุดถ่าย” เป็นเพียงยาที่เข้าไปช่วยดูดซับสารเคมี สารพิษ รวมถึงเชื้อแบคทีเรียที่ทำให้เกิดอาการอาหารเป็นพิษออกมาผ่านอุจจาระ อาจช่วยลดอาการถ่ายท้องในรายที่ป่วยเป็นโรคอาหารเป็นพิษที่เกิดจากเชื้อแบคทีเรียได้

หากเป็นอาการท้องเสียที่ไม่ได้มีการติดเชื้อ (ถ่ายเหลว แต่ไม่ได้ปวดบิด อาเจียน หรือมีไข้ร่วมด้วย) ร่างกายจะค่อยๆ หยุดถ่ายไปเอง อาจไม่จำเป็นต้องทานยาคาร์บอน เราควรดื่มน้ำเกลือแร่เพื่อชดเชยน้ำที่เสียไปจากการถ่าย เพื่อป้องกันอาการช็อกจากการขาดน้ำกะทันหันแทน (ทั้งนี้ หากถ่ายเกิน 10 ครั้งแล้วอ่อนเพลียมาก ควรพบแพทย์เพื่อหาสาเหตุที่แท้จริงของการถ่ายเหลวในครั้งนั้นๆ จะดีกว่า)

วิธีกินยาคาร์บอนอย่างถูกวิธี

1. รับประทานยานี้ตอนท้องว่าง โดยรับประทานก่อนอาหารอย่างน้อย 1 ชั่วโมงหรือหลังอาหารอย่างน้อย 2 ชั่วโมง
2. รับประทานตามขนาด และความถี่ที่ระบุไว้บนฉลาก (เนื่องจากยาแต่ละชื่อการค้าอาจมีปริมาณตัวยาที่แตกต่างกัน)
3. โดยทั่วไปอาจทานยาคาร์บอนได้ครั้งละ 3-4 เม็ด วันละ 2-3 ครั้ง ทุก 4-6 ชั่วโมง แต่จริงๆ แล้วตัวยาคาร์บอนมีหลายชนิด และแต่ละชนิดมีส่วนผสมที่ออกฤทธิ์ไม่เหมือนกัน ควรอ่านฉลากให้ถี่ถ้วนทาน หรือขอคำแนะนำจากเภสัชกร หรือแพทย์ก่อนทานทุกครั้ง

ข้อควรระวังของยาคาร์บอน

- ทานยานี้แล้ว อาจมีอุจจาระสีดำ เพราะยาคาร์บอนไม่ได้ดูดซับน้ำเข้าสู่ร่างกาย แต่เข้าไปจับสารพิษ และแบคทีเรียในลำไส้ แล้วขับออกมาพร้อมอุจจาระ

- ห้ามใช้ยานี้เป็นประจำ
- หากมียาอื่นที่ต้องรับประทานร่วมด้วย ให้รับประทานยาอื่นๆ ห่างจากยานี้อย่างน้อย 2 ชั่วโมง
- หากต้องการรับประทานนมหรือผลิตภัณฑ์ที่ทำจากนม ให้รับประทานห่างจากยานี้อย่างน้อย 2 ชั่วโมง
- ไม่ควรดื่มแอลกอฮอล์ในขณะที่รับประทานยานี้ เพราะแอลกอฮอล์จะไปทำปฏิกิริยากับยาได้
- หญิงมีครรภ์ กำลังวางแผนจะมีบุตร หรืออยู่ในช่วงให้หมบุตร ควรแจ้งแพทย์ล่วงหน้าก่อนการให้ยา
- ห้ามใช้ยานี้กับผู้ป่วยที่มีภาวะลำไส้อุดตัน มีแผลหรือเลือดออกในกระเพาะอาหารหรือลำไส้ อยู่ในภาวะขาดน้ำ เพิ่งเข้ารับการผ่าตัดบริเวณช่องท้อง หรือมีปัญหาเกี่ยวกับระบบการย่อยอาหาร

คำแนะนำหลังมีอาการท้องเสีย

- งดรับประทานอาหารที่อาจทำให้ถ่ายง่าย เช่น ผลไม้รสเปรี้ยว นม อาหารรสจัด
- รับประทานอาหารอ่อนๆ ย่อยง่าย เช่น แกงจืด ข้าวต้ม โจ๊ก
- เมื่อหายท้องเสียสนิทแล้ว ทานอาหารที่มีโปรไบโอติกเพื่อช่วยเพิ่มจุลินทรีย์ที่ดีให้กับร่างกาย เช่น โยเกิร์ต
- เลือกทานอาหารปรุงสุกใหม่ อุ่นอาหารให้ร้อนก่อนทาน หลีกเลี่ยงการทานอาหารที่ปรุงทิ้งไว้วันหลายชั่วโมงโดยไม่มีการอุ่นก่อนทาน
- เคี้ยวอาหารให้ละเอียดก่อนกลืน เพื่อให้กระเพาะอาหารย่อยอาหารได้ง่ายขึ้น
- ล้างมือก่อนทานอาหาร และทุกครั้งหลังใช้ห้องน้ำ

**คนที่เกิดมามีแต่คนคอยช่วยเหลือถือว่าเป็น
คนมีบุญแต่คนที่เกิดมา แล้วได้ช่วยเหลือ
คนอื่นเป็นคนที่มีความบุญมากกว่า**

-สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณสมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก-



ที่มา:ขอขอบคุณ: <https://www.poompuksa.com/>



แบบ พ.๒

หนังสือสำคัญแสดงการจดทะเบียน
ตามพระราชบัญญัติจดทะเบียน พุทธศักราช ๒๕๕๐

เลขทะเบียน **สส๖๖๒/ชธ๖๒**

หนังสือสำคัญนี้ออกให้ไว้เพื่อแสดงว่า สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เลขประจำตัวประชาชน ๓ ๑๐๐๕ ๐๑๐๕๘ ๗๔ ๙ เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย อายุ ๓๗ ปี อาชีพ นักธุรกิจ

ถิ่นที่อยู่บ้านเลขที่ ๗๔๓/๓๗ หมู่ที่ - ซอย ซอย ซอยสิทธิ์ ๒ ถนน เลียบบ้างเหนือ

แขวง / ตำบล หนองแขม เขต / อำเภอ หนองแขม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

เป็น เจ้าของ หนังสือพิมพ์ชื่อ 249 สื่อออนไลน์

มีวัตถุประสงค์ เพื่อลงประกาศข่าวงานราชการและประกาศโฆษณาด้านธุรกิจและกฎหมาย รวมถึงเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารด้านธุรกิจและกฎหมาย และข้อมูลข่าวสารทั่วไปทุกจังหวัด

ภาษาที่หนังสือพิมพ์จะออก ภาษาไทย

ชนิดของหนังสือพิมพ์ที่ออก เป็นแผ่น

ระยะเวลาที่ออกหนังสือพิมพ์ รายวัน

ชื่อสำนักงานของหนังสือพิมพ์ -

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

ชื่อสำนักงานของผู้โฆษณา -

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

ชื่อโรงพิมพ์ที่พิมพ์ บริษัท ๒๔๙ สื่อออนไลน์ จำกัด

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

หนังสือพิมพ์ฉบับนี้

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เป็นผู้พิมพ์

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เป็นผู้โฆษณา

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เป็นบรรณาธิการ

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เป็นเจ้าของกิจการหนังสือพิมพ์

ออกให้ตั้งแต่ วันที่ ๗ เดือน กุมภาพันธ์ พุทธศักราช ๒๕๖๒

(ลงชื่อ)

นางสาว กนกอร ศักดาเดช

(นางสาวกนกอร ศักดาเดช)

ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดแห่งชาติ

พนักงานเจ้าหน้าที่จดทะเบียนการพิมพ์สำหรับจังหวัด กรุงเทพมหานคร

