

Sử dụng thuốc cổ truyền

Mọi người trên khắp thế giới – bao gồm cả những người sống tại Hoa Kỳ – sử dụng thuốc cổ truyền để trợ giúp khi họ cảm thấy không khỏe hoặc để duy trì sự khỏe mạnh cho bản thân.

Ví dụ về các loại thuốc cổ truyền như vậy gồm thuốc viên, bột, trà hoặc các sản phẩm chữa bệnh được làm từ thực vật hoặc thảo dược từ nước sở tại của bạn hoặc bạn tìm thấy tại Hoa Kỳ.

Nhiều loại thuốc trong số những loại thuốc cổ truyền này an toàn và tốt cho sức khỏe của bạn, nhưng một số thì không. Các bác sĩ và dược sĩ tại Hoa Kỳ sẽ khuyến khích bạn sử dụng thuốc cổ truyền nếu chúng an toàn.

Hãy cho bác sĩ và dược sĩ của bạn biết về bất kỳ loại thuốc cổ truyền nào mà bạn hoặc con của bạn có thể đang sử dụng. Trên thực tế, bạn nên mang theo các loại thuốc này tới buổi hẹn tiếp theo với bác sĩ.

Dưới đây là những lý do chính tại sao việc thảo luận về những loại thuốc bạn đang dùng với bác sĩ hoặc dược sĩ của mình lại rất quan trọng:

- Nếu bạn đang dùng thuốc theo toa, đôi khi các loại thuốc cổ truyền sẽ tương tác với thuốc theo toa. Điều này có thể khiến bạn mắc bệnh hoặc có thể làm thuốc của bạn kém hiệu quả.
- Ngoài ra, nếu bạn dùng một lượng lớn thảo mộc, gia vị, tỏi hoặc gừng để cải thiện sức khỏe của mình, chúng cũng có thể tương tác với thuốc theo toa của bạn.
- Đôi khi các loại thuốc cổ truyền có thành phần gây hại cho cơ thể. Chỉ vì chúng có nguồn gốc tự nhiên không có nghĩa là chúng có lợi cho sức khỏe.

Ví dụ, người ta đã phát hiện ra rằng một số loại bột của Myanmar được sử dụng để điều trị các vấn đề về dạ dày chứa một lượng lớn chì và asen trong đó. Chì và asen rất độc hại với cơ thể. Những loại bột này có thể làm cho bạn mắc bệnh và đặc biệt gây hại cho trẻ em.

Đừng ngại thảo luận với bác sĩ hoặc dược sĩ của bạn về điều này. Việc bạn chia sẻ thông tin này là rất quan trọng đối với sức khỏe của bạn.



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.