



ดมยาดมบ่อยๆ... อันตรายหรือไม่

ยาดม จัดเป็นยาสามัญประจำบ้าน สำหรับใช้ภายนอก เพื่อบรรเทาอาการวิงเวียนศีรษะ คัดจมูก หรืออาจใช้สูดดมเพื่อความสดชื่น

- ยาดมที่วางขายกันทั่วไป ในท้องตลาด โดยส่วนใหญ่จะมีส่วนประกอบของการบูร พิมเสน เมนทอล รวมไปถึงน้ำมันหอมระเหยจากสมุนไพรต่าง ๆ
- การสูดดมในปริมาณที่มากเกินไปและบ่อยครั้ง อาจส่งผลต่อเยื่อบุโพรงจมูก เกิดการอักเสบ หรือเกิดการระคายเคืองบริเวณทางเดินหายใจเมื่อสูดดม



คำแนะนำการใช้ยาดมให้ปลอดภัย



- ยาดมบรรเทาอาการวิงเวียน หน้ามืด ตาลายเพียงชั่วคราว หากมีอาการรุนแรงหรือเป็นบ่อย ควรปรึกษาแพทย์
- หากเป็นโรคที่เกี่ยวข้องกับโพรงจมูกควรหลีกเลี่ยง เพราะหากสูดดมที่เข้มข้นมากๆ อาจก่อให้เกิดการระคายเคืองมากขึ้น
- ยาดมรูปแบบน้ำหรือซีฟิ่ง ควรป้ายใส่ผ้า หรือทาบางๆ ที่หน้าอก แล้วสูดไอระเหย
- ควรสูดดมใกล้ๆ แต่ไม่สัมผัสโดยตรง ไม่ควรให้หลอดยาเข้าไปค้างในจมูก เนื่องจาก สารทุกตัวอาจทำให้ระคายเคืองเมื่อสัมผัส
- ไม่ควรใช้ยาดมของผู้อื่น เพราะอาจเสี่ยงต่อการสัมผัสปนเปื้อนเชื้อโรคได้
- ควรเก็บยาไว้ในอุณหภูมิห้อง ให้พ้นจากมือเด็กและแสงแดด และหมั่นตรวจสอบวันหมดอายุของยา

เอกสารอ้างอิง

1. กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา. ยาดมอย่างไรให้ถูกวิธี. [ออนไลน์]; 2560 [เข้าถึงเมื่อ 25/10/66]. เข้าถึงได้จาก: http://oryor.com/media/infoGraphic/media_printing/1224?ref=search2.
2. ยิวดี วงษ์กระจำง. ภาควิชาสรีรวิทยา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล. ยาดมมีอันตรายหรือไม่. [ออนไลน์]; 2564 [เข้าถึงเมื่อ 25/10/66]. เข้าถึงได้จาก: <http://pharmacy.mahidol.ac.th/th/knowledge/article/106/ยาดมมีอันตรายหรือไม่/>

ผู้ตั้งบทความ : กลุ่มงานวิชาการและแผนงาน กองเภสัชกรรม // Email : vck_rx@hotmail.com

