

น้ำท่วม ยาอะไรต้องมี?

เช็กให้ครบ ก่อน - ระหว่าง - หลังน้ำท่วม



ก่อนน้ำท่วม

“เตรียมยาให้พร้อม
ก่อนเดินทางไปหาหาไม่ได้”



ยาประจำตัว (สำคัญที่สุด)

- ยาความดัน • ยาเบาหวาน
- ยาโรคหัวใจ • ยาเก้ไข
- ยาที่ต้องรับประทานต่อเนื่องอื่น ๆ



เตรียมให้เพียงพอตลอดช่วงที่อาจ
เดินทางออกจากพื้นที่ไม่ได้ เก็บยา + ฉลากยา
ในถุงกันน้ำ



ยาสามัญที่ควรมี

- ✓ พาราเซตามอล (ใช้/ปวด)
- ✓ ผงเกลือแร่ ORS (ท้องเสีย/ป้องกันขาดน้ำ)
- ✓ ยาแก้แพ้ (แพ้/คัน)
- ✓ ยาลดกรด/ยาแก้ท้องอืด (ตามอาการ)
- ✓ ยาแก้ปวด (ลดความเสี่ยงโรคจากยุง)
- ✓ คาลาไมน์/ผลิตภัณฑ์บรรเทาอาการคัน (ตามข้อบ่งใช้)



ชุดทำแผล

- ✓ น้ำเกลือสำหรับล้างแผล
- ✓ พลาสเตอร์ ผ้าก๊อช
- ✓ ยาฆ่าเชื้อ/ไอโอดีน (เช่น โพวิโดน-ไอโอดีน)
- ✓ อุปกรณ์ปฐมพยาบาล



เก็บทั้งหมดในกล่อง/ถุงที่กันน้ำ
และหยิบได้ทันที



ระหว่างน้ำท่วม

“น้ำท่วมไม่ได้ทำให้ยาปลอดภัยน้อยลง
แต่ทำให้การเก็บยาและการเข้าถึงยา
ทำได้ยากขึ้น”

1 ยาเปียก = อย่ารีบใช้

หากยาโดนน้ำหรือมีความชื้นสูง
ให้ตรวจสอบก่อนใช้ และทิ้ง/หลีกเลี่ยงยา หาก



- เม็ดยาเปลี่ยนสี
- เม็ดยาบวม แตก ร่วน หรือเหนียว
- แคปซูลเปลี่ยนรูป
- ฉลากอ่านไม่ได้
- บรรจุภัณฑ์เสียหายหรือมีน้ำเข้า

2 ท้องเสีย → ORS มาก่อน



- ✓ ใช้ ORS ตามวิธีผสมบนซอง
- ✓ จิบบ่อย ๆ

⚠ ไม่ควรซื้อยาปฏิชีวนะมากินเอง
เพียงเพราะท้องเสีย

ยาปฏิชีวนะจำเป็นเฉพาะบางกรณี
และควรพบแพทย์หากมีไข้สูง หนาวสั่น
หรือถ่ายเป็นมูกเลือด

3 แผล/น้ำกัดเท้า

- หลีกเลี่ยงการให้แผลสัมผัสน้ำสกปรก
- ถ้ามีแผล → ล้าง → ทำความสะอาด → ปิดแผล
- ดูแลแผล/คัน เลือกผลิตภัณฑ์ให้เหมาะสม
และปรึกษาเภสัชกรหากไม่แน่ใจ

4 อย่าลืม “ยาแก้ยุง”

หลังน้ำท่วมยุงเพิ่มขึ้น
ใช้ผลิตภัณฑ์ป้องกันยุงตามฉลาก
โดยเฉพาะในพื้นที่เสี่ยง



หลังน้ำลด

“น้ำลดแล้ว ≠ ความเสี่ยงลดทันที”

ระวังแผลติดเชื้อ โรคผิวหนัง ท้องเสีย
และโรคที่มากับน้ำ/สิ่งแวดล้อมปนเปื้อน



ดูแลแผลเป็นพิเศษ

หากมีแผลจากการลุยน้ำหรือถูกของมีคม

- 1 ล้างแผลให้สะอาด
- 2 ใช้น้ำเกลือสำหรับล้างแผลได้
- 3 ทำแผลและปิดแผล
- 4 สังเกตอาการติดเชื้อ



หากมีบวม แดง ร้อน ปวดมากขึ้น
มีหนอง หรือมีไข้ → พบแพทย์



น้ำกัดเท้า / เชื้อราที่ผิวหนัง

- ✓ ล้างและเช็ดเท้าให้แห้ง
- ✓ เปลี่ยนถุงเท้า/รองเท้าที่เปียก
- ✓ หลีกเลี่ยงการเกา
- ✓ หากเป็นผื่นมากหรือไม่ดีขึ้น
ให้ปรึกษาเภสัชกร/แพทย์



เฝ้าระวังโรคหลังน้ำลด

- ✓ ท้องเสีย
- ✓ น้ำกัดเท้า
- ✓ ตาแดง
- ✓ โรคฉี่หนู และโรคติดเชื้ออื่น ๆ



ยา 4 กลุ่ม
ที่ไม่ควรซื้อกินเอง
แบบสุ่ม



ยาปฏิชีวนะ

ไม่ใช่ยาสำหรับท้องเสีย
ทุกกรณี และไม่ควรรักษา
โดยไม่จำเป็น



ยาสเตียรอยด์

ควรใช้ตามคำแนะนำ
ของแพทย์/เภสัชกร



ยาแก้ชักแบบบางชนิด

อาจไม่เหมาะกับทุกคน
โดยเฉพาะผู้มีโรคประจำตัว
หรือใช้ยาบางชนิด



ยาหยุดถ่าย

ไม่ควรใช้ทุกครั้งที่ท้องเสีย
เพราะเสี่ยงภาวะขาดน้ำ
และอาการรุนแรงขึ้น



อาการแบบนี้
อย่ารักษาเอง

ควรพบแพทย์/ขอความช่วยเหลือทางการแพทย์ หากมี

- ไข้สูงหรือไข้นาน
- ถ่ายเป็นเลือด/มูกเลือด
- ท้องเสียมากจนมีอาการขาดน้ำ
- แผลบวม แดง ร้อน มีหนอง
- มีไข้ร่วมกับแผลหลังลุยน้ำ
- อาการผิดปกติรุนแรงหรือเยื้อง



โดยเฉพาะ

เด็กเล็ก ผู้สูงอายุ
หญิงตั้งครรภ์
และผู้มีโรคประจำตัว
ควรระมัดระวังเป็นพิเศษ



“ยาเปียก ยาเปลี่ยนสภาพ หรือไม่แน่ใจ → อย่าเสี่ยงใช้ ปรึกษาเภสัชกรก่อน”



ดูแลตัวเองวันนี้
ปลอดภัยในวันหน้า