

## การใช้ยาสมเหตุสมผล

ผศ.ดร.มยุรี ตั้งเกียรติกำจาย

คณะเภสัชฯ มศว

การใช้ยาสมเหตุสมผล คือการใช้ยาที่มีคุณภาพ มีประสิทธิผล ปลอดภัย และประหยัด ซึ่งโดยปกติโรงพยาบาลและร้านยาจะคัดเลือกยาที่มีคุณภาพเพื่อจ่ายให้ผู้รับบริการอยู่แล้ว แต่ในกรณีจากสมุนไพรผู้บริโภครู้จักเลือกซื้อผลิตภัณฑ์ที่ผลิตโดยโรงงานที่ได้รับการรับรองหลักเกณฑ์วิธีการที่ดีสำหรับการผลิตเท่านั้น (Good Manufacturing Practice, GMP) เนื่องจากผลิตภัณฑ์สมุนไพรที่ผลิตโดยโรงงานที่ไม่ได้รับการรับรอง GMP ผลิตภัณฑ์นั้นจะมีความเสี่ยงสูงที่จะปนเปื้อนเชื้อจุลินทรีย์เกินกว่าเกณฑ์ที่กำหนด<sup>1</sup> โดยเฉพาะเมื่อผลิตภัณฑ์นั้นไม่ได้รับการฉายรังสีเพื่อควบคุมปริมาณเชื้อจุลินทรีย์

ขณะนี้ประเทศไทยประสบปัญหาใหญ่คือเชื้อดื้อยา ทำให้การรักษามีค่าใช้จ่ายสูงขึ้นและผู้ป่วยอาจเสียชีวิตเนื่องจากไม่มียาใช้ เพราะยาที่มีอยู่ใช้ไม่ได้ผล ดังนั้นกระทรวงสาธารณสุขจึงรณรงค์ให้ใช้ยาปฏิชีวนะหรือยาฆ่าเชื้ออย่างสมเหตุผลใน 3 โรค คือหวัด เจ็บคอ, ท้องเสีย และแผลสะอาด ส่วนใหญ่ไม่จำเป็นต้องใช้ยาปฏิชีวนะ เนื่องจากไม่ได้ติดเชื้อแบคทีเรีย และไม่ควรรักษาด้วยยาปฏิชีวนะมาโดยตลอด เพราะนอกจากจะทำให้แผลหายช้าแล้ว ยังทำให้เกิดเชื้อดื้อยา เมื่อมีแผลให้ล้างแผลด้วยน้ำเกลือ หรือน้ำสะอาด จะช่วยทำให้แผลหายเร็ว และไม่เปื้อนแผลเป็น<sup>2</sup> นอกจากนี้มีความเข้าใจผิดของประชาชนว่ายาแก้ปวดคือยาปฏิชีวนะ ซึ่งทำให้เกิดการใช้ยาปฏิชีวนะพร่ำเพรื่อ และการอักเสบอาจเกิดจากการติดเชื้อหรือไม่ติดเชื้อ ดังนั้นจึงไม่ควรเรียกยาปฏิชีวนะว่ายาแก้ปวด

ยาแก้ปวดกลุ่มเอ็นเสด (NSAIDs) ที่ผู้บริโภครู้จักมาใช้เอง ควรใช้เฉพาะเมื่อมีอาการปวดเท่านั้น เมื่อไม่มีอาการปวดควรหยุดใช้ ไม่ควรใช้ติดต่อกันเป็นประจำเกิน 2 สัปดาห์ โดยเฉพาะในผู้สูงอายุ ผู้ที่มีการทำงานของไตบกพร่องห้ามใช้ยานี้ เพราะเพิ่มความเสี่ยงการเกิดอาการไม่พึงประสงค์จากยา ได้แก่ ทำให้เกิดโรคไตวายเฉียบพลันและแผลในกระเพาะอาหาร<sup>3</sup> นอกจากนี้ไม่ควรใช้ยาชุดแก้ปวด เพราะอาจได้รับยาเอ็นเสดซ้ำซ้อนมากกว่า 1 ชนิด ซึ่งไม่เพิ่มประสิทธิผลในการรักษา แต่เพิ่มอาการไม่พึงประสงค์ รวมทั้งอาจได้รับยาสเตียรอยด์ ซึ่งมีผลข้างเคียงมาก เช่น ทำให้เกิดแผลในกระเพาะอาหาร น้ำตาลในเลือดสูง ความดันโลหิตสูง บวม น้ำ เป็นสิว ผิวยาง มีจ้ำเลือด แผลหายช้า หน้ากลมอูมคล้ายพระจันทร์ และกระดูกพรุน<sup>3</sup>

เมื่อปวดศีรษะ ปวดกล้ามเนื้อ หรือมีไข้ แนะนำให้รับประทานยาพาราเซตามอลเพียง 1 เม็ดเท่านั้น ทุก 4 – 6 ชม. สำหรับผู้ที่น้ำหนักตัว 34-50 กก. รับประทาน 1 เม็ดครึ่ง สำหรับผู้ที่มีน้ำหนักตัว 50-67 กก. รับประทาน 2 เม็ด สำหรับผู้ที่มีน้ำหนักตัวมากกว่า 67 กก.<sup>4</sup> การรับประทานในขนาดดังกล่าวให้ประสิทธิผลเช่นเดียวกัน และลดความเสี่ยงการเกิดพิษต่อตับจากยาพาราเซตามอล ควรระวังการใช้ยาพาราเซตามอลซ้ำซ้อน เนื่องจากยาพาราเซตามอลจะสะสมอยู่ในยาสูตรผสมอื่นๆ เช่น ยาสูตรลดไข้ ลดน้ำมูก และแก้คัดจมูก และยาสูตรคลายกล้ามเนื้อ ดังนั้นก่อนใช้ยาควรอ่านฉลากก่อนทุกครั้ง ปวดหัวไมเกรน ไม่แนะนำให้ใช้ยาเออร์โกตามีนเป็นยาแรก เนื่องจากอาจใช้ยาเกินความจำเป็น และเพิ่มความเสี่ยงการเกิดอาการไม่พึงประสงค์จากยา ได้แก่ คลื่นไส้ อาเจียน ความดันโลหิตสูง หัวใจเต้นเร็ว ปลายมือหรือเท้าเย็นหรือชา และเนื้อตายที่ปลายมือหรือเท้า<sup>3</sup> ควรเริ่มรักษาโดยใช้ยาพาราเซตามอลก่อน ในกรณีที่จำเป็นต้องใช้ยาเออร์โกตามีน ให้ใช้เฉพาะเวลาที่มีอาการปวดหัวไมเกรนเท่านั้น ห้ามใช้ติดต่อกันทุกวันเพื่อป้องกันอาการปวด ห้ามรับประทานเกิน 6 เม็ดต่อวัน และห้ามรับประทานยาเกิน 10 เม็ดต่อสัปดาห์ ห้ามใช้ในผู้ที่มีประวัติหลอดเลือดส่วนปลายอุดตัน โรคหลอดเลือดหัวใจ ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่ควบคุมความดันไม่ได้ ผู้ที่มีการทำงานของไตและไตบกพร่อง หญิงตั้งครรภ์ และหญิงให้นมบุตร<sup>3</sup>

## เอกสารอ้างอิง

1. Sornchaithawatwong C, Tadtong S, Tangkiatkumjai M. The prevalence of quality herbal product in Thailand Nakhon Nayok: Faculty of Pharmacy, Srinakharinwirot University; , 2018.
2. คณะทำงานวิชาการเพื่อส่งเสริมการใช้ยาสมเหตุสมผลในร้านยา. การใช้ยาสมเหตุสมผลในร้านยา. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา, 2560.
3. DiPiro JT, Talbert RL, Yee GC, Matzke G, Wells BG, Posey L. *Pharmacotherapy: A Pathophysiologic Approach*. 10<sup>th</sup> ed. New Yoirk: McGraw-Hill, 2017.
4. ประกาศกระทรวงสาธารณสุข. ยาสามัญประจำบ้านแผนปัจจุบัน. กรุงเทพฯ; , 2560:20-23.