

คำสั่ง ให้เลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว

1. ข้อใดคือประโยชน์ของการใช้ยาถูกต้องที่สุด
 - ก. รักษาโรคให้หายขาด
 - ข. รักษาและควบคุมหรือบรรเทาอาการ
 - ค. ใช้ยาในการป้องกันโรค
 - ง. รักษาโรค บรรเทาอาการ และป้องกันโรค
2. ข้อใดคือยาแผนโบราณ
 - ก. ดับปลา
 - ข. ยาธาตุบรรจบ
 - ค. ดีเกลือ
 - ง. วานหางจระเข้
3. ยาแก้ไอ จัดเป็นยาประเภทใด
 - ก. ยาสามัญประจำบ้าน
 - ข. ยาแผนโบราณ
 - ค. ยาสมุนไพร
 - ง. ยาอันตราย
4. ข้อใดกล่าวได้ถูกต้องเกี่ยวกับยา
 - ก. ยามีแต่โทษ
 - ข. ยาให้แต่ประโยชน์
 - ค. ยามีทั้งประโยชน์และโทษ
 - ง. ยาใช้รักษาโรคได้บางชนิด
5. การแบ่งยาตามลักษณะวิธีการใช้ข้อใดถูกต้อง
 - ก. ยาทา ยาใช้ภายใน
 - ข. ยาใช้ภายใน ยาใช้ภายนอก
 - ค. ชุดยาปฐมพยาบาล ยาใช้ภายใน
 - ง. ยาใช้ภายใน ยาน้ำ
6. กฎกระทรวง(ยา) เมื่อประกาศในราชกิจจานุเบกษาแล้ว ให้บังคับใช้โดยคำแนะนำจากใคร
 - ก. รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข
 - ข. พนักงานและเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้อง

- ค. คณะกรรมการอาหารและยา
 - ง. คณะกรรมการผู้บริโภครและอุปโภค
7. ข้อใดไม่ใช่ข้อดีของยาสามัญประจำบ้าน
- ก. ราคาถูก
 - ข. หาซื้อได้ง่าย
 - ค. ซื้อรับประทานเองได้ ไม่ต้องปรึกษาแพทย์
 - ง. ไม่มีอัตราการเสี่ยงจากพิษของยา
8. ในฉลากยาแผนโบราณ ไม่จำเป็นต้องแสดงข้อใด
- ก. ปริมาณของยาที่บรรจุ
 - ข. เลขที่หรืออักษรแสดงครั้งที่ผลิต
 - ค. วันเดือนปีที่ยาหมดอายุ
 - ง. เลขที่หรือรหัสใบสำคัญการขึ้นทะเบียนตำรับยา
9. นายหวังรวย ทางลัด ผลิตยาแผนโบราณโดยไม่ได้รับอนุญาต มีความผิดต้องระวางโทษอย่างไร
- ก. ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกิน 1 ปี และปรับไม่เกิน 3,000 บาท
 - ข. ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกิน 2 ปี และปรับไม่เกิน 4,000 บาท
 - ค. ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกิน 3 ปี และปรับไม่เกิน 5,000 บาท
 - ง. ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกิน 5 ปี และปรับไม่เกิน 10,000 บาท
10. ข้อใดไม่ใช่หน้าที่ของผู้รับอนุญาตผลิตยาแผนโบราณ
- ก. จัดให้มีป้ายแสดงว่าเป็นสถานที่ผลิตยาแผนโบราณ
 - ข. จัดให้มีฉลากตามที่ขึ้นทะเบียนตำรับยานักไว้ที่ภาชนะ
 - ค. ทำบัญชียาที่ผลิตและขายตามที่กำหนดในกฎกระทรวง
 - ง. ควบคุมการขายให้เป็นไปตามมาตรา 69
11. การขอขึ้นทะเบียนตำรับยาแผนโบราณ ไม่ต้องแจ้งความละเอียดในข้อใด
- ก. ขนาดบรรจุ
 - ข. วิเคราะห์มาตรฐานของตัวยา
 - ค. ฉลาก
 - ง. เอกสารกำกับยา
12. ผู้รับผลิตยาแผนโบราณ ต้องจัดให้มีฉลากยาดังนี้ ยกเว้นข้อใด
- ก. ชื่อยา
 - ข. เลขทะเบียนตำรับยา
 - ค. วันเดือนปีที่ผลิตยา
 - ง. วันเดือนปีที่หมดอายุ

13. ยาที่ได้จากพฤษภชาติ สัตว์หรือแร่ ซึ่งมีได้ผสม ปรง หรือแปรสภาพคือข้อใด
- ก. ยาสมุนไพร
 - ข. ยาแผนโบราณ
 - ค. สมุนไพร
 - ง. ยาจากสมุนไพร
14. การโฆษณาขายยาแผนโบราณทางวิทยุกระจายเสียง โดยไม่ได้รับอนุมัติข้อความเสี่ยงจากผู้อนุญาต มีความผิดต้องรับโทษประการใด
- ก. ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกิน 1 เดือน หรือปรับไม่เกิน 1,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ
 - ข. ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกิน 1 เดือน หรือปรับไม่เกิน 2,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ
 - ค. ต้องระวางโทษปรับตั้งแต่ 5,000 บาท ถึง 100,000 บาท
 - ง. ต้องระวางโทษปรับไม่เกิน 100,000 บาท
15. ถ้าผู้ผลิตลักลอบผสมตัวยาสเตียรอยด์ลงไปในยาแผนโบราณตำรับที่ได้ขึ้นทะเบียนไว้ ถือว่าเป็นการผิดยาตามข้อใด
- ก. ยาผิดมาตรฐาน
 - ข. ยาปลอม
 - ค. ยาแผนปัจจุบัน
 - ง. ยาอันตราย
16. ข้อใดไม่จัดเป็นยาแผนโบราณ ตามความหมายใน พ.ร.บ. ยา พ.ศ. 2510 ฉบับที่มีผลบังคับใช้ในปัจจุบัน
- ก. ยาเขียวหอม
 - ข. ยาแคปซูลฟ้าทะลายโจร
 - ค. ยาใส่แผลทิงเจอร์ไอโอดีน
 - ง. ทั้ง 3 ข้อ ไม่ใช่ยาแผนโบราณ
17. สหกรณ์บ้านนาสาร ได้สนับสนุนให้สมาชิกทำยาฟ้าทะลายโจร โดยนำฟ้าทะลายโจรมาตากแห้งแล้วจำหน่าย กรณีนี้ให้วินิจฉัยว่าจะต้องดำเนินการอย่างไร
- ก. ต้องขอขึ้นทะเบียนตำรับยาก่อนจึงจะขายได้
 - ข. ต้องขอใช้ฉลากยาก่อนจึงจะขายได้
 - ค. ต้องขอมีเลขทะเบียนยาก่อนจึงจะขายได้
 - ง. สามารถกระทำได้ โดยไม่ต้องขึ้นทะเบียนตำรับยา เนื่องจากยาสมุนไพร ได้รับยกเว้น
18. ยาแผนโบราณ หมายความว่าอย่างไร
- ก. ยาที่มีมุ่งหมายสำหรับการประกอบโรคศิลปะแผนโบราณ
 - ข. ยาซึ่งอยู่ในตำรายาแผนโบราณที่รัฐมนตรีประกาศ
 - ค. ยาที่รัฐมนตรีประกาศเป็นยาแผนโบราณ

- ง. ถูกทุกข้อ
19. ยาสามัญประจำบ้าน หมายความว่าอย่างไร
- ก. ยาแผนปัจจุบันที่รัฐมนตรีประกาศเป็นยาสามัญประจำบ้าน
 - ข. ยาแผนโบราณที่รัฐมนตรีประกาศเป็นยาสามัญประจำบ้าน
 - ค. ถูกเฉพาะข้อ ก
 - ง. ถูกทั้ง ก และ ข
20. ข้อใดไม่ใช่ลักษณะของยาตำราหลวง
- ก. ได้จากพืชสมุนไพร
 - ข. มีทั้งชนิดยาใช้ภายนอกและใช้ภายใน
 - ค. ใช้เมื่อจำเป็นหรือเมื่อมีการเจ็บป่วยเล็กน้อยๆ
 - ง. ขวดยามีฉลากบอกสรรพคุณ ขนาดของยาและวิธีใช้
21. ข้อใดไม่ใช่ลักษณะของยาสามัญประจำบ้าน
- ก. มีคำว่า ยาสามัญประจำบ้านบนฉลาก
 - ข. บนฉลากใช้ตัวอักษรสีแดงทั้งหมด
 - ค. ประชาชนสามารถหาซื้อได้เอง ตามร้านขายยาทั่วไป
 - ง. เป็นยาที่ปลอดภัยระดับหนึ่ง ไม่จัดเป็นยาควบคุมพิเศษ
22. ยาอันตราย ตามพระราชบัญญัติยา พ.ศ. 2510 จะต้องมีสัญลักษณ์ใดบนฉลากยา
- ก. คำว่า “ยาอันตราย” เป็นอักษรสีแดง
 - ข. อักษรย่อ “ย.อ.”
 - ค. เครื่องหมายกากบาทสีแดง
 - ง. ไม่จำเป็นต้องมีสัญลักษณ์ แต่ต้องมีคำว่า “ยาอันตราย”
23. ฉลากของ “ยาสามัญประจำบ้าน” ที่ถูกต้องตามกฎหมาย จะต้องมีความใดระบุไว้ชัดเจน
- ก. มีคำว่า “ยาอันตราย”
 - ข. มีคำว่า “ยาสามัญประจำบ้าน” อักษรสีแดงในกรอบสี่เหลี่ยม
 - ค. มีรูปกากบาทสีเขียว
 - ง. ไม่จำเป็นต้องมีคำระบุ เพียงแค่มีฉลากชื่อยาก็เพียงพอ
24. ข้อใดไม่ใช่เป้าหมายหลักของการใช้ยา
- ก. บรรเทาอาการเจ็บป่วย
 - ข. ป้องกันการเกิดโรค
 - ค. เสริมสร้างภูมิคุ้มกันร่างกาย
 - ง. รับประทานเพื่อให้นอนหลับสบายตลอดเวลา
25. ยาในข้อใด ถูกควบคุมและมีความเข้มงวดในการจำหน่ายน้อยที่สุด
- ก. ยาควบคุมพิเศษ

- ข. ยาอันตราย
 - ค. ยาบรรจุน้ำหนักที่มีใช้ยาอันตรายหรือยาควบคุมพิเศษ
 - ง. ยาสามัญประจำบ้าน
26. ยาปฏิชีวนะ จัดเป็นยาประเภทใด
- ก. ยาสามัญประจำบ้าน
 - ข. ยาบรรจุน้ำหนัก
 - ค. ยาอันตราย
 - ง. ยาควบคุมพิเศษ
27. บุคคลในข้อใด ต้องมีเอกสารประจำอยู่ตลอดเวลาที่เปิดทำการ
- ก. ผู้ขายยาแผนโบราณ
 - ข. ผู้ขายส่งยาแผนปัจจุบัน
 - ค. ผู้ขายปลีกยาแผนปัจจุบันเฉพาะยาบรรจุน้ำหนัก
 - ง. ผู้ขายปลีกยาแผนปัจจุบัน (ประเภทยาอันตรายและยาควบคุมพิเศษ)
28. หากนายสมปอง ขายยาแผนปัจจุบัน โดยไม่ได้รับอนุญาตจากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) จะมีความผิดตามกฎหมายสถานใด
- ก. จำคุกไม่เกิน 3 ปี หรือปรับไม่เกิน 5,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ
 - ข. จำคุกไม่เกิน 5 ปี หรือปรับไม่เกิน 10,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ
 - ค. ปรับไม่เกิน 2,000 บาท
 - ง. จำคุกไม่เกิน 1 ปี หรือปรับไม่เกิน 5,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ
29. ยาปฏิชีวนะมีหน้าที่หลักคือข้อใด
- ก. ฆ่าหรือยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อแบคทีเรีย
 - ข. รักษาโรคที่เกิดจากเชื้อไวรัสทุกชนิด
 - ค. ลดไข้ทุกประเภท
 - ง. บรรเทาอาการแพ้อาหาร
30. ข้อใดเป็นตัวอย่างของยาปฏิชีวนะ
- ก. อะม็อกซิซิลลิน (Amoxicillin)
 - ข. พาราเซตามอล (Paracetamol)
 - ค. ไบบูโพรเฟน (Ibuprofen)
 - ง. คลอร์เฟนิรามีน (Chlorpheniramine)
31. นายพลกฤษ์รับประทานยาแก้ปวดเข้าได้ 2 มื้อ ปรากฏว่ามีผื่นคันบริเวณแขน เขาควรปฏิบัติตัวตามข้อใด
- ก. รีบไปพบแพทย์ทันที
 - ข. กินยานั้นต่อไป พร้อมทั้งกินยาแก้ผื่นคันด้วย

- ค. หยุดกินยานั้นทันที แล้วดื่มน้ำมากๆและทายาแก้คันคัน
- ง. กินยานั้นต่อไป พร้อมทั้งทายาแก้คันคัน
32. ยาปฏิชีวนะ ใ้ไม่ได้ผลกับโรคในข้อใด
1. กลากเกลื่อน
 2. ไข้หวัด
 3. ตับอักเสบ
 4. วัณโรค
- ก. 1, 2
- ข. 2, 3
- ค. 3, 4
- ง. 1, 4
33. ข้อควรปฏิบัติตนเช่นใด ที่บ่งชี้ว่าใช้ยาถูกวิธี
- ก. ดูชื่อทางการค้า
 - ข. ดูชื่อสามัญทางยา
 - ค. ยาน้ำต้องเขย่าขวดก่อนกินเสมอ
 - ง. ยาก่อนอาหาร ต้องกินก่อนอาหาร 10 นาที
34. ควรปฏิบัติตนและแนะนำผู้อื่นอย่างไรในการป้องกันการไข้ยาผิด
- ก. ดูชื่อทางการค้า
 - ข. ดูชื่อสามัญทางยา
 - ค. เก็บรักษายาให้ถูกวิธี
 - ง. อ่านฉลากยาก่อนใช้ทุกครั้ง
35. ยาชนิดใดที่ห้ามใช้ในผู้ป่วยโรคไข้เลือดออก เนื่องจากอาจทำให้เลือดออกในทางเดินอาหารได้ง่าย
- ก. ยาพาราเซตามอล
 - ข. ยาเม็ดลดกรด
 - ค. ยาแอสไพริน
 - ง. ยาคลอเฟนิรามีน
36. ยาในกลุ่มใดที่มีระบุให้ “รับประทานหลังอาหารทันที” เพื่อป้องกันอาการระคายเคืองกระเพาะอาหาร
- ก. ยาพาราเซตามอล
 - ข. ยาไอบูโพรเฟน
 - ค. ยาลดน้ำมูก
 - ง. ยาอมแก้ไอ

37. หากลิ้มรับประทานยาที่มีขนาดการใช้แบบวันละ 1 ครั้งและนึกขึ้นได้ในเวลาต่อมา ควรปฏิบัติตามข้อใด เหมาะสมที่สุด
- ก. รับประทานยาทันทีที่นึกได้
 - ข. รอรับประทานในมื้อถัดไป โดยเพิ่มขนาดยาเป็น 2 เท่า
 - ค. หากนึกได้ใกล้เคียงกับเวลาของมื้อถัดไปให้ข้ามยามื้อที่ลืม แล้วรับประทานยาในมื้อถัดไปในขนาดปกติ
 - ง. หยุดใช้ยาทั้งหมดแล้วปรึกษาแพทย์
38. การใช้ยาชนิดเดียวกันติดต่อกันเป็นเวลานาน อาจเกิดผลเสียอย่างไร
- ก. เชื้อโรคดื้อยา
 - ข. มีอาการติดยา
 - ค. สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย
 - ง. ยาเสื่อมคุณภาพเร็ว
39. ข้อใดคือลักษณะของการแพ้ยา
- ก. กินอาหารได้น้อย
 - ข. เหนื่อยออกมาก
 - ค. ผดผื่นคัน
 - ง. ปากบวม
40. หลังใช้ยาแล้ว มีอาการผื่นคันที่ผิวหนัง ควรทำอย่างไร
- ก. หยุดใช้ยาทันที
 - ข. ลดปริมาณยาในครั้งต่อไป
 - ค. เพิ่มปริมาณยาเป็น 2 เท่า
 - ง. ลองใช้ยาอีกครั้งเพื่อดูผลการใช้
41. เมื่อกินยาแก้แพ้แล้ว ไม่ควรขับรถเพราะอะไร
- ก. จะทำให้ตื่นเต้น
 - ข. จะทำให้ง่วงนอน
 - ค. จะทำให้อยากกินอาหาร
 - ง. จะทำให้มองไม่เห็นทาง
42. ถ้าฉลากยาหลุดหายไป ควรทำอย่างไร
- ก. ถ้ายายังไม่หมดอายุ ก็เก็บไว้ใช้ได้
 - ข. นำยาไปเก็บในตู้ยา
 - ค. หาสลากใหม่มาติด
 - ง. นำยาไปทิ้ง

43. เราไม่ควรหยิบยาที่มีลักษณะใดมาใช้
- ก. ยาที่มีฉลากสีแดง
 - ข. ยาหยอดตาที่เปิดไว้ 1 วัน
 - ค. ยาแคปซูลที่เม็ดไม่โป่งพอง
 - ง. ยาเม็ดที่อยู่ในขวดมีฉลากระบุ
44. สิ่งที่ไม่ควรทำก่อนกินยาน้ำคือข้อใด
- ก. ชิมรสชาติ
 - ข. เตรียมน้ำดื่ม
 - ค. เขย่าขวดดูสียา
 - ง. อ่านฉลากข้างขวด
45. ยาที่ระบุว่า “รับประทานก่อนอาหาร” ควรรับประทานช่วงเวลาใด
- ก. ทานทันทีก่อนตักข้าวเข้าปาก
 - ข. ก่อนอาหาร 5-10 นาที
 - ค. ก่อนอาหาร 15-30 นาที
 - ง. ทานเมื่อไหร่ก็ได้ก่อนอาหาร
46. ข้อใดต่อไปนี้เป็นหลักการสำคัญในการใช้ยาอย่างถูกต้อง
- ก. ใช้ยาเมื่อมีอาการเท่านั้น
 - ข. ใช้ยาโดยไม่ต้องพิจารณาสถานะสุขภาพของผู้ป่วย
 - ค. ใช้ยาตามที่หมอสั่งเท่านั้น
 - ง. ใช้ยาในปริมาณที่น้อยที่สุดตลอดเวลา
47. การปฏิบัติตนในการเก็บรักษายา ข้อใดไม่ถูกต้อง
- ก. เก็บยาไว้ในตู้ยาที่มีฝาปิดมิดชิด
 - ข. เก็บยาไว้ในตู้เย็น (ยกเว้นยาบางชนิดที่ระบุไว้)
 - ค. เก็บยาไว้ในห้องน้ำเพื่อให้หยิบใช้ง่าย
 - ง. เก็บให้พ้นมือเด็กและสัตว์เลี้ยง
48. การใช้ยาปฏิชีวนะที่ถูกต้องที่สุดคือข้อใด
- ก. เมื่ออาการดีขึ้นสามารถหยุดยาได้ทันที
 - ข. รับประทานให้หมดตามแพทย์สั่ง เพื่อป้องกันเชื้อดื้อยา
 - ค. ซื้อรับประทานเองได้ทุกครั้งที่รู้สึกเจ็บคอ
 - ง. สามารถใช้ร่วมกับผู้อื่นที่มีอาการป่วยเหมือนกันได้
49. ก่อนรับประทานยา ควรตรวจสอบข้อมูลใดบนฉลากยามากที่สุด
- ก. วันหมดอายุของยา
 - ข. สีสัณและรูปทรงของยา

- ค. รูปแบบของบรรจุภัณฑ์
 - ง. ราคาของยา
50. ข้อใดเป็นการรับประทานยาหลังอาหารไม่ถูกต้อง
- ก. รับประทานพร้อมกับอาหาร
 - ข. รับประทานยาหลังอาหารทันที
 - ค. รับประทานยาหลังอาหาร 15 นาที
 - ง. รับประทานยาหลังอาหาร 30 นาที
51. ข้อใดไม่ใช่ข้อห้าม สำหรับผู้ที่รับประทานยาก่อนนอน
- ก. ขับรถ
 - ข. อ่านหนังสือ
 - ค. ทำงานเกี่ยวกับเครื่องจักร
 - ง. เดินริมน้ำ
52. การที่รับประทานยาแล้วโรคไม่หาย คืออาการใด
- ก. ดื้อยา
 - ข. ใช้อย่างเกินขนาด
 - ค. ใช้อย่างเสื่อมคุณภาพ
 - ง. ใช้อย่างติดต่อกันเป็นเวลานาน
53. ข้อใดไม่ใช่อาการแพ้ยา
- ก. ท้องเสีย
 - ข. อาการคัน
 - ค. หายใจไม่สะดวก
 - ง. ความดันโลหิตต่ำ
54. ใครเก็บรักษายาได้อย่างถูกต้อง
- ก. หนูนากับยาทุกชนิดไว้ในตู้เย็น
 - ข. แดงโมเก็บยาเรียงตามขนาดของขวดยา
 - ค. สัมแยงเก็บยาน้ำและยาเม็ดไว้คนละชั้น
 - ง. ชมพู่แยงเก็บยาสำหรับใช้ภายในและใช้ภายนอก
55. ข้อใดคือ การใช้ยาก่อนอาหารอย่างถูกต้อง
- ก. รับประทานยาก่อนอาหาร 5 นาที
 - ข. รับประทานยาก่อนอาหาร 10 นาที
 - ค. รับประทานยาก่อนอาหาร 20 นาที
 - ง. รับประทานยาก่อนอาหาร 30 นาที

ให้นักเรียนอ่านบทความ เรื่อง ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร....ทางเลือกที่ใช่? แล้วตอบคำถาม ข้อ 56-67

ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร...ทางเลือกที่ใช่?

ในปัจจุบัน ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารได้รับความนิยมอย่างแพร่หลาย เนื่องจากผู้คนต้องการดูแลสุขภาพ เสริมสร้างภูมิคุ้มกัน บำรุงร่างกาย หรือชะลอความเสื่อมของร่างกาย หลายคนเชื่อว่าการรับประทานผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเป็น "ทางเลือก" ที่ช่วยให้มีสุขภาพดีได้ง่ายขึ้น แต่ในความเป็นจริง ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารจะเป็นทางเลือกที่ "ใช่" ก็ต่อเมื่อเลือกใช้อย่างถูกต้องและเหมาะสม ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร คือ ผลิตภัณฑ์ที่ใช้รับประทานเพื่อเสริมสารอาหาร เช่น วิตามิน แร่ธาตุ กรดอะมิโน ไฟเบอร์ หรือสารสกัดจากพืช ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยเสริมสารอาหารที่ร่างกายอาจได้รับไม่เพียงพอ ไม่ใช่อาหารหลัก และไม่ใช่ยารักษาโรค ดังนั้นจึงไม่สามารถใช้แทนการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์หรือใช้แทนยาที่แพทย์สั่งได้ ผู้ที่รับประทานอาหารครบ 5 หมู่ ในปริมาณที่เหมาะสม ส่วนใหญ่จะได้รับสารอาหารเพียงพอต่อความต้องการของร่างกายอยู่แล้ว แต่ในบางกลุ่ม เช่น ผู้สูงอายุ หญิงตั้งครรภ์ ผู้ที่รับประทานอาหารบางประเภทไม่ได้ หรือผู้ที่มีภาวะขาดสารอาหาร อาจได้รับคำแนะนำจากแพทย์หรือบุคลากรทางการแพทย์ให้ใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารบางชนิดเพิ่มเติม การเลือกซื้อผลิตภัณฑ์เสริมอาหารควรพิจารณาอย่างรอบคอบ โดยตรวจสอบฉลาก ชื่อผลิตภัณฑ์ ส่วนประกอบ วิธีใช้ วันผลิต วันหมดอายุ และเลขสารบบอาหารจากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) รวมทั้งเลือกซื้อจากแหล่งจำหน่ายที่น่าเชื่อถือ ไม่หลงเชื่อคำโฆษณาที่กล่าวอ้างว่า "รักษาได้ทุกโรค" "เห็นผลภายในไม่กี่วัน" หรือ "ปลอดภัย 100%" เพราะข้อความลักษณะนี้มักเป็นการโฆษณาเกินจริง

แม้ว่าผลิตภัณฑ์เสริมอาหารจะมีประโยชน์ แต่หากรับประทานมากเกินไป หรือใช้ไม่เหมาะสม ก็อาจเกิดผลเสียต่อสุขภาพได้ เช่น วิตามินบางชนิดเมื่อได้รับมากเกินไปอาจสะสมในร่างกายจนเกิดอันตราย นอกจากนี้ ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารบางชนิดอาจเกิดปฏิกิริยากับยาที่ใช้อยู่ ทำให้ประสิทธิภาพของยาลดลงหรือเพิ่มความเสี่ยงต่อผลข้างเคียง ก่อนใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร ผู้ที่มีโรคประจำตัว หญิงตั้งครรภ์ หญิงให้นมบุตร และผู้ที่รับประทานยาเป็นประจำ ควรปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรก่อนเสมอ เพื่อความปลอดภัยและเหมาะสมกับสภาพร่างกาย

สุขภาพที่ดีไม่มีทางเลือกที่แท้จริง การรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ และหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ ยังคงเป็นพื้นฐานสำคัญที่สุด ส่วนผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเป็นเพียง "ตัวช่วย" ที่ควรใช้เมื่อมีความจำเป็นและใช้อย่างมีความรู้ หากเลือกใช้อย่างถูกต้อง ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารก็จะเป็น "ทางเลือกที่ใช่" สำหรับการส่งเสริมสุขภาพ แต่หากใช้โดยขาดความรู้ ก็อาจกลายเป็น "ทางเลือกที่เสี่ยง" ต่อสุขภาพได้

56. ข้อใดกล่าวถูกต้องเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร
- ใช้แทนยาได้ทุกกรณี
 - ใช้แทนอาหารได้ทุกมื้อ
 - ไม่ใช่ยารักษาโรค
 - รักษาโรคเรื้อรังได้
57. ข้อใดควรปรึกษาแพทย์ก่อนใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร
- ผู้มีโรคประจำตัว
 - หญิงตั้งครรภ์
 - ผู้ที่รับประทานยาเป็นประจำ
 - ถูกทุกข้อ
58. หากรับประทานผลิตภัณฑ์เสริมอาหารมากเกินไป อาจเกิดผลอย่างไร
- ไม่มีผลใด ๆ
 - อาจเกิดอันตรายต่อสุขภาพ
 - ทำให้แข็งแรงทันที
 - ทำให้ไม่ต้องออกกำลังกาย
59. ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารอาจเกิดปฏิกิริยากับสิ่งใด
- ยาที่รับประทานอยู่
 - น้ำเปล่า
 - อากาศ
 - แสงแดด
60. การเลือกใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่เหมาะสมควรอาศัยสิ่งใด
- ความรู้และข้อมูลที่ถูกต้อง
 - คำบอกเล่าของเพื่อนเพียงอย่างเดียว
 - โฆษณาในสื่อสังคมออนไลน์
 - ราคาสินค้า

ให้นักเรียนวิเคราะห์สถานการณ์การใช้ยาต่อไปนี้ว่ามีการใช้ยาอย่างถูกต้องและปลอดภัยหรือไม่
ถ้าถูกต้องปลอดภัย ให้ตอบว่า **ใช่** ถ้าไม่ถูกต้อง ให้ตอบว่า **ไม่ใช่**

ข้อ	สถานการณ์	ใช่ / ไม่ใช่
61	หน้อยรู้สึกไม่สบาย ไปพบแพทย์ที่โรงพยาบาล แพทย์ตรวจดูอาการและให้ยามารับประทานที่บ้าน พร้อมแนะนำให้รับประทานยาอย่างต่อเนื่อง เป็นเวลา 7 วัน ตั้งแต่เริ่มรับประทานยาวันแรก จะรู้สึกไม่สุขสบายเพราะฤทธิ์ของยา	ใช่ / ไม่ใช่

	แต่ก็ยอมทนเพื่อจะได้หายป่วย เมื่อรับประทานมาได้ถึงวันที่ 5 เริ่มรู้สึกที่ดีขึ้นจนเป็นปกติ จึงตัดสินใจหยุดกินยา เพราะมองว่าหายดีแล้วและไม่อยากทรมาณกับอาการข้างเคียงของยา	
62	ทุกครั้งก่อนใช้ยา จำไว้จะต้องอ่านฉลากยา และดูวันหมดอายุที่แผงหรือขวดยา หรือหลอดบรรจุยา เพื่อให้มั่นใจว่ายายังไม่ถึงวันหมดอายุ	ใช่ / ไม่ใช่
63	นิคตัดสินใจซื้อยากินเองจากร้านขายของชำ เนื่องจากมีความมั่นใจว่ายาดูดีดีแน่นอน เพราะได้รับคำยืนยันจากญาติ เพื่อนที่เคยกิน และยังได้รับข้อมูลสรรพคุณของยาจากการโฆษณาทางรายการวิทยุ	ใช่ / ไม่ใช่
64	ก๊วยนางป่วยเป็นโรคเบาหวาน และต้องรับยาจากโรงพยาบาลอย่างต่อเนื่อง ทุกครั้งที่ไปรับยาที่ห้องยา จะสนใจฟังคำอธิบายของเภสัชถึงวิธีการใช้ยาและอาการข้างเคียงต่างๆ ถึงแม้ว่าจะเป็นยาชนิดใหม่ๆที่เคยกินอยู่แล้ว เพราะมองว่าการได้รับคำแนะนำจากบุคลากรทางการแพทย์ จะทำให้ตนเองใช้ยาได้ถูกวิธีและหายป่วยเร็วขึ้น	ใช่ / ไม่ใช่
65	ราตรีนำยาของเพื่อนมาใช้ ด้วยความเอื้อเฟื้อจากเพื่อนบ้าน เมื่อฟังว่ามีอาการเหมือนกัน ก็ขอยาที่เพื่อนใช้มาทดลองใช้บ้าง	ใช่ / ไม่ใช่
66	แพรวาได้รับใบสั่งยาจากโรงพยาบาล จะนำไปซื้อยาที่ร้านยาที่มีเภสัชกรเท่านั้น	ใช่ / ไม่ใช่
67	ลัดดาจะใช้ยาเก่าที่เคยได้รับจากโรงพยาบาล ถ้ามีอาการป่วยเหมือนเดิม	ใช่ / ไม่ใช่