



## 10 เคล็ดไม่ลับ การป้องกันการใช้จ่ายผิดพลาด

ภก. วิษณุ โรจน์เรืองโร

กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค

การใช้จ่ายที่ผิดพลาดสามารถเกิดได้ทุกที่แม้กระทั่งที่บ้านของผู้ป่วยเอง ผู้ป่วยหลายคนอาจเคยมีประสบการณ์การใช้จ่ายที่ผิดพลาด อาจรุนแรงบ้างหรือไม่รุนแรงบ้าง แต่ปัญหาเหล่านี้สามารถป้องกันและลดความเสี่ยงที่อาจจะเกิดขึ้นได้ เราลองมาศึกษาเคล็ดไม่ลับ 10 วิธี ที่ไม่ยากสำหรับทุกคนกัน

### 1. ทำให้แน่ใจว่าแพทย์ของคุณทราบเกี่ยวกับทุกสิ่งที่คุณรับประทาน

โดยเฉพาะพวก ผลิตภัณฑ์ยา ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร เช่น วิตามินและสมุนไพร เป็นต้น

### 2. นำยาหรือผลิตภัณฑ์เสริมอาหารของคุณติดตัวไปด้วยเวลาไปพบแพทย์

เพื่อที่แพทย์จะได้ปรับปรุงข้อมูลประวัติทางการแพทย์ของคุณ หรือคุณอาจสอบถามข้อสงสัยเกี่ยวกับการใช้ผลิตภัณฑ์ดังกล่าวได้ด้วย

### 3. ทำให้แน่ใจว่าแพทย์ของคุณทราบเกี่ยวกับข้อมูลการแพ้ยาของคุณ

เรื่องนี้ถือเป็นเรื่องที่สำคัญมากๆเรื่องหนึ่ง เพราะการใช้จ่ายที่ก่อให้เกิดการแพ้ยาได้นั้น อาจก่อให้เกิดผลร้ายแรงถึงขั้นเสียชีวิตได้ หากแพทย์ทราบเรื่องดังกล่าว แพทย์สามารถหลีกเลี่ยงการใช้จ่ายดังกล่าวได้

### 4. ทำให้แน่ใจว่าคุณสามารถอ่านใบสั่งยาที่แพทย์เขียนออก

ในเมื่อท่านไม่สามารถอ่านรายละเอียดในใบสั่งยาออกได้ เกสัชกรที่มีหน้าที่ในการจ่ายยาให้ท่านก็มีโอกาสอ่านไม่ออกด้วย ซึ่งถือว่าเป็นการลดความผิดพลาดในการจ่ายยาผิดประเภทได้ แต่ในที่นี้ไม่ได้หมายความว่าท่านต้องเข้าใจความหมายในรายละเอียดทั้งหมด เพราะอาจเป็นคำย่อ สัญลักษณ์ หรือคำเฉพาะที่ใช้ในการแพทย์ที่ท่านอาจไม่มีความจำเป็นต้องเข้าใจก็ได้

### 5. ถามข้อมูลเกี่ยวกับยาที่ได้รับให้เข้าใจ หากสงสัยให้ถามแพทย์ที่สั่งยาหรือเภสัชกรที่จ่ายยาให้คุณ

คำถามหลักๆที่ควรถาม เช่น ยาตัวไหนใช้สำหรับรักษาอะไร มีวิธีใช้อย่างไร (ใช้รับประทานหรือใช้ภายนอก ใช้เมื่อใด บ่อยครั้งแค่ไหน และต้องใช้เป็นเวลานานเท่าใด) มีผลข้างเคียงอะไรหรือไม่ และต้องปฏิบัติตนอย่างไรเมื่อเกิดผลข้างเคียง ระหว่างใช้จ่ายดังกล่าวจะต้องหลีกเลี่ยงการรับประทานผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร อาหาร เครื่องดื่ม หรือกิจกรรมบางประเภทหรือไม่

### 6. เมื่อคุณได้รับยาต้องตรวจสอบให้แน่ใจว่าได้รับยาถูกต้อง

ในกรณีที่ท่านไม่ทราบว่าแพทย์สั่งยาอะไรให้บ้าง คุณสามารถถามเภสัชกรที่จ่ายยาให้คุณได้ว่าแพทย์สั่งยาอะไรให้คุณบ้าง หรืออย่างน้อยที่สุด คุณควรตรวจสอบว่าเป็นยาของคุณจริงๆ เพื่อป้องกันการผิดพลาดที่คุณอาจได้รับยาของผู้ป่วยรายอื่นๆ

### 7. ถ้ามีคำถามใดๆเกี่ยวกับวิธีการใช้จ่ายตามฉลากหรือเอกสารกำกับยา ให้ถามแพทย์หรือเภสัชกร

บางครั้งคำอธิบายบนฉลากหรือเอกสารกำกับยาอาจยากในการทำความเข้าใจ หรืออาจทำให้เข้าใจผิดพลาดได้ แต่ที่สำคัญที่สุดก็คืออย่าลืมอ่านฉลากก่อนใช้ยาทุกครั้งด้วย

#### 8. ถามเภสัชกรถึงวิธีตวงยา น้ำ หรือวิธีการใช้เครื่องมือในการตวง ถ้าท่านไม่แน่ใจ

วิธีนี้ฟังดูเหมือนไม่มีสาระ แต่ในความเป็นจริงแล้วมีผู้ที่เข้าใจผิดในเรื่องดังกล่าวอยู่มาก เช่นแพทย์ระบุว่าให้รับประทานยาครั้งละ 1 ซ้อนโต๊ะ ผู้ป่วยบางท่านใช้ช้อนที่รับประทานอาหารโดยทั่วไปมาตวง หรือ 1 ช้อนชา ก็ใช้ช้อนที่ชงกาแฟมาตวง ซึ่งเป็นความเข้าใจที่ผิด ทั้งนี้ต้องใช้ช้อนตวงที่ทางเภสัชกรให้มาเท่านั้น จึงจะได้รับยาในปริมาณที่ถูกต้อง เพราะในทางการแพทย์ 1 ซ้อนโต๊ะ เท่ากับ 15 ซีซี (มิลลิลิตร) และ 1 ช้อนชา เท่ากับ 5 ซีซี (มิลลิลิตร)

#### 9. ขอให้แพทย์หรือเภสัชกรเขียนอาการข้างเคียงในการใช้ยาที่อาจเกิดขึ้น พร้อมแนวทางแก้ไข

ผู้ป่วยบางท่านอาจจะจำอาการข้างเคียงที่อาจเกิดขึ้นจากการใช้ยาได้ไม่หมด ในกรณีที่ได้รับประทานยาหลายชนิด ถือว่าเป็นการป้องกันอันตรายไว้ก่อน เตรียมความพร้อมก่อนเหตุการณ์จะเกิดขึ้น นอกจากนั้นยังเป็นการทำให้ผู้ป่วยตื่นตัว แจ้งอาการที่เกิดขึ้นให้แพทย์ทราบอย่างทันท่วงที ก่อนที่ผู้ป่วยจะมีอันตรายที่ร้ายแรง

#### 10. พยายามเรียนรู้เกี่ยวกับอาการและการรักษาโรคของคุณ

โดยการถามแพทย์ นางพยาบาล หรือเภสัชกรที่รักษาคุณ และถ้าเป็นไปได้ ให้หาแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือแหล่งอื่น เพื่อตรวจสอบให้มีความมั่นใจหรือในบางกรณีอาจได้ข้อมูลทางเลือกอื่นที่ดีกว่า

จะเห็นได้ว่า 10 วิธีดังกล่าว ไม่ใช่เรื่องยากมากมายอะไร เพียงแต่คุณกล้าและตั้งใจปฏิบัติอย่างจริงจัง มั่นใจได้เลยว่าโอกาสที่คุณจะพบกับประสบการณ์ที่เลวร้ายจากการใช้ยาผิดพลาดจะลดน้อยลง

#### **บรรณานุกรม**

Agency for Healthcare Research and Quality, Rockville, MD. *20 Tips to Help Prevent*

*Medical Errors*. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก :

<http://www.ahrq.gov/consumer/20tips.htm> 2556