น้ำท่วม มา...ยาต้องใช้

น้ำท่วม ทำให้เกิดโรคต่างๆตามมาอีกด้วย อาทิ เช่น น้ำกัดเท้า ท้องร่วง โรคผิวหนังที่เกิดจากเชื้อรา ตาแดง ร้ายกว่านั้นก็ไปถึงขั้นของ โรคฉี่หนู อหิวาตกโรค ไทฟอยด์ หรือตับอักเสบ

ดังนั้นคงเป็นการดี ถ้าเราจะเตรียมพร้อมรับมือกับโรคต่างๆเหล่านี้โดยเตรียมยาเพื่อไว้ใช้เบื้องต้นกันดีกว่า พร้อมแล้วก็ไปดูกันเลยว่ามีอะไรบ้าง

กรณีน้ำกัดเท้า หรือโรคผิวหนังจากเชื้อรา

- ☐ ใช้ ขี้ผึ้งรักษาโรคกลากเกลื้อนหรือขี้ผึ้งวิทฟิลด์ (whitfield's ointment) ทาบริเวณที่มีอาการของน้ำกัดเท้า วันละ 2-3 ครั้ง ต่อเนื่องกัน 3-4 สัปดาห์ ต้องทาอย่างสม่ำเสมอ
- ☐ ยาฆ่าเชื้อราชนิดใช้ทาภายนอก เช่น ทอลนาฟเทต (tolnaftate), โคลไตรมาโซล ครีม (clotrimazole cream) และอื่นๆอีกหลายชนิด หลายยี่ห้อ ซึ่งถ้าอยากให้ชัวร์ ก็ปรึกษาเภสัชกรใกล้บ้าน

ท้องร่วง เป็น อาการพื้นๆ แต่ต้องระวังให้ดี เพราะอาจมีโรคที่รุนแรงแฝงอยู่ได้ เช่น ไทฟอยด์ หรืออหิวาตกโรคซึ่งก็พอสังเกตได้ง่ายๆ ว่า หากมีอาการปวดมวนท้องอย่างรุนแรง ร่วมกับมีไข้ หรือถ่ายเหลวเป็นน้ำซาวข้าวและเหม็นคาว ต้องรีบไปพบแพทย์ทันที นอกนั้นอาจยังพอดูแลตัวเองโดยใช้ยาพื้นฐานได้ดังนี้

- ☐ ผงเกลือแร่ หรือ โอ.อาร์.เอส (ORS) เพื่อใช้ทดแทนน้ำหรือเกลือแร่ที่สูญเสียไปซึ่ง ผงเกลือแร่นี้มีเคล็ดลับสำคัญในการใช้ที่หลายคนอาจไม่รู้ ก็คือต้องละลายในน้ำที่ไม่ร้อนจัดจนเกินไป หรือใช้น้ำต้มสุกที่เย็นลงแล้วเท่านั้น อีกทั้งเวลาดื่มก็ต้องค่อยๆจิบ อย่าไปซดทีเดียวหมด
- ☐ ผงถ่านที่ใช้ทางยา (activated charcoal or medicinal charcoal) มีคุณสมบัติในการดูดซึมสารพิษ ในทางเดินอาหาร รับประทานครั้งละ 3 เม็ด วันละ 3-4 ครั้ง ขณะท้องว่าง หลังรับประทานยานี้ อาจมีอาการอุจจาระที่ออกมาเป็นสีดำคล้ำกว่าปกติ

ตาแดง ระวังอย่าเอามือไปขยี้หรือเกาเด็ดขาดเพราะจะยิ่งทำให้เป็นมากขึ้น ทางที่ดีควรรีบปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรโดยเร็ว

- สำหรับการใช้ยานั้นแพทย์หรือเภสัชกรมักจะให้ยาหยอดตาที่เป็นยาต้านเชื้อ หากเป็นยาหยอดตา คลอแรมเฟนิคอล (chloramphenicol) มีข้อควรระวังคือ ต้องจัดเก็บยาในตู้เย็น ทีนี้ถ้าบ้านคุณน้ำท่วมแล้วตู้เย็นไม่สามารถใช้ได้ก็อาจต้องใช้กระติกน้ำแข็งแทนหรือก็ควรแจ้งให้แพทย์หรือเภสัชกรทราบเพื่อเปลี่ยนไปใช้ยาตัวอื่นที่ไม่ต้องเก็บในตู้เย็นแทน

อาการหรือโรคอื่นๆ ที่รุนแรงและนอกเหนือไปจากที่กล่าวมาอันนี้ต้องขอให้ไปพบแพทย์ แต่อย่างไรก็ตามการป้องกันและดูแลตนเองให้ถูกต้องตามสุขอนามัยขั้นพื้นฐาน เช่น บริโภคอาหารและน้ำที่สะอาด สวมรองเท้ายางทุกครั้งที่ต้องเดินผ่านบริเวณน้ำท่วมขัง ตลอดจนทำความสะอาดร่างกายและระวังไม่ให้เกิดแผล ล้วนแล้วแต่เป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด

ข้อมูลอ้างอิง

1. Armstrong, L., Goldman, P., Lacy, F., Lance, L.,2003, Drug Information Handbook, Lexi-Comp'sCanada
2. นายแพทยสุรเกียรติ อาชานุภาพ, ตำราการตรวจรักษาโรคทั่วไป,บริษัท พิมพ์ดี จำกัด, กรุงเทพมหานคร