

# รู้เท่า-รู้ทัน

# “ยาแก้อักเสบ”

คุณรู้จักยาปฏิชีวนะหรือยาแก้อักเสบไหมครับก็ยาตัวที่คุณกินเวลาเจ็บคอ มีแผล หรือติดเชื้อต่างๆ บ่นใจครับ เป็นยาที่หมอจะบอกไว้ว่าต้องกินจนหมด หลายๆตัวผมเชื่อว่าหลายๆจะต้องรู้จักกัน อย่างเช่นอะม็อกซิ Amoxy นอพ็อก Norox ไซอะม็อกซี่ ไบหลาย ไก่เปลี่ยนไปไซ้ออิกเมนติน Augmentin ไซนอWอก Noroxไบหลาย ไก่เปลี่ยนไป ไซปโรย Ciprobay

## นี่คือความเชื่อผิดๆ ที่ว่า “ยาแก้อักเสบ ยิ่งแรง ยิ่งดี”

ผู้ชายคนหนึ่งเป็นไข้เจ็บคอ ตรวจแล้วคอกก็ไม่ค่อยแดง ทอนซิลไม่โต ไม่มีไซ้ เมื่อหมอจะสั่งยาให้กลับบ้านโดยให้เป็นยาลดน้ำมูกแก้แพ้ ยาลดไซ้ (และยาลดอักเสบซึ่งให้ไปแบบเสียมิได้) ปรากฏว่าผู้ป่วยบอกว่า“ต้องการAugmentin เท่านั้น” ถ้าไม่ได้จะไม่ยอมกลับ หมอใช้เวลากับผู้ป่วยรายนี้อยู่นาน ไม่ว่าจะอธิบายว่าไม่มีความจำเป็นเพียงใดเขาก็ยังยืนยันว่าต้องการยาตัวนี้ และ “หมอจะต้องให้ยาตัวนี้โดยใช้สิทธิสามสิบบาท” หมอปฏิเสธไม่ยอมจ่ายยาตัวนี้ ผู้ชายคนนี้จากไปพร้อมกับบอกว่า หมอรักษาโดยไม่มาตรฐาน อีกรายหนึ่ง...ผู้ป่วยเด็ก พ่อแม่พ่ไปรักษาที่คลินิก ได้ยาแก้อักเสบมาชนิดหนึ่งชื่อ Zithromax กินไปได้ ซ่อนหนึ่งไม่ดีขึ้นก็พาไปโรงพยาบาล บอกว่ายาไม่ดี ต้องการเปลี่ยนยาเป็นยาที่แรงกว่านี้

## 2 กรณีแล้ว นึกอะไรได้ลองนึกไว้ในใจนะ

ปัญหาเชื่อดื้อยา จัดว่าเป็นปัญหาที่รุนแรง พอสมควรในเมืองไทยขณะนี้ การประชุมโรคติดเชื้อแต่ละปี ก็ต้องมีเรื่องเชื่อดื้อยาเข้ามาเกี่ยวข้อง รายงานเผื่อระวังเชื่อดื้อยาที่ทำใน รพ. 30-40 แห่งทั่วประเทศ ก็ชี้ให้เห็นว่าเชื่อดื้อยาเมืองไทยเริ่มดื้อยามากขึ้นทีละน้อยบางคนได้ยีนว่าเชื่อดื้อยากี่ไม่คิดอะไร ก็บอกคำว่า “ก็ให้ยาแรงขึ้นสิ” ไม่เห็นยากอะไร... ความคิดแบบนี้ยังมีในสังคมทั่วไป ซึ่งนับว่าเป็นความเชื่อที่น่ากลัว นอกจากนี้ยังมีอีกหลายความเชื่อดื้อยากจะนำมาบอก

### 1. ป่วย มีไซ้ ต้องใช้ยาแก้อักเสบ

เวลามีคนป่วยมาโรงพยาบาล ด้วยอาการมีไซ้ เวลาจ่ายยากลับบ้านแล้วไม่มียาแก้อักเสบ ผู้ป่วยจำนวนไม่น้อย

จะย้อนกลับมาขอยาแก้อักเสบยาแก้อักเสบหรือยาปฏิชีวนะส่วนใหญ่ใช้ในการรักษาเชื้อในกลุ่มแบคทีเรีย ส่วนน้อยจะมียาบางชนิดที่ใช้ในการรักษาเชื้อไวรัสหรือเชื้อราโรคส่วนใหญ่ของคนที่มาโรงพยาบาลเป็นโรคทางเดินหายใจและทางเดินอาหาร นั่นคือกลุ่มพวกไซ้เจ็บคอ หรือท้องเสีย ซึ่งในกลุ่มนี้ ส่วนใหญ่ของการติดเชื้อจะเป็นเชื้อไวรัส... ซึ่งการให้ยาแก้อักเสบส่วนใหญ่ก็เป็นยาฆ่าเชื้อแบคทีเรีย จึงไม่ค่อยได้ประโยชน์ การให้ยาแก้อักเสบในผู้ป่วยทุกรายที่ป่วยมีไซ้ ก็อาจจะเป็นการรักษาที่เกินไปสักนิดหนึ่งและจะสร้างมาตรฐานที่ไม่ดี ทำให้ผู้ป่วยเข้าใจผิดว่า ถ้าไม่ได้ยาแก้อักเสบคือไม่มีมาตรฐาน

### 2. ยาแพง ยาแรง

ผู้ป่วยบางคนดูราคาแล้วตัดสินใจว่ารักษาดี หรือไม่หรืออย่างง่ายหน่อย ถ้าป่วยแล้วรู้สึกว่าการไม่สบายมีมาก ถ้าเห็นชื่อยาแล้วคุ้นหูคุ้นตาก็นึกว่าไม่ตีพอ คำว่า “ยาแรง” เป็นคำที่ก่อความเข้าใจผิดกันมานานมาก เนื่องจากทำให้เข้าใจว่า ยามีแบบแรงแบบอ่อน ที่ร้ายไปกว่านั้น กลายเป็นว่า ถ้ารักษาไม่หาย แปลว่าแพทย์เอายาห่วยๆ ถูกๆ มาให้ ทั้งที่ถ้าเอายาแรงๆ มาให้ ก็จะช่วยป่วยได้ ที่จริงการใช้ยาปฏิชีวนะ ไม่ควรใช้คำว่า “ยาแรง” แต่ต้องเรียกว่า ต้องเลือกใช้ยาตามเชื้อที่เป็น เชื้อโรคที่ก่อให้เกิดโรคกันก็มีหลายชนิดแตกต่างกันไป โดยการเลือกใช้ยา ก็ต้องดูว่า ยาตัวนี้ สามารถใช้ได้กับเชื้อตัวนี้หรือไม่ ยาราคาแพงบางตัวถูกสร้างขึ้นมาโดยมีความสามารถฆ่าเชื้อไม่กี่ชนิด ... และบ่อยครั้งที่ยาราคาแพงบางตัว ไม่สามารถนำมาใช้รักษาโรคร่างๆ ได้ ยกตัวอย่างเช่น โรคติดเชื้อในกระเพาะปัสสาวะ ใช้ยา Norfloxacin เม็ดละบาท สามวันหาย แต่ไปใช้ยา Clindamycin ราคาแพงกว่ากันหลายสิบเท่า กลับไม่หาย

### 3. หายแล้วก็หยุดกินได้

จริงๆ แล้ว ทุกคนรู้ว่า การใช้ยาฆ่าเชื้อ ต้องกินจนครบไม่ควรหยุดก่อนหรือหยุดเมื่อรู้สึกว่ายดีขึ้น แต่ในสภาพปัจจุบัน ผู้ป่วยส่วนใหญ่มักจะกินเพียงสองสามวันเท่านั้น หลังจากนั้นก็เก็บเอายานั้นไว้ใช้ในครั้งต่อไป การทำเช่นนี้ก่อผลเสียสองอย่างก็คือ อย่างแรก ในครั้งแรก การได้รับยาไม่พอก็จะทำให้เชื้อเกิดการดื้อยาขึ้นมาบางส่วนและยังไม่ทันถูก ฆ่าให้หมดไป... ถึงจะหายป่วย แต่ก็จะมีเชื้อที่ดื้อยาหลงเหลืออยู่ อย่างที่สอง เมื่อเก็บยาไว้ใช้ในครั้งต่อไป มักจะเก็บไม่ถูกวิธี ยาที่ใช้ก็เสื่อมสภาพไป เมื่อนำมาใช้ก็ให้ระดับยาที่ต่ำเกินกว่าที่จะฆ่าเชื้อได้ ก็จะทำให้เชื้อที่เสี่ยงจะดื้อยาอยู่แล้วเกิดการดื้อยาเพิ่มยิ่งขึ้นไปอีก

### 4. เราสามารถซื้อยาตามอาการได้

เวลาที่ไปร้านขายยา ผมจะเห็นยาที่วางขายให้หยิบจ่ายกันง่ายๆ อย่างไม่มีกรควบคุม อย่าง “เตตราไซคลิน” เอาไว้ซื้อหาไว้แก้อาการตามต้องการ เจ็บคอ มีแผล รู้สึกไม่สบาย ก็เดินเข้ามาแล้วสั่งยากัน...หรือที่เจอบ่อยๆ อีกเช่นกัน ก็คือ เดินเข้าร้านปุ๊บก็บอกว่า “เจ็บคอ ขอซื้อ Augmentin น้อย” ทางร้านก็บ้ำจึขายให้... แม้แต่ที่เคยลองเอง เจ็บคอ ไปซื้อยาแก้เจ็บคอ ยังเคยได้ Amoxy มาเลย อย่างที่ได้กล่าวไว้ว่า การใช้ยาปฏิชีวนะ ต้องใช้โดยมีความรู้เรื่องเชื้อเรื่องยา การซื้อเองโดยไม่มีความรู้หรือคิดว่ารู้(แต่จริงๆ ไม่รู้) นอกจากจะได้ยาไม่ตรงกับสิ่งที่ป่วยอยู่ ยังอาจเกิดอันตรายได้ มิฉะนั้น เขาคงไม่ระบุไว้ข้างกล่องหรือกรับว่า “ยาอันตราย

“ยาแก้อักเสบ” มีความสำคัญกับสุขภาพร่างกายของคนเรา ในยามที่เกิดการเจ็บป่วยอันเนื่องมาจากสาเหตุต่างๆ โดยเฉพาะผู้ที่ออกกำลังกายแล้วเกิดอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อแบบชนิดที่ไม่เป็นอันตรายหรือรุนแรงจนไปถึงขั้นที่กล้ามเนื้ออักเสบในรายที่หักโหมหรือเกิดอุบัติเหตุอันเนื่องมาจากการเล่นกีฬาที่เป็นได้ แต่มีความจำเป็นอย่างมากที่เราต้องรู้เท่าทันหรือรู้จักกับยาแก้อักเสบที่เราจะใช้เพื่อบรรเทาหรือรักษาอาการเจ็บป่วยต่างๆ ให้มีความปลอดภัยต่อร่างกายของเรา

ยาแก้อักเสบเป็นยาที่คุ้นเคย เป็นยาที่หาซื้อตามร้านขายยาทั่วไปได้ ยาแก้อักเสบหมายถึง 1. ยาแก้อักเสบฆ่าเชื้อ (ยาปฏิชีวนะ) 2. ยาแก้อักเสบแก้ปวด ซึ่งทั้งสองอย่างนี้ชาวบ้านเองส่วนใหญ่ไม่ทราบว่าเป็นชนิดใด ทราบแต่ว่าเป็นยาแก้อักเสบ

ในที่นี้จะกล่าวถึงกลุ่มยาแก้อักเสบ แก้ปวด ซึ่งแบ่งออกได้เป็น กลุ่มสเตียรอยด์ และไม่ใช้กลุ่มสเตียรอยด์ (Non- Steroidal Anti-Inflammatory Drugs, NSAIDs)

1. **กลุ่มยาสเตียรอยด์ (steroid)** กลุ่มตัวนี้ในทางการแพทย์จะใช้เพื่อต้านกันอักเสบ และกดภูมิคุ้มกัน เป็นกลุ่มยาที่ใช้ภายใต้การดูแลของแพทย์อย่างใกล้ชิด เพราะมีผลข้างเคียงมาก เช่น



ทำให้ภูมิคุ้มกันต่ำก่อให้เกิดการติดเชื้ออย่างรุนแรง ทำให้กระดูกผุ ทำให้ไตวาย ยาในกลุ่มนี้ชาวบ้านอาจนำไปใช้ในนามของ ยาลูกกลอน ยาหม้อ ยาชุด

2. **กลุ่ม NSAIDs** เป็นกลุ่มที่ใช้กันบ่อยและคุ้นเคยกันมากใช้ในกรณี ลดการอักเสบ ลดปวด ลดไข้ ใช้เป็นยาต้านการแข็งตัวของเกล็ดเลือด เป็นกลุ่มยาที่มีหลายชนิด หลายยี่ห้อ มาก มีครึ่งชีวิตสั้นและยาวแตกต่างกัน ตัวอย่างกลุ่มยาคือ aspirin, brufen, ibuprofen, diclofenac (voltaren), ponstan, indomethacin, mobic, celebrex และอื่นอีกมากมาย การใช้ยาในกลุ่มนี้สามารถใช้ได้แต่ต้องระมัดระวัง และถ้าไม่จำเป็นอย่าใช้ติดต่อกันนาน มีทั้งรูปแบบกิน ฉีด ทา และสเปรย์

### ผลข้างเคียงของยาในกลุ่ม NSAIDs

1. **ผลต่อกระเพาะอาหาร** ทำให้กระเพาะอักเสบ กระเพาะทะลุ
  2. **ผลข้างเคียงต่อดับ** การทำงานของตับผิดปกติ ดับอักเสบ
  3. **ผลต่อไต** ทำให้ไตขาดเลือด การกรองของไตเสียไป มีของเสียคั่งในร่างกาย ทำให้บวม ทำให้ไตอักเสบ สุดท้ายทำให้ไตวายได้
  4. **การแพ้ยา** ซึ่งพบว่าเป็นกลุ่มที่แพ้ได้บ่อย
  5. **ผลต่อเกล็ดเลือด** ทำให้การทำงานของเกล็ดเลือดเสียไป หรือเกล็ดเลือดน้อยลง
- ดังนั้นการใช้ยาแก้อักเสบเหล่านี้ต้องใช้อย่างระมัดระวังเพื่อได้ประโยชน์จากยาอย่างแท้จริง มิฉะนั้นรักษาโรคหนึ่งกลับได้มาอีกโรคหนึ่งครับ