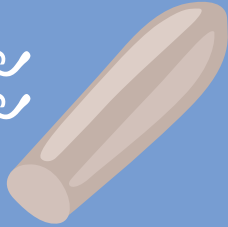


มารู้จัก

ยาเหน็บ

กันเกาะ



ยาเหน็บช่องคลอด

เป็นยาเม็ดแข็งรูปลิ่มเหลี่ยมผืนผ้า ด้านหนึ่งโค้งมนเพื่อให้เหน็บช่องคลอดได้ง่าย สำหรับการรักษาโรคติดเชื้อในช่องคลอด ลำดับแรกต้องล้างมือให้สะอาด แคะเม็ดยาและจุ่มเม็ดยาในน้ำสะอาด 1-2 วินาที เพื่อให้เม็ดยาลื่น สอดใส่ช่องคลอดได้ง่าย สิ่งที่สำคัญคือท่าทางในการสอดยา โดยให้ **“นอนหงาย ชันเข่า แยกขา”** จากนั้นสอดยาเข้าไปในช่องคลอด โดยนำด้านโค้งมนของเม็ดยาเข้าไปก่อนและใช้นิ้วชี้ดันยาเหน็บให้ลึกที่สุด นอนที่เดิมต่อ 15 นาที เพื่อให้ยาละลายและออกฤทธิ์ได้เต็มที่ แนะนำใช้กระดาษทิชชูสะอาดหรือผ้าอนามัยรองกางเกงในไว้เพื่อซับส่วนของยาที่อาจจะละลายออกมา ดังนั้นควรเหน็บยาก่อนนอนจะสะดวกที่สุด

หลายท่านอาจเคยเห็นเครื่องมือช่วยสอดบรรจุในกล่อง ซึ่งจะช่วยให้เหน็บได้ง่ายขึ้น โดยวางยาบนเครื่องมือแล้วใช้นิ้วกลางและนิ้วโป้งจับที่ตัวเครื่อง ส่วนนิ้วชี้ให้แตะอยู่ที่ปลายก้านสูบเพื่อดันยา



แคะยาจุ่มน้ำ เพื่อให้ยาลื่น



นอนหงาย ชันเข่า แยกขา



ใช้นิ้วชี้ดันยาเหน็บให้ลึกที่สุด



แช่ยาในน้ำเย็น ก่อนแคะจากห่อ



ตะแคงข้าง ล่างเหยียด บนงอ



ใช้นิ้วดันยาเข้าไป สอดให้ลึกที่สุด

ยาเหน็บทวารหนัก

ลักษณะเป็นเม็ดนิ่ม รูปร่างคล้ายกระสวย ส่วนใหญ่แนะนำให้เก็บในตู้เย็นช่องธรรมดา มักใช้รักษาริดสีดวงทวาร ท้องผูก ก่อนใช้ต้องล้างมือให้สะอาด หากยาเหน็บนิ่มให้แช่ตู้เย็นก่อนแคะยาออกจากแผงหรืออาจแช่ในน้ำเย็นเพื่อให้ยาสอดง่ายขึ้น และสำหรับหลักง่ายๆ คือ **“ตะแคงข้าง ล่างเหยียด บนงอ”** คือ นอนตะแคงข้าง ขาด้านล่างเหยียดตรง และงอขาด้านบนขึ้นให้เข้าชิดอกมากที่สุด จากนั้นสอดยาเหน็บโดยหันด้านที่มีปลายแหลมกว่าเข้าไปก่อน ใช้นิ้วชี้ดันยาเข้าไปจนหมด สอดให้ลึกที่สุดเท่าที่จะทำได้ กรณียาบรรเทาอาการท้องผูก หลังจากสอดยาแล้วจะรู้สึกอยากถ่าย ต้องพยายามกลั้นเอาไว้ให้นานที่สุดเพื่อให้ยาออกฤทธิ์เต็มที่ ส่วนยาเหน็บรักษาริดสีดวงทวารนั้น ยาจะออกฤทธิ์เฉพาะที่ได้เลย

เพิ่มเติม กรณียาสวนทวารหนักให้ใช้วิธีการเดียวกันกับยาเหน็บทวารหนัก หลังจากเปิดจุกของลูกบิบบอกแล้ว ให้นิ้วนำยาเข้าไปในทวารหนักจนหมด จะทำให้รู้สึกอยากถ่ายก็ต้องกลั้นไว้ เพื่อให้ยาออกฤทธิ์เต็มที่ จึงค่อยลุกไปถ่าย

จะเห็นได้ว่ายาเหน็บต่างชนิด ต่างบริเวณ ก็มีวิธีการใช้ที่แตกต่างกัน ดังนั้นควรอ่านฉลากยาก่อนใช้ หรือหากไม่เข้าใจ มีข้อสงสัยก็สามารถปรึกษาแพทย์ เภสัชกร และพยาบาลทุกท่านได้เลย