A Royal Women's Hospital
Well Women's Publication

Women's Health Matters

ថ្នាំពេទ្យ និង ការបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ

បើអ្នកកំពុងបំបៅកូនដោយដោះអ្នក ហើយកំពុងប្រើថ្នាំពេទ្យផងដែរនោះ អ្នកប្រហែលជាមានការបារម្ភអំពីថ្នាំដែលចូលទៅក្នុងខ្លួនទារកអ្នក តាមរយៈទឹកដោះអ្នក។ ជាទូទៅនៅពេលម្តាយដែលឲ្យកូនបៅដោះ កំពុងប្រើថ្នាំពេទ្យ បរិមាណថ្នាំពេទ្យដែលផ្ទេរចូលទៅទារកនោះ មានក៏រិតតិចជាងបរិមាណដែលទារកនឹងទទួលក្នុងអម្លុងពេលមានផ្ទៃពោះ។ ហេតុការណ៍នេះនឹងអាស្រ័យ ទៅលើប្រភេទនៃថ្នាំពេទ្យដែលប្រើ។

នៅពេលដែលវេជ្ជបណ្ឌិតចេញបញ្ជាឲ្យប្រើថ្នាំពេទ្យមួយ វេជ្ជបណ្ឌិតនឹងគិតគូរលើកត្តាទាំងឡាយ ដូចជា:

- ប្រភេទនៃថ្នាំ។
- វិធីដែលអាចប្រើថ្នាំពេទ្យ។
- ពេលវេលាដែលប្រើថ្នាំ និងពេលវេលាដែលឲ្យកូនបៅដោះ។

ទឹកដោះមនុស្សគឺជាអាហារល្អបំផុតដែលអ្នកអាចផ្តល់ទៅឲ្យទារកអ្នក។ ផលប្រយោជន៍របស់វា មានសារសំខាន់ជាខ្លាំង ដែលអ្នកគួរបញ្ឈប់ការបំបៅកូនដោយទឹកដោះអ្នក តែនៅពេលមានភស្តុតាងយ៉ាងច្រើនថា ថ្នាំពេទ្យនោះនឹងបណ្តាលឲ្យមានគ្រោះថ្នាក់ដល់ទារកប៉ុណ្ណោះ។

ស្ថានភាពខ្លះដែលអាចតម្រូវឲ្យព្យាបាលដោយប្រើថ្នាំពេទ្យ

ការឈឺចុកចាប់

នៅពេលដែលអ្នកកំពុងឲ្យកូនបៅដោះអ្នក ថ្នាំប្រសើរបំផុតដើម្បីកាត់បន្ថយភាពឈឺចាប់សំរាប់ការឈឺក្បាលមិនសូវខ្លាំង ការឈឺចាប់ជាទូទៅ ឬការឈឺចាប់ពេលមានរដូវ គឺថ្នាំ paracetamol ឬការផ្សំគ្នានៃថ្នាំ **paracetamol/codeine** ។ បើត្រូវការសារធាតុប្រឆាំងនឹងការហើមរលាកសំរាប់ការឈឺចាប់ខ្លាំង ថ្នាំ **ibuprofen**, **naproxen**, **diclofenac** ឬក្រែម ថ្នាំអន្ទិល និងថ្នាំបាញ់រម្ងាប់ការឈឺចាប់ សំរាប់ការឈឺចាប់សាច់ដុំ ក៏អាចប្រើបានផងដែរ។ ចំពោះការឈឺពើតខ្លាំង ដូចជាប្រកាំង ថ្នាំពេទ្យដូចជាថ្នាំគ្រាប់ **Mersyndol** និង **Fiorinal** ក៏ត្រូវបានពិចារណាថាមានសុវត្ថិភាព នៅពេលប្រើក្នុងរយៈពេលខ្លី ប៉ុន្តែអ្នកគួរទៅជួបវេជ្ជបណ្ឌិតអ្នក បើត្រូវការប្រើញឹកញាប់ ឬមួយបើការឈឺចាប់មិនបាត់ទៅវិញទេនោះ។ អ្នកត្រូវខិតខំចៀសវាងអាស៊ីដ **Mefenamic**, **indomethacin** និង **aspirin** នៅក្នុងគ្រាឲ្យកូនបៅដោះអ្នក បើគ្មានបញ្ជាឲ្យប្រើថ្នាំទាំងនេះពីវេជ្ជបណ្ឌិតទេនោះ។

THE ROYAL WOMEN'S HOSPITAL

បណ្ណ័ព័ត៌មានអំពីការមានផ្ទៃពោះនិងការសំរាលកូន : ខែឧសភា ឆ្នាំ 2002

ថ្នាំពេទ្យ និងការបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្ដាយ (តពីទំព័រមុន)

ផ្ដាសាយនិងគ្រុនផ្ដាសាយធំ

រោគសញ្ញាទាំងឡាយនៃផ្ដាសាយនិងគ្រុនផ្ដាសាយធំ គួរតែព្យាបាលដោយឡែកពីគ្នា នៅក្នុងពេលឲ្យកូនបៅដោះ ជាជាងការប្រើថ្នាំគួបផ្សំគ្នា ដែលមានសារធាតុ **pseudoephedrine** ។ ជួនកាលទៅ ថ្នាំនេះអាចបណ្ដាលឲ្យទារកដែលបៅដោះម្ដាយ ទៅជាមានការក្រហល់ក្រហាយនិងរសាប់រសល់ ជាពិសេសបើទារកមានអាយុតិចជាង បីខែ។ ចំពោះការតឹងច្រមុះ សូមគិតគូរលើការប្រើថ្នាំបាញ់ទៅក្នុងរន្ធច្រមុះ ដែលមាន សារធាតុ **oxymetazoline**, **xylometazoline** ឬ **tramazoline** ជាជាងការ ប្រើថ្នាំគ្រាប់ សំរាប់រោគផ្ដាសាយនិងគ្រុនផ្ដាសាយធំគួបផ្សំគ្នា។ ថ្នាំបៀមនិងថ្នាំខ្ពុរមាត់ មានសុវត្ថិភាពសំរាប់ការឈឺបំពង់ក ទោះដូច្នេះក្ដី ក៏ការចៀសវាងថ្នាំខ្ពុរមាត់ដែលមាន សារធាតុ **povidone iodine** គឺជាការប្រសើរបំផុត ដោយសារតែសារធាតុនេះអាចប៉ះ ពាល់ដល់ទារក។ ថ្នាំទឹកមានគ្រឿងគ្រៅតែមួយសំរាប់រោគក្អក (ឧទាហរណ៍: **pholcodine** សំរាប់ក្អកស្ងួត និង **guaiphenesin** ឬ **bromhexine** សំរាប់ក្អក តឹងទ្រូង) មានសុវត្ថិភាពនៅក្នុងពេលឲ្យកូនបៅដោះម្ដាយ។ ចូរចៀសវាងថ្នាំក្អកទឹក ដែល មានសារធាតុ **pseudoephedrine** ។

រោគហឺត

ថ្នាំពេទ្យទាំងឡាយដែលប្រើសំរាប់ព្យាបាលរោគហឺត ដូចជាថ្នាំស្រូបចូលតាមច្រមុះ **salbutamol**, **terbutaline**, **budesonide**, **beclomethasone** ឬ ថ្នាំគ្រាប់ **steroid** មានសុវត្ថិភាពគួរសមដែរដើម្បីប្រើ នៅក្នុងពេលបំបៅកូនដោយទឹកដោះ ម្ដាយ។ បើអ្នកមិនដឹងច្បាស់ទេ សូមសាកសួរវេជ្ជបណ្ឌិតឬឱសថការីរបស់អ្នក។

គ្រុន hayfever និង ប្រតិកម្មទំនាស់

នៅក្នុងពេលបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្ដាយ វាជាការប្រសើរបំផុតក្នុងការព្យាបាលរោគ សញ្ញាគ្រុន hayfever ឬប្រតិកម្មទំនាស់ដោយឡែកពីគ្នា ដោយប្រើថ្នាំដំណក់ដាក់ភ្នែក ដែលមាន សារធាតុ **antazoline**, **naphazoline** និងថ្នាំបាញ់រន្ធច្រមុះ ដូចជា **budesonide** ឬ **beclomethasone** ។ ភាគច្រើននៃថ្នាំគ្រាប់ antihistamine (ប្រឆាំងហ៊ីសតាមីន)ធ្វើឲ្យងោកងុយ ដែលចេញប្រើកាលគ្រាមុន (ឧទាហរណ៍: **dexchlorpheniramine** និង **pheniramine**) មានសុវត្ថិភាពគួរសមដែរសំរាប់ ប្រើ។ បើការងងុយដេកគឺជាបញ្ហាចំពោះ អ្នកនៅពេលអ្នកប្រើថ្នាំ antihistamine ធ្វើឲ្យ ងោកងុយនេះ ថ្នាំ antihistamine សមរម្យ ដែលមិនធ្វើឲ្យងោកងុយដើម្បីប្រើគឺ **loratadine** ។ ជាទូទៅ វាជាការប្រសើរបំផុតក្នុងការចៀសវាងថ្នាំ antihistamine មិនធ្វើឲ្យងោកងុយ ចេញនៅពេលថ្មីៗ ដូចជា **fexofenadine**, **terfenadine**,

astemizole និង **cetirizine** ដោយសារតែជួនកាលទៅ ថ្នាំទាំងនេះបណ្តាលឲ្យមានភាពរសាប់រសល់ និងក្រហល់ក្រហាយចំពោះទារកដែលបៅដោះម្តាយ។

ថ្នាំពេទ្យ និងការបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ (តពីទំព័រមុន)

ការការពារមិនឲ្យមានផ្ទៃពោះ

ចំពោះស្ត្រីឲ្យកូនបៅដោះ ដែលត្រូវការកិច្ចការពារកុំឲ្យមានផ្ទៃពោះ "ថ្នាំល្អិតៗ"ដែលមានអ័រម៉ូន progestogen តាមកំរិតទាប(**levonorgestrel** ឬ **norethisterone**) គឺជាជំរើសមានសុវត្ថិភាពបំផុត។ បើការលេបថ្នាំការពារមិនឲ្យមានផ្ទៃពោះបង្កឲ្យមានបញ្ហាចំពោះមាតាដែលឲ្យកូនបៅដោះ ដោយសារតែប្រតិកម្មរាយរង ឬផលវិបាកនៃការប្រតិបត្តិតាមទាំងឡាយនោះ ការចាក់ថ្នាំ **medroxyprogesterone** នៅពេលបីខែម្តង ក៏ជាវិធីការពារមិនឲ្យមានផ្ទៃពោះដ៏សមរម្យមួយផងដែរ។ ថ្នាំការពារមិនឲ្យមានផ្ទៃពោះដែលចាក់នេះ ជ្រាបចូលទៅក្នុងទឹកដោះម្តាយ តាមចំនួនទាបជាខ្លាំងក្រៃលែង ហើយត្រូវបានពិចារណាថា មានសុវត្ថិភាព។ ថ្នាំលេបការពារមិនឲ្យមានផ្ទៃពោះគួបផ្សំគ្នាឯទៀតដែលមានអ័រម៉ូន oestrogen និង progestogen គួរតែចៀសវាង ពីព្រោះថាវាអាចកាត់បន្ថយបរិមាណទឹកដោះអ្នក ដោយសារតែសារធាតុ oestrogen ។

ការទល់លាមក

ថ្នាំបញ្ចុះទាំងពួងដែលបន្ទន់ឬបន្ថែមធាតុទៅនឹងសារធាតុនៅក្នុងពោះវៀន (ឧទាហរណ៍: **សំបក psyllium**) ឬគ្រឿងបន្ទន់លាមក (ឧទាហរណ៍: **docusate**) មានសុវត្ថិភាពបំផុតដើម្បីប្រើ នៅក្នុងពេលបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ។ បើអ្នកត្រូវការថ្នាំបញ្ចុះខ្លាំងជាងនេះទៀតនោះ វេជ្ជបណ្ឌិតឬឱសថការីអ្នកនឹងប្រាប់អ្នកនូវថ្នាំសមរម្យបំផុតដើម្បីប្រើ។ វាជាការប្រសើរបំផុត ក្នុងការចៀសវាង **senna** ឬ **bisacodyl** តាមកំរិតច្រើន ដោយសារតែផលិតផលទាំងនេះ អាចចូលទៅក្នុងទឹកដោះម្តាយ ហើយបណ្តាលឲ្យទារករាករូស។

វីតាមីន, ខនិជ និងគ្រឿងផ្សំពីរុក្ខជាតិ

ភាគច្រើននៃថ្នាំបន្ថែមវីតាមីននិងខនិជ មានសុវត្ថិភាពដើម្បីប្រើក្នុងអម្លុងពេលបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ។ បើអ្នកចង់ប្រើគ្រឿងបន្ថែមដែលផ្សំពីរុក្ខជាតិ សូមឆែកមើលសុវត្ថិ ភាពរបស់គ្រឿងផ្សំពីរុក្ខជាតិទាំងនេះនៅក្នុងការបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ ដោយសារតែវាអាចប៉ះពាល់ដល់ទារក (ឧទាហរណ៍: កំរិតខ្ពស់នៃខ្ទឹមស អាចបង្កភាពក្រហល់ក្រហាយដល់ទារកដែលបៅដោះម្តាយ)។

បណ្ណ័ពត៌មានអំពីការមានផ្ទៃពោះនិងការសំរាលកូន : ខែឧសភា ឆ្នាំ 2002

ថ្នាំពេទ្យ និងការបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ (តពីទំព័រមុន)

សុរា

ចំណុះសុរានៅក្នុងទឹកដោះម្តាយ គឺដូចគ្នានឹងចំណុះសុរានៅក្នុងឈាមរបស់ម្តាយដែរ (វាស់កំរិតនៅពេលដូចគ្នា)។ វាជាការប្រសើរបំផុតក្នុងការចៀសវាងការទទួលទានសុរាច្រើនហួស នៅក្នុងពេលដែលអ្នកកំពុងឲ្យកូនបៅដោះអ្នក។ ដើម្បីកាត់បន្ថយផលប៉ះពាល់នៃសុរានៅក្នុងពេលឲ្យកូនបៅដោះ អ្នកគួររង់ចាំពេលដល់ទៅពីរម៉ោងសំរាប់ការទទួលទានភេសជ្ជៈមានជាតិស្រាតាមកំរិតស្តង់ដារនីមួយៗ នៅមុនពេលឲ្យកូនបៅដោះអ្នក (ឧទាហរណ៍: បើអ្នកទទួលទានភេសជ្ជៈមានជាតិស្រាចំនួនបួនស្តង់ដារ អ្នកគួររង់ចាំពេលប្រាំបីម៉ោង មុនពេលឲ្យកូនបៅដោះអ្នក)។

ការជក់បារី

ស្ត្រីដែលឲ្យកូនបៅដោះ គួរបញ្ឈប់ការជក់បារី ឬយ៉ាងហោចណាស់ក៏កាត់បន្ថយឲ្យបានច្រើនទៅតាមលទ្ធភាពដែរ។ អ្នកមិនគួរជក់បារីនៅចំពេលមុនអ្នកឲ្យកូនបៅដោះ ឬនៅពេលដែលអ្នកស្ថិតនៅក្នុងបន្ទប់ជាមួយទារកអ្នកឡើយ។ បើអ្នកត្រូវការជំនួយដើម្បីបញ្ឈប់ការជក់បារី សូមស្វែងរកឱវាទពីវេជ្ជបណ្ឌិតឬឱសថការីរបស់អ្នក។

បណ្ណ័ពត៌មាននេះ មានគោលបំណងធ្វើជាការណែនាំតែប៉ុណ្ណោះ។ បើអ្នកត្រូវការពត៌មានបន្ថែម សូមសាកសួរវេជ្ជបណ្ឌិត ឱសថការី គិលានុបដ្ឋាកសុខភាពមាតានិងទារករបស់អ្នក ឬទាក់ទង Royal Women’s Hospital Drug Information Centre ។

The Royal Women's Hospital Drug Information Centre
ពេលម៉ោង: 9 ព្រឹក – 5 ល្ងាច ថ្ងៃច័ន្ទ – ថ្ងៃសុក្រ
ទូរស័ព្ទ: (03) 8345 3190
Email: drug.information@thewomens.org.au
ក្រោយពេលម៉ោងធ្វើការ: ម៉ាស៊ីនថតទុកបណ្តាំ
ទូរសារ: