



โรคเบาหวาน

ข้อแนะนำเบื้องต้นสำหรับผู้ป่วย คืองดอาหารหวาน มัน และกินยาอย่างสม่ำเสมอ โดยแนะนำให้ปรับวิธีรับประทานยาดังนี้

- ยามื้อก่อน/หลังอาหารเช้า และ/หรืออาหารเที่ยง ให้เลื่อนไปรับประทานตอนมื้ออาหารเย็นหลังเปิดปอด (Iftar)
- ยามื้อก่อน/หลังอาหารเย็น ให้เลื่อนไปรับประทานตอนมื้ออาหารเช้ามืด (Sahur) และลดจำนวนลดครึ่งหนึ่ง

ตัวอย่าง

วิธีรับประทานยาเดิม	วิธีรับประทานยาเดือนรอมฎอน
ยารับประทาน หลัง อาหาร เช่น Metformin	
1 เม็ด เช้า	1 เม็ด เปิดปอด
1 เม็ด เช้า-เย็น	1 เม็ด เปิดปอด 1 เม็ด ซาฮูร์
1 เม็ด เช้า-เที่ยง-เย็น	2 เม็ด เปิดปอด 1 เม็ด ซาฮูร์
2 เม็ด เช้า-เย็น	2 เม็ด เปิดปอด 2 เม็ด ซาฮูร์
2 เม็ด เช้า-เที่ยง-เย็น	2 เม็ด เปิดปอด 2 เม็ดก่อนนอน 2 เม็ด ซาฮูร์
ยารับประทาน ก่อน อาหาร เช่น Glibenclamide, Glipizide	
1 เม็ด เช้า	1 เม็ด เปิดปอด
2 เม็ด เช้า	2 เม็ด เปิดปอด
1 เม็ด เช้า-เย็น	1 เม็ด เปิดปอด ครึ่งเม็ด ซาฮูร์
2 เม็ด เช้า-เย็น	2 เม็ด เปิดปอด 1 เม็ด ซาฮูร์
ยาฉีด 40 ยูนิตเช้า 12 ยูนิตเย็น	ฉีด 40 ยูนิตเปิดปอด 6 ยูนิตซาฮูร์
ยา Pioglitazone(Utmos [®] , Actos [®]) Glimpiride(Amaryl [®]) ซึ่งปกติกินตอนเช้าให้กินเท่าเดิม โดยให้กินก่อนหรือหลังเปิดปอดก็ได้	

หมายเหตุ ยาลดระดับน้ำตาลในเลือดที่ต้องทานก่อนอาหาร จำเป็นต้องรับประทานอาหารหลังกินยาเสมอ เพราะถ้าไม่กินอาหาร ฮอริโมนอินซูลินที่ถูกกระตุ้นให้หลั่งออกมาจะทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดต่ำกว่าระดับปกติ จนอาจเกิด อาการข้างเคียงที่รุนแรงได้ เช่น ใจสั่น ใจหวิว มือสั่น หน้ามืด เหงื่อแตก อ่อนเพลีย คล้ายจะเป็นลม เป็นต้น

ผู้ป่วยที่มีอาการปวด หรือต้องใช้ยาแก้ปวด ลดการอักเสบ (NSAIDs)

ให้รับประทานยาหลังอาหารเปิดปอดและหลังอาหารช่วงเช้ามีด (ซาฮูร์) หรืออาจเพิ่มตอนก่อนนอนอีกสักมื้อ สำหรับยาที่ต้องรับประทานวันละ 3 ครั้ง แต่ต้องเฝ้าระวังเรื่องผลข้างเคียงที่จะเกิดขึ้น เช่น โรคกระเพาะอาหารจากยาแก้ปวดลดการอักเสบ ซึ่งแนะนำให้รับประทานหลังอาหารทันทีหรืออาจจ่ายยาป้องกันการหลังกรดในกระเพาะอาหาร เช่น Omeprazole 20 mg

การบริหารยาปฏิชีวนะ (Antibiotics)

ในช่วงรอมฎอนเราสามารถปรับเปลี่ยนจากการรับประทานเวลาเช้า เทียง เย็น ให้เป็นตอนเปิดปอด ก่อนนอน และช่วงเช้ามีด(Sahur) สำหรับยาที่ต้องรับประทานสี่เวลา เช่น

- Dicloxacillin ที่รับประทานวันละ 4 ครั้ง อาจทานเป็น 1 เม็ด เปิดปอด 1 เม็ด ก่อนนอน 2 เม็ด ซาฮูร์ เพื่อเพิ่มระดับยาในช่วงเช้า
- Amoxicillin รับประทานครั้งละ 1 เม็ดวันละ 4 ครั้ง สามารถรับประทานเป็นครั้งละ 2 เม็ด หลังเปิดปอด และ 2 เม็ดหลังอาหารซาฮูร์

การบริหารยาอื่นๆ

1. ยาที่รับประทานมื้อเช้า ให้รับประทานมื้อหัวรุ่ง (ซาฮูร์)
2. ยาที่รับประทานมื้อเย็น ให้รับประทานมื้อเปิดปอดตอนเย็น

การบริหารยาที่ไม่เสียการถือศีลอด

- 1.) ยาหยอดตา ยาทา ยาป้าย และหยอดหู แต่หากรู้สีชมพูในคอ ให้บ้วนออก ห้ามกลืน
- 2.) ยาหยอดจมูก ยาพ่นจมูก และ Inhaler ยกเว้น ยาที่ต้องใช้แรงสูด ถือว่าเสียศีลอด แต่ทั้งนี้ทั้งนั้น หากจำเป็นต้องสูดพ่นทุกวัน ถ้าไม่พ่นจะเป็นผลเสียต่อร่างกาย ศาสนาอนุญาตให้พ่นได้ โดยไม่เสียศีลอด
- 3.) สารทุกชนิดที่ผ่านเข้าไปในร่างกายทางผิวหนัง เช่น ครีม ขี้ผึ้ง พลาสเตอร์
- 4.) การฉีดยาผ่านผิวหนัง กล้ามเนื้อ ข้อต่อ หรือเส้นเลือดดำ ยกเว้น การให้สารอาหารทางเส้นหลอดเลือดดำ (Intravenous feeding) การฉีดยาบำรุง (ให้น้ำเกลือ)
- 5.) การให้ออกซิเจนและก๊าซดมยา

- 6.) การอมยาเม็ด Isosorbide dinitrate และ Nitroglycerin ที่ผ่านการอมใต้ลิ้นสำหรับการรักษาโรค Angina
 - 7.) การแปรงฟัน การบ้วนปากด้วยน้ำยาบ้วนปาก, น้ำยาแก้อักเสบ หรือยาพ่นทางปาก แต่ต้องไม่กลืน
 - 8.) การใช้กลั้วช่องคอ หลอดลม และปอด
 - 9.) เลือดกำเดาไหลออกมาทางจมูก เลือดที่ไหลซึมตามซอกฟันและเหงือก
- 10.) การเจาะเลือด ตรวจเลือด บริจาคเลือด ผ่าฝีและหนอง
- 11.) การเหน็บยารักษาโรคผิวหนังทวารหนัก แต่ต้องไม่เข้าไปลึกจนเกินไปสู่ภายในร่างกาย

หะดีษบันทึกโดย อบูยูซัยฟะ ดาอูด, บุคอรี, อิบน์ มาญะฮฺ จากท่านอิบนุอับบาส กล่าวว่า “แท้จริงท่านรอซูลุลลอฮฺ (ศ็อล) เคยได้รับการกรอกเลือดขณะถือศีลอด”

แผนกเภสัชกรรม โรงพยาบาลศิริโรส ยะลา

1 พฤษภาคม 2561

15 Sya'ban 1439

