ការប្រើថ្នាំបុរាណ

មនុស្សនៅជុំវិញពិភពលោក - រួមទាំងនៅសហរដ្ឋអាមេរិក - ប្រើថ្នាំបុរាណដើម្បីជួយពួកគេនៅពេលដែលពួកគេមិនមានអារម្មណ៍ល្អ ឬរក្សាឱ្យពួកគេមានសុខភាពល្អ។

ឧទាហរណ៏នៃប្រភេទថ្នាំបុរាណទាំងនេះគឺថ្នាំគ្រាប់ ម្សៅ តែ ឬផលិតផលព្យាបាលផលិតពីរុក្ខជាតិ ឬឱសថបុរាណពីប្រទេសកំណើតរបស់អ្នក ឬដែលអ្នករកឃើញនៅសហរដ្ឋអាមេរិកនេះ។

ថ្នាំបុរាណទាំងនេះមានសុវត្ថិភាព និងល្អសម្រាប់អ្នក ប៉ុន្តែថ្នាំមួយចំនួនក៏មិនដូច្នេះដែរ។ វេជ្ជបណ្ឌិត និងឱសថការីនៅសហរដ្ឋអាមេរិកនឹងលើកទឹកចិត្តឱ្យអ្នកប្រើថ្នាំបុរាណ ប្រសិនបើថ្នាំបុរាណទាំងនោះមានសុវត្ថិភាព។

ប្រាប់វេជ្ជបណ្ឌិត និងឱសថការីរបស់អ្នកអំពីថ្នាំបុរាណដែលអ្នក ឬកូនរបស់អ្នកឲ្យនៅប្រើ។ តាមការពិត វាជាការល្អយកថ្នាំទាំងនេះទៅជាមួយអ្នកនៅពេលណាត់ជួបគ្រូពេទ្យអ្នកលើកក្រោយ។

នេះជាហេតុផលចម្បងដែលសំខាន់ក្នុងការពិភាក្សាអំពីអ្វីដែលអ្នកកំពុងលេប ជាមួយគ្រូពេទ្យអ្នក ឬឱសថការីរបស់អ្នកៈ

- ប្រសិនបើអ្នកកំពុងប្រើប្រាស់ថ្នាំតាមវេជ្ជបញ្ជា ជួនកាលថ្នាំបុរាណក៏មានប្រតិកម្មជាមួយនឹងថ្នាំតាមវេជ្ជបញ្ជាដែរ។ នេះអាចធ្វើឱ្យអ្នកឈឺ ឬអាចធ្វើឱ្យថ្នាំរបស់អ្នកចុះខ្សោយ។
- ដូចគ្នានេះផងដែរ ប្រសិនបើអ្នកញ៉ាំថ្នាំពីរុក្ខជាតិ គ្រឿងទេស ខ្ទឹមស ឬខ្ញីបរិមាណច្រើន សម្រាប់សុខភាពរបស់អ្នក នោះវាក៏អាចប្រតិកម្មជាមួយនឹងថ្នាំតាមវេជ្ជបញ្ជាបានដែរ។

- ជួនកាល ថ្នាំបុរាណមានគ្រឿងផ្សំផ្សេងៗ ដែលប៉ះពាល់ដល់រាងកាយ។ គ្រាន់តែដោយសារតែថ្នាំទាំងនោះជាធម្មជាតិមិនមែនមានន័យថាវាធ្វើឱ្យមានសុខភាពល្អនោះទេ។
  ឧទាហរណ៍ មានការរកឃើញថា ម្សៅមួយចំនួនពីប្រទេសភូមាដែលត្រូវបានគេប្រើសម្រាប់បញ្ហាក្រពះមានបរិមាណជាតិសំណ និងអាសេនិចច្រើន។ ជាតិសំណ និងអាសេនិចមានគ្រោះថ្នាក់ដល់រាងកាយយ៉ាងខ្លាំង។ ប្រភេទម្សៅទាំងនេះអាចធ្វើឱ្យអ្នកឈឺ ហើយជាពិសេសវាបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់កុមារ។

កុំភ័យខ្លាចក្នុងការនិយាយជាមួយគ្រូពេទ្យ ឬឱសថការីរបស់អ្នកអំពីបញ្ហានេះ។ វាមានសារៈសំខាន់ណាស់សម្រាប់សុខភាពរបស់អ្នក ដែលអ្នកត្រូវចែករំលែកព័ត៌មាននេះ។

Using Traditional Medicines

People all around the world – including in the United States –use traditional medicines to help them when they are not feeling well or to keep themselves healthy.

Examples of these types of traditional medicines are pills, powders, teas or healing products made from plants or herbs from your home country or that you find here in the US.

Many of these traditional medicines are safe and are good for your health, but some are not. Doctors and pharmacists in the United States will encourage you to take traditional medicines if they are safe.

Tell your doctor and pharmacist about any traditional medicines you or your child may be using. In fact, it's a good idea to take these medicines with you to your next doctor appointment.

Here are the main reasons why it is important to discuss what you are taking with your doctor or pharmacist:

- If you are taking prescription medications, sometimes traditional medicines interact with the prescription medication. This can make you sick or can make your medication weak.
- Also, if you eat large amounts of herbs, spices, garlic or ginger for your health, this can also interact with your prescription medications.
- Sometimes traditional medicines have ingredients that are harmful to the body. Just because they are natural does not mean they are healthy.

  For example, it was discovered that some powders from Burma that are used for stomach problems had large amounts of lead and arsenic in them. Lead and arsenic are very harmful to the body. These types of powders can make you sick and are especially harmful to children.

Don't be afraid to talk with your doctor or pharmacist about this. It is important for your health that you share this information.