

GENKI HOUSE

คู่มือสุขภาพสำหรับทุกวัน

สำหรับผู้ป่วยและผู้ดูแล • ดาวน์โฮลด์ฟรี

ดูแลช่องปาก ระหว่างคีโม และฉายแสง

เข้าใจอาการ • กินและดื่मอย่างเหมาะสม
รู้จักการใช้ PVP Gel ในการดูแลเฉพาะที่



พร้อมดูแลทีละวัน

ความรู้ วิธีใช้ผลิตภัณฑ์ และแบบบันทึกอาการ

A4 · 24 หน้า
ฉบับกันยายน 2569

PVP Gel เป็นเครื่องมือแพทย์สำหรับดูแลช่องปากเฉพาะที่ไม่ใช่ยารักษามะเร็ง

หนังสือเล่มนี้ช่วยอะไร

เริ่มจากปัญหาที่กำลังเจอ แล้วเลือกอ่านหัวข้อที่ใช้ได้กับวันนี้

ความเจ็บในช่องปากอาจทำให้เรื่องธรรมดาอย่างกินข้าว ดื่มน้ำ หรือแปรงฟันกลายเป็นเรื่องยาก คู่มือนี้ช่วยให้ผู้ป่วยและผู้ดูแลสังเกตอาการ วางกิจวัตร และคุยกับทีมรักษาได้ชัดเจน พร้อมอธิบายบทบาทของ PVP Gel ในการดูแลเยื่อช่องปาก

เรื่องที่ยากรู้	อ่านหน้า
เข้าใจอาการและเตรียมตัวก่อนรักษา	3-4
ทำความสะอาดช่องปาก อาหาร และน้ำ	5-9
การกลืน สัญญาณเตือน และบทบาทผู้ดูแล	10-12
รู้จัก PVP Gel ประโยชน์ ความปลอดภัย และวิธีใช้	13-16
เปรียบเทียบบทบาทและตอบคำถามที่พบบ่อย	17-18
ตารางดูแล แบบบันทึก และคำถามก่อนกลับบ้าน	19-21
แหล่งอ้างอิงและข้อมูลเพิ่มเติม	22-24

ถ้ามีอาการเร่งด่วน เปิดหน้า 11 ก่อน

หายใจลำบาก กลืนน้ำลายไม่ได้ มีไข้ระหว่างเคมี หรือดื่มน้ำไม่ได้ ต้องรับการประเมิน ไม่ควรรออ่านหนังสือจนจบ

วิธีใช้ข้อมูลในเล่ม

เป็นความรู้ทั่วไปสำหรับผู้ใหญ่และผู้ดูแล ไม่ใช่แทนการวินิจฉัยหรือแผนรักษาเฉพาะราย เด็ก ผู้มีปัญหาการกลืน และผู้ได้รับคำสั่งจำกัดน้ำหรืออาหาร ต้องใช้คำแนะนำของทีมรักษาเป็นหลัก

จัดทำสำหรับ Genki House · ฉบับปรับปรุง 2 วันที่ 22 กันยายน 2569

ภาพบุคคลเป็นภาพประกอบสถานการณ์ ไม่ใช่เรื่องเล่าของผู้ป่วยจริงหรือการรับรองผลิตภัณฑ์โดยบุคลากรในภาพ

แผลจากการรักษา ต่างจากร้อนในอย่างไร

เยื่อบุช่องปากอักเสบ หรือ oral mucositis เป็นผลข้างเคียงที่อาจพบจากการรักษามะเร็งบางชนิด



ความไม่สบายในช่องปากควรได้รับการรับฟังและประเมิน

เคมีบำบัดบางสูตรกระทบเซลล์เยื่อบุที่แบ่งตัวเร็ว ส่วนการฉายแสงบริเวณศีรษะและคออาจกระทบทั้งเยื่อบุและต่อมน้ำลาย จึงพบอาการแสบ แดง เป็นแผล ปากแห้ง หรือเจ็บเวลากินได้ ความรุนแรงและช่วงเวลาที่เกิดแตกต่างกันในแต่ละคน

สิ่งที่สังเกตได้

- แสบหรือเจ็บ แม้ยังไม่เห็นแผลชัด
- ลื่น กระพุ้งแก้ม หรือเพดานปากแดง
- อาหารบางชนิดแสบกว่าที่เคย
- พุด แปร่งฟัน หรือกลิ่นลำบากขึ้น

เหตุที่ต้องแจ้งทีม

ความเจ็บอาจทำให้กินและดื่มน้อยลง และอาจมีการติดเชื้อหรือปัญหาทางทันตกรรมร่วมด้วย การดูจากสีหรือรูปแผลเพียงอย่างเดียวไม่พอจะบอกสาเหตุ

อย่าสรุปว่าเป็นร้อนในธรรมดา

หากอาการเริ่มรบกวนการกิน ดื่ม หรือการนอน ให้แจ้งทีมรักษาตั้งแต่วะยะแรก ไม่ต้องรอให้แผลใหญ่ขึ้น

เตรียมช่องปาก ก่อนเริ่มรอบรักษา

ถ้าเริ่มรักษาไปแล้ว ก็ยังเริ่มวางแผนดูแลร่วมกับทีมได้



อุปกรณ์ที่เหมาะสมและแผนที่ชัดเจน ช่วยให้ดูแลที่บ้านได้ง่าย

4 เรื่องที่ควรคุยไว้ล่วงหน้า

เรื่อง	สิ่งที่ทำได้
ตรวจช่องปากและฟัน	แจ้งทันตแพทย์ถึงแผนคีโมหรือฉายแสง ให้ทีมประเมินฟันผุ เหงือกอักเสบ ฟันคุด และฟันปลอมที่กดเจ็บ
หัตถการทางทันตกรรม	ประสานทีมมะเร็งก่อนถอนฟันหรือทำหัตถการ โดยเฉพาะช่วงเม็ดเลือดต่ำ หรือได้รับรังสีที่ศีรษะและคอ
ชุดดูแลส่วนตัว	เตรียมแปรงขนนุ่ม ยาสีฟันฟลูออไรด์รสอ่อน ภาชนะบ้วนปาก และผลิตภัณฑ์ที่ทีมรักษาแนะนำ
แผนเมื่อมีอาการ	ขอเบอร์ในและนอกเวลาทำการ เหนื่อยใช้ของผู้ป่วย และสิ่งที่ต้องทำเมื่อกินหรือดื่มไม่ได้

แจ้งสิ่งที่ใช้อยู่ให้ครบ

นำรายการยา น้ำยาบ้วนปาก เจล สมุนไพร และผลิตภัณฑ์เสริมอาหารให้ทีมรักษาดู เพื่อจัดวิธีใช้และช่วงเวลาให้เหมาะสม

อ้างอิง: 1, 2, 4, 12 · ดูแหล่งข้อมูลและลิงก์หน้า 22-23

ทำความสะอาดอย่างอ่อนโยน

รักษาความสะอาดให้ต่อเนื่อง โดยปรับให้เหมาะกับความเจ็บของวันนั้น



เตรียมอุปกรณ์ไว้ใกล้มือ และให้ผู้ป่วยทำเองเท่าที่ไหว

พื้นฐานที่ใช้ได้ในชีวิตประจำวัน

- ใช้แปรงขนนุ่มหรือขนนุ่มมาก แปรงเบา มืออย่างน้อยเช้าและก่อนนอน หรือตามตารางที่ทีมกำหนด
- เลือกยาสีฟันฟลูออไรด์รสอ่อน หากสบู่ ให้ถามทีมเรื่องสูตรที่เหมาะสม ไม่ฝืนถูแรง
- ล้างแปรงหลังใช้และผึ่งให้แห้ง แยกอุปกรณ์ของผู้ป่วยจากผู้อื่น
- ส่องดูช่องปากทุกวัน จดตำแหน่งแผล ฝ้าขาว เลือดออก หรืออาการที่เปลี่ยนไป

ไหมขัดฟัน

หากเคยใช้อยู่ ให้ถามทีมว่าช่วงนี้ควรใช้ต่ออย่างไร โดยเฉพาะเมื่อเลือดออกง่ายหรือเกล็ดเลือดต่ำ

ฟันปลอม

ทำความสะอาดตามคำแนะนำทันตแพทย์ หากกดเจ็บหรือถูแผล ให้พักการใส่และขอประเมิน ไม่ฝืนใช้ต่อ

เจ็บจนแปรงไม่ได้ ต้องขอวิธีช่วย

ทีมรักษาอาจปรับการบรรเทาปวดหรือแนะนำวิธีทำความสะอาดชั่วคราวที่เหมาะสมกับผู้ป่วย

บ้วนปากให้ถูกบทบาท

การล้างเศษอาหาร การรักษาการติดเชื้อ และการเคลือบเยื่อ เป็นคนละหน้าที่กัน

หลังอาหาร อาจบ้วนปากเบา ๆ ด้วยน้ำสะอาดหรือน้ำยาที่ทีมรักษาแนะนำ เพื่อช่วยนำเศษอาหารออก ลดคราบ และเพิ่มความสบายในช่องปาก ไม่จำเป็นต้องกลั้วแรงจนเจ็บ

สิ่งที่ใช้	หน้าที่และข้อควรรู้
น้ำสะอาด / น้ำเกลือ	ช่วยชะล้างเศษอาหารและดูแลความสะอาด ไม่ได้สร้างฟิล์มยึดเกาะแบบเจลเคลือบเยื่อ
สูตรเกลือหรือเบกกิ้งโซดา	หากทีมแนะนำให้ผสมเอง ให้ขอสูตร ปริมาณน้ำ และวิธีเก็บที่ชัดเจน ไม่เพิ่มความเข้มข้นเอง
น้ำยาหรือยาตามใบสั่ง	ใช้เพื่อข้อบ่งชี้ที่ทีมรักษาประเมิน เช่น การติดเชื้อหรือความปวด ใช้ตามวิธีและระยะเวลาที่กำหนด
PVP Gel	ใช้เพื่อสร้างฟิล์มเคลือบเยื่อเฉพาะที่ หลังทำความสะอาด ไม่ใช่แทนการแปรงฟันหรือการรักษาการติดเชื้อ

เลือกให้อ่อนโยนต่อช่องปาก

- หลีกเลี่ยงน้ำยาบ้วนปากที่มีแอลกอฮอล์หรือใช้แล้วแสบ
- ไม่ผสมน้ำยาหลายชนิดรวมในถ้วยเดียว
- ไม่ขัดหรือขูดผ้าขาวและแผลเพื่อให้ดูสะอาด
- หากต้องใช้หลายผลิตภัณฑ์ ให้เภสัชกรช่วยจัดลำดับและช่วงเวลา

จดสูตรที่ทีมแนะนำไว้ตรงนี้

ชนิด / สูตร

ปริมาณและความถี่

เลือกอาหารตามอาการวันนี้

อ่อน นุ่ม ชุ่ม และอุณหภูมิที่รับไหว เป็นจุดเริ่มต้นสำหรับคนที่ยังกลืนได้ปลอดภัย



อาหารนุ่มช่วยลดการเคี้ยว แต่ผู้มีภาวะกลืนลำบากต้องใช้เนื้อสัมผัสตามที่ทีมกำหนด

เมื่อเป็นแบบนี้	ลองปรับอย่างไร
แสบหรือเจ็บปาก	อาหารรสอ่อน เนื้อนุ่ม ไม่ร้อนจัด ลดเผ็ด เปรี้ยว เค็มจัด และของกรอบคม
ปากแห้ง	เพิ่มความชุ่มด้วยน้ำซุสหรือซอสที่ไม่ระคาย ตามความชื้นที่กลืนได้ปลอดภัย
กินได้ทีละน้อย	แบ่งมื้อเล็กและเพิ่มจำนวนมื้อ เลือกโปรตีนและพลังงานในปริมาณที่รับไหว
น้ำหนักลดต่อเนื่อง	แจ้งทีมรักษาหรือนักกำหนดอาหาร เพื่อวางแผนเฉพาะราย ไม่รอแก้ด้วยเมนูอย่างเดียว

อย่าให้การกินกลายเป็นการฝืน

เริ่มจากปริมาณเล็ก ให้เวลาพัก และบอกทีมเมื่อความเจ็บยังทำให้กินได้น้อย แม้ปรับอาหารแล้ว

ไอเดียมือนุ่มแบบไทย

ตัวอย่างสำหรับผู้ที่มีรักษาประเมนว่ายังกินทางปากและกลืนเนื้อสัมผัสเหล่านี้ได้

เช้า

โจ๊กเนื้อเนียน ใส่ไข่สุก

เลือกความข้นที่เหมาะสม ไม่ร้อนจัด ไข่สุกหรือโปรตีนที่เคี้ยวง่าย แทนการกินแต่น้ำข้าว

กลางวัน

เต้าหู้นุ่ม กับปลาเนื้อนุ่ม

ปรุงสุก รสอ่อน เอาแกงออกให้หมด เติมน้ำซุปได้ตามระดับความข้นที่ทีมอนุญาต

มื้อย่อย

ไข่ตุ๋นสุก หรืออาหารเสริมตามแผน

เริ่มทีละน้อย เลือกชนิดที่เหมาะสมกับโรคร่วมและข้อจำกัดของผู้ป่วย

เย็น

ซูบเนื้อเนียน เพิ่มโปรตีน

ซูบฟักทองหรือมันบดอาจเป็นฐานของมือ แต่ควรมีโปรตีนที่เหมาะสมร่วมด้วย

ปรุงให้ปลอดภัยด้วย

- ทำเนื้อสัตว์ ปลา และไข่ให้สุก ล้างมือและใช้อุปกรณ์สะอาด
- เก็บอาหารตามสุขลักษณะ ไม่ทิ้งอาหารสุกไว้นานที่อุณหภูมิห้อง
- ปรับตามโรคไต เบาหวาน การแพ้อาหาร และคำแนะนำของทีมโภชนาการ

เมนูนุ่มไม่ได้ปลอดภัยจากการสำลักทุกคน

อาหารที่มีทั้งน้ำและชิ้นอาหารอาจไม่เหมาะกับบางราย หากไอหรือสำลักขณะกิน ให้หยุดและขอประเมนการกลืน

ปากแห้ง น้ำลายเหนียว ดูแลอย่างไร

ปากแห้งทำให้พูด เคี้ยว และกลืนลำบาก และอาจเพิ่มปัญหาฟันผุได้



เลือกวิธีรับน้ำตามความสามารถในการกลืนและข้อจำกัดของผู้ป่วย

สิ่งที่ช่วยได้ในแต่ละวัน

- จิบน้ำทีละน้อยบ่อย ๆ หากกลืนได้ปลอดภัย และไม่มีคำสั่งจำกัดน้ำ
- เลือกอาหารชุ่ม รสอ่อน และทาผลิตภัณฑ์ดูแลริมฝีปากที่ไม่ระคาย
- ถามที่มรักษาเรื่องน้ำลายเทียมหรือผลิตภัณฑ์เพิ่มความชุ่มชื้น หากปากแห้งรบกวนมาก
- ดูแลฟันด้วยฟลูออไรด์ตามคำแนะนำทันตแพทย์ โดยเฉพาะผู้ได้รับรังสีบริเวณศีรษะและคอ

สังเกตเรื่องน้ำมากกว่าความแห้งในปาก

ปัสสาวะลดลงหรือสีเข้ม เวียนศีรษะ อ่อนเพลียมาก และดื่มได้น้อยลง เป็นข้อมูลที่ควรแจ้งทีมรักษา หากดื่มไม่ได้ต้องขอความช่วยเหลือทันที

ไม่กำหนดจำนวนลิตรเท่ากันสำหรับทุกคน ผู้ที่มีโรคหัวใจ โรคไต หรือข้อจำกัดของเหลวควรใช้เป้าหมายที่ทีมรักษาระบุ

กลืนเจ็บกับกลืนลำบาก ต้องแยกให้ได้

ความเจ็บอาจลดลงได้ แต่ไม่ได้แปลว่าความปลอดภัยในการกลืนกลับเป็นปกติ

กลืนเจ็บ

เจ็บหรือแสบเมื่ออาหาร น้ำ หรือน้ำลายผ่าน
อาจเกี่ยวกับแผลหรือเยื่อぶอักเสบ

กลืนลำบาก

อาหารติด กลืนไม่ลง ไอ สำลัก หรือเสียง
เปลี่ยนหลังกลืน ต้องประเมินการทำงานของ
การกลืน

เมื่อสงสัยว่ากลืนไม่ปลอดภัย

- หยุดป้อนเมื่อมีอาการไอ สำลัก หายใจผิดปกติ หรือง่วงซึม
- ติดต่อทีมรักษาเพื่อประเมินและกำหนดเนื้อสัมผัสอาหารกับระดับความชื้นของน้ำ
- เมื่อได้รับอนุญาตให้กิน ให้จัดที่นั่งมั่นคง คำเล็ก ไม่เร่ง และใช้เทคนิคเฉพาะตามที่ทีมสอน
- ไม่ทดลองให้น้ำเพิ่มเพื่อ “ดันอาหารลง” และไม่ปรับความเข้มข้นเองโดยเดา

PVP Gel มีบทบาทเคลือบเย็บ

ไม่ใช่ผลิตภัณฑ์แก้การสำลัก ไม่ฟื้นฟูกลไกการกลืน และไม่ทำให้อาหารทุกชนิดปลอดภัยต่อผู้ป่วยที่กลืน
ลำบาก

หากกลืนน้ำลายไม่ได้หรือหายใจลำบาก

ให้เข้ารับการช่วยเหลือฉุกเฉิน อย่าฝืนป้อนอาหาร น้ำ หรือเจลทางปากระหว่างรอความช่วยเหลือ

เมื่อไรต้องติดต่อทีมรักษา

ใช้แผนฉุกเฉินของโรงพยาบาลเป็นหลัก ไม่ต้องรอถึงวันนัด

ไปฉุกเฉินทันที

**หายใจลำบาก • สำลักรุนแรง
กลืนน้ำลายไม่ได้ • ปากหรือคอบวมเร็ว**

รวมถึงอาการซีดลงมากหรือเลือดออกมาก/ไม่หยุด ให้ขอความช่วยเหลือฉุกเฉินตามแผนของโรงพยาบาล

โทรหาทีมรักษาทันทีเมื่อพบ

- ใช้ตั้งแต่ 38°C หรือถึงเกณฑ์ที่ทีมกำหนด โดยเฉพาะช่วงรับคีโม แม้ยังไม่เห็นแผลในปาก
- หนาวสั่น หรือรู้สึกป่วยลงอย่างรวดเร็ว แม้อุณหภูมิยังไม่ถึงเกณฑ์
- เจ็บจนดื่มน้ำหรือกินไม่ได้ ปัสสาวะน้อยลงมาก หรือเวียนศีรษะมาก
- แผลลุกลาม บวมมาก มีหนอง หรือผ้าขาวที่เพิ่มขึ้นร่วมกับอาการผิดปกติ

มีไข้ระหว่างรักษา อย่าใช้ยาลดไข้กลับอาการแล้วรอ

ติดต่อทีมก่อนใช้ยาลดไข้ เว้นแต่มีแผนที่ทีมให้ไว้ เพราะยาอาจบดบังสัญญาณของการติดเชื้อ

เตรียมข้อมูลก่อนโทร

ชื่อผู้ป่วย • ชนิดและวันที่รักษาล่าสุด • อุณหภูมิที่วัดได้ • เวลาเริ่มอาการ • น้ำและอาหารที่กินได้ • ยาหรือผลิตภัณฑ์ที่เพิ่งใช้

เบอร์ทีมรักษา เบอร์นอกเวลา

ช่วยโดยไม่เพิ่มความกดดัน

เริ่มจากรับฟังความเจ็บ แล้วช่วยจัดสิ่งที่คุณป่วยยังทำได้



จดเพียงข้อมูลสำคัญให้ต่อเนื่อง จะช่วยสื่อสารกับทีมรักษาได้มาก

ชวนคุยแบบนี้

“วันนี้อะไรทำให้เจ็บที่สุด”
 “อยากลองมือนี้น้อย ๆ ก่อนไหม”
 “อยากให้ช่วยเตรียม หรืออยู่เป็นเพื่อน”

ช่วยลงมือแบบนี้

เตรียมอุปกรณ์ให้หยิบง่าย
 จัดอาหารปริมาณเล็กและพักเป็นช่วง
 บันทึกการกิน ดื่มน้ำ และความเจ็บ

อาการปวดเป็นข้อมูลที่ควรบอก

ใช้คำบอกเล่าของคุณป่วยเป็นหลัก ถ้าสื่อสารได้ ให้ให้คะแนนความเจ็บ 0-10 แล้วบอกว่าความเจ็บขัดขวางอะไร หากพูดไม่ได้ ให้สังเกตสีหน้า ท่าทาง การกลืนอาหาร และแจ้งทีมเพื่อใช้วิธีประเมินที่เหมาะสม

อย่าปรับยาแก้ปวดแทนผู้ป่วยเอง

หากยาหรือการดูแลที่มีอยู่ยังช่วยไม่พอ ให้ติดต่อทีมเพื่อทบทวนแผน ผู้ดูแลไม่จำเป็นต้องแก้ทุกอย่างด้วยตนเอง

PVP Gel คืออะไร

เจลสร้างฟิล์มเคลือบเย็บช่องปาก สำหรับการดูแลเฉพาะที่



เครื่องมือแพทย์ทั่วไป

พีวีพี เจล

PVP Gel

ขนาด 250 มิลลิลิตรต่อขวด

1 กล่อง บรรจุ 1 ขวด

เลขที่ใบรับจดทะเบียนเครื่องมือแพทย์

65-2-3-2-0010573

ใช้กลั้วทางกายภาพสร้างฟิล์มบางที่ยึดเกาะเย็บ ช่วยลดการสัมผัสซ้ำและแรงเสียดสีต่อบริเวณที่บอบบางหรือเป็นแผล เพื่อช่วยให้การกิน ดื่มน้ำ กลืน และดูแลช่องปากสบายขึ้นตามอาการของแต่ละคน

ไม่มีแอลกอฮอล์

ไม่มีน้ำตาล

กลืนลื่นจี้

ใช้เป็นส่วนหนึ่งของการดูแลร่วมกับทีมรักษา

PVP Gel ไม่ใช่ยาชา สเตียรอยด์ ยาปฏิชีวนะ หรือยารักษามะเร็ง ไม่ใช่แทนการรักษาการติดเชื้อ การบรรเทาปวดตามแผน หรือการดูแลโภชนาการ

ผู้ผลิต: บริษัท นาโนซิมม่า ไบโอเทค จำกัด ประเทศไทย

นำเข้าและจัดจำหน่ายโดย: บริษัท ยูเรก้า ฟาร์มา โซลูชั่น จำกัด ประเทศไทย

กินและดื่มสบายขึ้น ดูแลโภชนาการและกำลังใจ

ฟิล์มเคลือบเฉพาะที่ช่วยลดการบดเคี้ยว เพื่อให้การกิน ดื่ม และกลืนสบายขึ้น



ภาพประกอบมื้ออาหารและการดูแลที่บ้าน ไม่ใช่คำรับรองผลการใช้

จดแจ้งเครื่องมือแพทย์กับ
อย.

65-2-3-2-0010573

ไม่มีส่วนผสมของยา

ไม่มียาชา สเตียรอยด์
ยาปฏิชีวนะ หรือยาแก้ปวด

ไม่มีแอลกอฮอล์
และไม่มีน้ำตาล

ใช้ตามฉลากและคำแนะนำ
ของทีมรักษา

ผู้ป่วย: มื้ออาหารสบายขึ้น

ลดการสัมผัสและเสียดสีต่อแผล ช่วยให้กิน ดื่ม กลืน และดูแลช่องปากง่ายขึ้น เมื่อมื้ออาหารถูกรบกวนน้อยลง ก็มีโอกาสมากขึ้นที่จะมีความสุขกับการกินมากขึ้น

ผู้ดูแล: ช่วยดูแลได้ง่ายขึ้น

มีตัวช่วยก่อนมื้ออาหารและก่อนนอน เมื่อผู้ป่วยกินและดื่มได้สบายขึ้น การจัดมื้ออาหารอาจง่ายขึ้น และช่วยลดความกังวลของญาติเรื่องการกินได้น้อย

กินได้ดีขึ้น เป็นโอกาสดูแลแรงและมวลกล้ามเนื้อ

พลังงานและโปรตีนที่เพียงพอเป็นส่วนสำคัญของการดูแลกำลังและมวลกล้ามเนื้อระหว่างรักษา PVP Gel ช่วยดูแลอุปสรรคจากความเจ็บในช่องปาก ส่วนแผนอาหารและการเคลื่อนไหวให้วางร่วมกับทีมรักษา ผลต่อมวลกล้ามเนื้อขึ้นกับหลายปัจจัย

ใช้เป็นการดูแลเสริมระหว่างคีโมหรือฉายแสง

ทำงานทางกายภาพเฉพาะที่และดูดซึมเข้าสู่ร่างกายน้อยมาก จึงไม่คาดว่าจะเกิดปฏิกิริยากับยาอย่างมีนัยสำคัญเมื่อใช้ตามฉลาก ใช้ร่วมกับแผนดูแลของทีมรักษา โดยไม่ใช่แทนยาหรือการรักษาเสริม

ผลที่รู้สึกได้แตกต่างกันในแต่ละคน ผู้มีความเสี่ยงสำคัญต้องได้รับการประเมินก่อนใช้ อ่านข้อควรระวังหน้า 16

ใช้ PVP Gel ทีละขั้น

วิธีใช้ตามเว็บไซต์ผลิตภัณฑ์และเอกสารข้อมูลสินค้า ควบคู่กับฉลากของขวดที่ได้รับ

15

มล. ต่อครั้ง

3-5

นาทีที่อมกลั้ว

15

นาทีที่รอก่อนกิน/ดื่ม

4

ครั้งต่อวันตามฉลาก

1. ทำความสะอาดช่องปากก่อน

ใช้วิธีที่ทีมรักษาแนะนำ บ้วนของเหลวส่วนเกินออก ไม่ต้องถูหรือเช็ดแผลให้แห้ง

2. ตวงเจล 15 มิลลิลิตร

รินจากขวดใส่ถ้วยตวงที่สะอาด ใช้ปริมาณตามฉลาก

3. อมและกลั้วเบา ๆ 3-5 นาที

ให้สัมผัสลิ้น เพดานปาก กระพุ้งแก้ม และเย็บหู ไม่กลั้วแรงจนเจ็บ

4. บ้วนทิ้งหรือกลืนตามฉลากและคำแนะนำ

แผลในช่องปากส่วนหน้าสามารถกลั้วแล้วบ้วนทิ้งได้ การกลืนควรใช้ตามคำแนะนำเฉพาะ โดยต้องกลืนได้ปลอดภัย

5. รออย่างน้อย 15 นาทีก่อนอาหารหรือเครื่องดื่ม

ให้ฟิล์มมีเวลายึดเกาะ ใช้ก่อนอาหารและก่อนนอน วันละ 4 ครั้ง หรือตามฉลากและคำแนะนำของทีมรักษา

ผู้ที่กลั้วไม่ได้หรือมีความเสี่ยงสำคัญ

ไม่ฝึนอนม กลั้ว หรือกลืนผลิตภัณฑ์ ให้ทีมรักษาประเมินวิธีดูแลก่อน

ข้อควรระวังและการเก็บรักษา

อ่านฉลากทุกครั้ง โดยเฉพาะเมื่อเริ่มขวดใหม่หรือมีการเปลี่ยนแปลงอาการ

ก่อนใช้และระหว่างใช้

- ห้ามใช้เมื่อแพ้หรือสงสัยว่าแพ้ส่วนประกอบของผลิตภัณฑ์
- ไม่แนะนำให้ใช้ในหญิงมีครรภ์หรือให้นมบุตร ตามข้อมูลผลิตภัณฑ์
- ผู้ป่วยมะเร็ง เด็ก ผู้สูงอายุ หรือผู้มีภูมิคุ้มกันต่ำ ควรให้ทีมรักษาพิจารณาวิธีใช้ โดยเฉพาะความสามารถในการอมและกลืน
- หากใช้แล้วแสบมากขึ้น บวม ผื่น หรืออาการผิดปกติ ให้หยุดใช้และติดต่อบุคลากรทางการแพทย์

คำแนะนำ 7 วัน ไม่ใช่เหตุให้รอเมื่ออาการรุนแรง

ข้อมูลผลิตภัณฑ์แนะนำให้ปรึกษาแพทย์หากใช้แล้วไม่ดีขึ้นภายใน 7 วัน แต่ถ้ามีไข้ กินดื่มไม่ได้ หรืออาการแย่ลง ให้ติดต่อทีมทันที

เก็บให้ถูก และจดวันเปิดขวด

สถานะ	วิธีเก็บ
ยังไม่เปิด	เก็บที่อุณหภูมิห้อง หลีกเลียงแสงแดดโดยตรง ใช้ก่อนวันหมดอายุบนบรรจุภัณฑ์
เปิดแล้ว	สามารถเก็บในตู้เย็นช่องธรรมดาได้ และควรใช้ให้หมดภายใน 14 วันหลังเปิดตามคำแนะนำผลิตภัณฑ์
ทุกครั้งหลังใช้	ปิดฝาให้สนิท เก็บพ้นมือเด็ก และไม่ใช้ผลิตภัณฑ์หลังหมดอายุ

เปิดขวดวันที่ ใช้ภายในวันที่

แต่ละแนวทางช่วยคนละด้าน

ทีมรักษาอาจเลือกหลายวิธีร่วมกันตามสาเหตุและระดับความรุนแรง

แนวทาง	หน้าที่หลัก	ข้อควรรู้
น้ำสะอาด / น้ำเกลือ	ล้างเศษอาหารและดูแลความสะอาด	ไม่ใช่แทนยารักษาการติดเชื้อ และไม่สร้างฟิล์มยึดเกาะแบบเจล
PVP Gel	เคลือบเยื่อเฉพาะที่ ลดการรบกวนและแรงเสียดสี	ไม่ทำให้ชา ไม่ใช่แทนยาแก้ปวดหรือการรักษาสาเหตุ
ยาแก้ปวด / ยาชาเฉพาะที่	ลดความปวดด้วยฤทธิ์ยา	ใช้ตามแผนรักษา ยาชาบางชนิดต้องระวังช่วงกินและดื่มตามคำแนะนำ
ยาฆ่าเชื้อราหรือยาต้านเชื้อ	รักษาการติดเชื้อที่ประเมนแล้ว	ต้องเลือกให้ตรงเชื้อและข้อบ่งใช้ เจลเคลือบไม่ทำหน้าที่นี้
น้ำลายเทียม / ตัวช่วยเพิ่มความชุ่มชื้น	ช่วยดูแลปากแห้ง	เลือกตามสาเหตุและความเหมาะสม ร่วมกับการดูแลฟัน

การมีบทบาทต่างกัน ไม่ได้แปลว่าต้องเลือกอย่างเดียว

ผู้ป่วยที่มีแผลและติดเชื้ออาจต้องรักษาการติดเชื้อร่วมกับการทำความสะอาด การควบคุมปวด และการดูแลเฉพาะที่ การตัดสินใจขึ้นกับการประเมินของทีมรักษา ไม่ควรหยุดยาที่ได้รับเพราะเริ่มใช้ผลิตภัณฑ์ใหม่

ก่อนใช้ร่วมกัน ถามลำดับและช่วงเวลา

นำชื่อหรือรูปปลากของทุกผลิตภัณฑ์ให้เภสัชกรดู เพื่อหลีกเลี่ยงการใช้ซ้อนหรือรบกวนการใช้ตามแผน

ถามก่อนใช้ PVP Gel

คำตอบสั้น ๆ สำหรับเรื่องที่ผู้ป่วยและผู้ดูแลมักสงสัย

เป็นยาชาหรือไม่ ทำไมจึงช่วยลดการบวมแผลได้?

ไม่ใช่ยาชา ทำงานด้วยฟิล์มเคลือบเยื่อๆ จึงช่วยลดการสัมผัสและแรงเสียดสีเฉพาะที่ โดยไม่ได้ทำให้ปากชา

กลืนได้ทุกคนหรือไม่?

เว็บไซต์ระบุว่าสามารถกลืนตามฉลากในกรณีที่เหมาะสมได้ แต่ไม่ได้หมายความว่าผู้กลืนลำบากหรือเสี่ยง
สำคัญควรกลืนเอง ต้องให้ทีมรักษาประเมินก่อน

ใช้น้ำเกลืออยู่แล้ว ยังใช้ได้ไหม?

หน้าที่ต่างกัน น้ำเกลือใช้ล้างช่องปาก ส่วน PVP Gel ใช้เคลือบเยื่อๆ โดยทั่วไปใช้หลังทำความสะอาด และควร
จัดลำดับร่วมกับผลิตภัณฑ์อื่นตามคำแนะนำ

ขวดหนึ่งใช้ได้นานเท่าไร?

ถ้าใช้ครั้งละ 15 มล. วันละ 4 ครั้ง จะใช้ 60 มล./วัน ขวด 250 มล. จึงเพียงพอสำหรับ 4 วันเต็มและเหลือ 10
มล. ระยะใช้งานจริงขึ้นกับแผนของผู้ป่วย

ถ้ารู้สึกดีขึ้น หยุดยาหรือเลื่อนนัดได้ไหม?

ไม่ควรหยุดยา เปลี่ยนแผน หรือเลื่อนนัดเอง อาการที่ดีขึ้นไม่ได้ยืนยันว่าแผล การติดเชื้อ หรือปัญหาการกลืน
หายแล้ว

ต้องใช้เป็นสองเท่าเมื่อลิ้มหรือไม่?

ไม่เพิ่มปริมาณชดเชยเอง กลับมาใช้ตามฉลากหรือแผนที่ได้รับ และถามเภสัชกรหากไม่แน่ใจเรื่องเวลาใช้

ตัวอย่างการดูแลในหนึ่งวัน

ปรับตามเวลาตื่น มีอาหาร ยาประจำ และความสามารถของผู้ป่วย

ช่วงเวลา	กิจวัตรพื้นฐาน	เมื่อทีมแนะนำ PVP Gel
เช้า	ตรวจอาการและทำความสะอาดช่องปากอย่างอ่อนโยน	ใช้ตามขั้นตอนหน้า 15 และรออย่างน้อย 15 นาทีก่อนอาหาร/เครื่องดื่ม
ระหว่างวัน	รับน้ำตามแผน สังเกตความเจ็บและการกลืน	ไม่เพิ่มรอบหรือปริมาณเองเพื่อชดเชยอาการที่ยังควบคุมไม่ได้
ก่อนมื้อกลางวันและเย็น	เตรียมอาหารนุ่มในปริมาณที่รับไหว ทำความสะอาดช่องปากตามแผน	ใช้ก่อนมื้ออาหารตามฉลาก โดยเว้นเวลาหลังกลืนอย่างน้อย 15 นาที
หลังมื้ออาหาร	บ้วนปากเบา ๆ ตามคำแนะนำ ล้างเศษอาหาร	ใช้ตารางผลิตภัณฑ์ตามที่ทีมวางไว้
ก่อนนอน	แปรงฟัน ดูแลริมฝีปาก และทบทวนอาการของวัน	ใช้รอบก่อนนอนตามฉลาก หลังทำความสะอาด

ให้ทุกคนในบ้านใช้แผนเดียวกัน

บันทึกเวลาที่ใช้จริงไว้ เพื่อไม่ให้ผู้ดูแลคนต่อไปให้ซ้ำ หากวันใดเจ็บมากจนทำกิจวัตรไม่ได้ ไม่ฝืนให้ครบตาราง ควรติดต่อทีมเพื่อปรับการดูแล

เป้าหมายของวัน

ช่องปากสะอาดเท่าที่ทำไหว • รับน้ำและอาหารตามแผน • รู้ว่ามีอาการใดเปลี่ยนไป • ขอความช่วยเหลือทันเวลา

บันทึกอาการ 7 วัน

พิมพ์หน้านี้ใช้ซ้ำ หรือจดหัวข้อเดียวกันในโทรศัพท์ แล้วนำไปคุยกับทีมรักษา

ชื่อ ช่วงวันที่

การรักษาครั้งสุดท้าย วันที่

วันที่	เจ็บ 0-10	กิน/ดื่มได้ เทียบกับปกติ	อุณหภูมิ เมื่อวัด	อาการใหม่ / สิ่งที่ใช้

0 = ไม่เจ็บ · 10 = เจ็บมากที่สุดที่นึกได้

“กิน/ดื่มได้” จดเป็นปริมาณที่วัดได้ หรือประมาณเต็มมือ / ครึ่งมือ / ไม่ได้ พร้อมเวลาที่เริ่มลดลง

สิ่งที่อยากแจ้งทีมรักษา

แบบบันทึกช่วยสื่อสาร ไม่ใช่แบบวินิจฉัย

หากมีสัญญาณเตือนหน้า 11 ให้ติดต่อทีมทันที ไม่ต้องรอให้บันทึกครบ 7 วัน

คำถามที่ควรได้คำตอบ ก่อนกลับบ้าน

เลือกข้อที่ตรงกับปัญหา และให้ทีมช่วยเติมคำตอบเฉพาะของผู้ป่วย

☐ แผลหรืออาการนี้ น่าจะเกิดจากอะไร ต้องตรวจการติดเชื้อหรือไม่?

☐ ควรทำความสะอาดช่องปากด้วยอะไร บ่อยแค่ไหน?

☐ ถ้าเจ็บจนกินหรือแปรงไม่ได้ มีแผนบรรเทาปวดอย่างไร?

☐ กลืนได้ปลอดภัยหรือยัง ต้องปรับเนื้ออาหารหรือความชื้นหรือไม่?

☐ ควรได้น้ำและอาหารเท่าไร ต้องพบนักกำหนดอาหารหรือไม่?

☐ PVP Gel เหมาะกับช่วงนี้ไหม ต้องจัดเวลาอย่างไรกับสิ่งที่ใช้อยู่?

☐ อาการแบบไหนต้องโทรทันที และโทรหาใครนอกเวลาทำการ?

แผนเฉพาะของฉัน

เรื่อง	คำตอบจากทีมรักษา
เกณฑ์ไข้ / อาการเรงด่วน	
วิธีดูแลช่องปากและผลิตภัณฑ์ที่ใช้	
อาหาร / น้ำ / การกลืน	
วันนัดและช่องทางติดต่อ	

นำฉลากผลิตภัณฑ์ไปด้วย

รูปฉลาก รายการยา และบันทึกหน้า 20 ช่วยให้ทีมเห็นภาพการดูแลที่บ้านได้ครบขึ้น

ความรู้ทางการแพทย์

แหล่งอ่านต่อสำหรับผู้ป่วยและผู้ดูแล ตรวจสอบข้อมูลเพื่อจัดทำเล่มเมื่อ 22 กันยายน 2569

1. National Cancer Institute (NCI)

Mouth and Throat Problems: Cancer Treatment Side Effects

ภาพรวมอาการ ผลต่อการกินและดื่ม และแนวทางดูแลช่องปาก

[อ่านบทความ NCI: Mouth and Throat Problems](#)

2. National Cancer Institute (NCI)

Oral Complications of Cancer Therapies (PDQ®) - Patient Version

การเตรียมช่องปาก การทำความสะอาด ปากแห้ง ความปวด การติดเชื้อ และปัญหาการกลืน

[อ่าน NCI PDQ: Oral Complications](#)

3. National Cancer Institute (NCI)

Infection and Neutropenia during Cancer Treatment

สัญญาณติดเชื้อ ใช้ตั้งแต่ 38°C การติดต่อที่มรักษา และความปลอดภัยของอาหาร

[อ่าน NCI: Infection and Neutropenia](#)

4. American Cancer Society

Mouth Soreness and Pain

การดูแลแผลในปาก การตรวจฟัน และแนวทางลดการระคายเคือง

[อ่าน American Cancer Society: Mouth Soreness and Pain](#)

14. National Cancer Institute (NCI)

Nutrition During Cancer

พลังงาน โปรตีน โภชนาการ และการดูแลกำลังระหว่างรักษา

[อ่าน NCI: Nutrition During Cancer](#)

ขอบเขตของแหล่งอ้างอิง

แหล่งแพทย์ข้างต้นรองรับความรู้ดูแลช่องปากโดยทั่วไป ไม่ใช่การรับรองผลิตภัณฑ์ PVP Gel และไม่
ควรนำหลักฐานของผลิตภัณฑ์อื่นมาอ้างเป็นผลของ PVP Gel โดยตรง

อ่านต่อจากเว็บไซต์ของเรา

ใช้ข้อมูลความรู้จาก Cancer Mouth Care และข้อมูลผลิตภัณฑ์จาก PVP Gel

5. Cancer Mouth Care - หน้าหลัก

ภาพรวมการดูแลผู้ป่วยและผู้ดูแล

www.cancermouthcare.com

6. ตาราง 1 วัน ดูแลช่องปากผู้ป่วยมะเร็ง

[อ่านแนวทางกิจวัตรประจำวัน](#)

7. ผู้ป่วยมะเร็งเจ็บปาก กินอะไรดี

[อ่านแนวทางเลือกอาหารตามอาการ](#)

8. อาการในช่องปากที่ต้องแจ้งทีมรักษาทันที

[อ่านสัญญาณเตือนและการติดต่อทีม](#)

9. PVP Gel - กลไก ประโยชน์ และความปลอดภัย

[อ่านข้อมูลผลิตภัณฑ์ฉบับเต็ม](#)

10. PVP Gel - วิธีใช้

[อ่านวิธีใช้และช่วงเวลาใช้](#)

11. แนวทางอาหารและความชื้นสำหรับผู้กลืนลำบาก

[อ่านเรื่องการกลืนและการปรับเนื้อสัมผัส](#)

12. คำถามสำหรับคุยกับทีมรักษา

[อ่านแนวทางเตรียมคำถาม](#)

13. เอกสารข้อมูลผลิตภัณฑ์ PVP GEL มิถุนายน 2568

ข้อมูลขนาด วิธีใช้ ข้อควรระวัง และการเก็บรักษา เทียบกับเว็บไซต์ปัจจุบันในการจัดทำเล่มนี้

ข้อมูลผลิตภัณฑ์อ้างอิงเอกสารของบริษัทและเว็บไซต์สินค้า โปรดอ่านฉลากของขวดที่ใช้อยู่เสมอ ภาพสินค้าจริงมาจากชุดเว็บไซต์ PVP Gel ภาพบุคคลเป็นภาพประกอบสถานการณ์

ดูแลที่ละวัน ขอความช่วยเหลือให้ทัน

สังเกตช่องปาก • รักษาความสะอาด • รับประทานอาหารตามแผน • แจ้งอาการที่เปลี่ยนไป



PVP GEL

ตัวช่วยเคลือบเย็บ สำหรับดูแลเฉพาะที่

ใช้หลังทำความสะอาด
ตามฉลากและคำแนะนำทีมรักษา

15 มล. · กลั้ว 3-5 นาที
รอนอย่างน้อย 15 นาทีก่อนกิน/ดื่ม

ข้อมูลผลิตภัณฑ์และวิธีใช้

www.pvpgel.com

สอบถามข้อมูลสินค้า ผ่าน LINE ของ Genki House

เปิด LINE Genki House

ช่องทางสินค้านี้ไม่ใช่ช่องทางฉุกเฉินของโรงพยาบาล

อ่านความรู้เพิ่มเติม

www.cancermouthcare.com

PVP Gel เป็นเครื่องมือแพทย์สำหรับดูแลช่องปากเฉพาะที่ ไม่ใช่ยารักษามะเร็ง ไม่ใช่แทนการประเมินการติดเชื้อหรือภาวะกลืนลำบาก ผลที่รู้สึกได้แตกต่างกันในแต่ละบุคคล