

ฉบับนี้เพื่อสุขภาพ

ข้อห้าม ข้อควรปฏิบัติและข้อควรระมัดระวัง ในการใช้ยาและปรุงยา

รศ.ดร.ภญ.พณีย์ ศิริสะอาด

ทางล้าหน้า เมื่อจะปรุงยา หรือเมื่อจะใช้ยา มีข้อห้าม และ ข้อควรปฏิบัติ และ การให้ คำแนะนำที่ควรให้แก่ผู้ป่วย ทั้งในเรื่อง อาหารที่ต้องห้าม รสอาหาร และรสยา ที่ ห้ามและ ที่ควรใช้ ดังนี้

หมอว่าที่ปรุงยาต้องรู้ว่า เด็กและผู้ใหญ่ธาตุไม่เสมอกัน หากให้ยาเย็นแก่เด็ก ไฟ ในตัวก็จะดับ ทำให้มีอาการเสียบัดแน่นท้อง นอกจากนั้น จะต้องรู้รสชาติ และ ลักษณะคนไข้ และ รู้ว่ารสยาคงนำยาให้ออกฤทธิ์ไปในอวัยวะใด เช่น “รสขมจะเข้าไปในเนื้อหนัง รสเปรี้ยว จะเข้าไปในไส้เล็ก (ลำไส้ตรง-ภาษาอังกฤษ rectum) ไส้น้อย (ลำไส้เล็ก) รสฝาดจะเข้าไปใน เนื้อ รสเผ็ดจะเข้าไปในสมอง รสหวานจะเข้าไปในไส้ใหญ่ (ลำไส้ใหญ่)”

ข้อควรปฏิบัติของหมอ ในการให้ยารสต่างๆแก่คนไข้ตามลักษณะผิวพรรณ สรุป ดังนี้

ลักษณะคนไข้	ลักษณะเลือดคนไข้	รสยาที่ควรให้แก่คนไข้
ขาวเหลือง	หวาน	
หวานออกเผ็ด		
แดง	เค็ม	- เค็ม หวาน
ขาวแดง แกมเหลือง	เค็ม	เผ็ด เค็ม
ดำ	ขม	หวาน เปรี้ยว

มีข้อห้าม สำหรับคนที่ปรุงยา ระบุว่า ต้องเป็นผู้มีศีลธรรม หรือถือศีล (หากเป็นนัก บวชก็จะดี) ห้ามยุ่งเกี่ยวกับผู้หญิงตามกำหนด และผู้ปรุง มีข้อยกเว้นการกินอาหารที่แสลง เช่น ปลาหมึก ให้กินอาหารประเภทปลาที่มีเกล็ด และในการปรุงยาบางประเภท จะต้อง ทำพิธีกรรมตามกำหนดเช่น การขัดตาเหลว การตั้งขันน้ำอาวยารย การตั้งราชวัด และสร้าง วัชรนุ รวมทั้งการใช้คาถาอาคมเสกตามจำนวนครั้งตามระบุ

หมอต้องให้คำแนะนำแก่คนไข้ คือ

- ช่วงเวลากินยา ควรมีระยะที่ให้อาาออกฤทธิ์ ดังกล่าว่า.. “อีกประการเมื่อ ถึงเวลากินยา ยังไม่ควรกินอาหาร เมื่อกินอาหารแล้วยังไม่ควรกินยา”
- ให้กินน้ำที่สะอาด “คนที่เป็นโรค อย่าให้กินน้ำดื่มที่ถังค้างคืนและอย่าเอา เป็นกระสายยา”
- รสอาหารต้องห้าม สำหรับคนที่ใช้ตามเดือน มีดังนี้

ใช้ในเดือน	รสอาหารที่ห้าม
9 10 11 12	เผ็ด ขม ฝาด
เจียง 2 3 4	เค็ม
5 6 7 8	เผ็ด เปรี้ยว เค็ม

หมายเหตุหากใช้ 3 4 5 วัน เป็นใช้ในเวลาทีอากาศหนาว ควรกินยารสหวาน ไม่ควรกินยา ฝาด ยาต้ม หรือ ยาเคี้ยว เดือนดังกล่าว เป็นเดือนทางจันทรคติ

ข้อห้าม ของการใช้ยา ร่วมกับอาหารพบเป็นบางโรคเช่น เป็นโรคลมเกี้ยว ห้ามกิน
ยาพร้อมกับเหล้า ยาบำรุงเลือด เช่นยาเลือดใหญ่ห้ามใช้ในหญิงมีครรภ์ คนไข้ที่เป็นฝีห้าม
กินหมากไผ่ หมากน้ำ หมากเขือ เนื้อและอาหารอันเป็นพิษ คนไข้โรคซาง ห้ามกินอ้อย ไข่
เป็ด น้ำเมี่ยง ควรกินเนื้อหมากดำ กล้วย ปลาใน ทุ่นประเภทที่เป็นมันดังเกลือสูง หากเนื้อเย็น
ให้กินมะขามหรือมะขามป้อม คนที่ถูกคุณไสย หรือของร้าย ห้ามกินเนื้อวัว ควาย ปลาหนัง
ให้กินปลาขาว อย่าเหยียบดินและในกรณีกินอาหารผิด เมื่อกินยาแล้วแนะนำให้กินอาหาร
ประเภท แกงผักแว่น ผักบวก

ถ้ารับข้อควรปฏิบัติในการใช้ยา ยาบางชนิดให้กินแล้วปวด ยาบางชนิดกินแล้วให้
ง่วงถ้าเพื่อให้เหงื่อออกและขับพิษได้แก่ยารักษาตุ่มและขับพิษ ยาบางชนิดให้ฝังไฟเพื่อให้เหงื่อ
ออก ยารักษาอาการบวมให้กินครั้งละน้อย

เรียบเรียงจาก พญ. ศิริระอาศ, ชัยยง ธรรมรัตน์, เกริก อัครชินโรต และ เต็ม
ศักดิ์ อินทพันธ์, คู่มือหลักเภสัชกรรม ของการแพทย์พื้นบ้านล้านนาจากฟ้าสถาน/สา. ชุดโครงการ
วิจัยองค์ความรู้หมอยาเมืองสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย, 2546.

ปรึกษาเรื่องสมุนไพร/ภูมิปัญญาเพื่อสุขภาพได้ที่

คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

e-mail: pharpost@gmail.com

www.pharmacy.cmu.ac.th