



PHARMACY



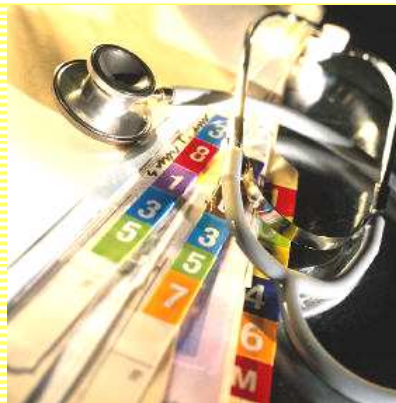
NO. 8 : JAN - APR 2010

DIS, BNH HOSPITAL

ADR ; แพ้ยา หรือ อาการข้างเคียง?

สวัสดีครับ มาพบกันอีก กตปราสาท ง่วงซึม ปากคอแห้ง ครั้งในเรื่องของ ADR จำได้ว่า ตามมาด้วย ผลดังกล่าวนี้คือ ฉบับแรกเราเคยพูดกันถึงเรื่อง อาการข้างเคียงจากยา ซึ่งความ ADR ไปแล้ว แต่อาจจะลืมเลือกรุนแรงของอาการดังกล่าวจะ กันไปหมดแล้วขอทบทวนอีกสัก ขึ้นกับปริมาณยาที่ได้รับ ถาลด ครั้งนะครับ

ADR = Adverse Drug Reaction แปลกันตรงๆ ก็คือ ปฏิกริยาไม่พึงประสงค์อันเกิด จากยาซึ่งได้แก่ อาการ ข้างเคียงจากยา และ การแพ้ ยา ซึ่งทั้งสองอย่างนี้มีความ แตกต่างกัน โดยผลข้างเคียง จากยานั้นเกิดจากฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาของยาตัวนั้นๆ ซึ่ง อาจออกฤทธิ์ไม่จำเพาะเจาะจง ทำให้ได้ผลไม่พึงประสงค์ตามมา ยกตัวอย่างเช่น ยา CPM เป็นยา ลดน้ำหนัก แก่แพ้ แต่ตัวยามี คุณสมบัติในการผ่านเข้าสู่ระบบ ประสาทส่วนกลาง ทำให้เกิดผล



ขนาดยาลง อาการก็จะทุเลาเบา บางลงด้วย ในขณะที่อาการแพ้ ยานั้น เกิดจากระบบภูมิคุ้มกัน ของร่างกายมีความไวผิดปกติต่อ ยาตัวนั้นๆ ทำให้เกิดปฏิกิริยา

ต่อต้านทาง Immunology ก่อให้เกิดการอักเสบในบริเวณ ต่างๆ ผ่านไปกับระบบเลือด เกิด ผื่นตามผิวหนัง บวมแดง ส่งผล ต่อระบบทางเดินอาหาร ทางเดิน หายใจ เยื่อปิวต่างๆ ซึ่งอาการ ดังกล่าวสามารถเกิดขึ้นได้แม้มีรับ ยาเพียงปริมาณเพียงเล็กน้อย ความรุนแรงของอาการจึงไม่ ขึ้นกับปริมาณยาที่ได้รับ

โดยสรุปแล้วอาการ ข้างเคียง เมื่อเกิดแล้วไม่เป็น อันตรายถึงแก่ชีวิต เป็นสิ่งที่ สามารถรู้ล่วงหน้า และบรรเทา ความรุนแรงลงได้ อีกทั้งยังสามารถกลับมาใช้ยาตัวนั้นๆ ได้ อีก ในขณะที่การแพ้ยาไม่ สามารถกลับมาใช้ยาตัวนั้นๆ ได้ เพราะบางครั้งอาการที่เกิดขึ้น อาจรุนแรงจนถึงขั้นเสียชีวิตได้ ดังนั้นสอบถามประวัติการแพ้ยา ทุกครั้ง หากตรวจพบ รีบแจ้ง จะ ช่วยลดการเกิดแพ้ยาซ้ำได้ครับ

Health's Tips



นอนแต่หัวค่ำ

ป้องกันโรค... อ้วน

จากข้อมูลทางระบาด วิทยา พบว่าการนอนน้อยมี ความสัมพันธ์กับโรคอ้วน เนื่องจากการนอนน้อยทำ ให้ฮอร์โมนเปลี่ยนแปลงไป ฮอร์โมนที่เปลี่ยนแปลง ได้แก่ เลปติน และเกรลิน โดยทำให้เลปตินที่ส่ง สัญญาณไปยังสมองว่า "อิ่ม" ลดลง และทำให้ เกรลินที่ส่งสัญญาณไปยัง สมองว่า "หิว" เพิ่มขึ้น ทำให้คนอดนอน กินแบบไม่ บัณฑิตันยัง ส่งผลให้เป็น โรคอ้วนตามมา

ส่วนการนอนอย่าง เพียงพอ มีส่วนทำให้รู้สึกอิ่ม ตามจริง หิวตามจริง แต่ การนอนอย่างเดียวยังไม่พอ ควรออกกำลังกายทุกวัน ด้วย การออกกำลังกายแรง ปานกลาง เช่น เดินเร็ว อย่างน้อยวันละ 60 นาที จึงจะป้องกันโรคอ้วนได้คะ ฟังข่าวนี้แล้วอยาก ขวนให้ทุกคนนอนตั้งแต่ หัวค่ำ แล้วตื่นเช้าๆ มา ออกกำลังกาย ไล่โรคอ้วน ไปให้ไกลๆ เลยคะ

Q&A

ถาม : ทำไมยาเม็ดบางอย่างไม่สามารถบดให้กับผู้ป่วยได้

ตอบ : ยาในรูปแบบเม็ดยังมีอยู่ด้วยกันหลายชนิด

- 1. ยาออกฤทธิ์เน้น** เช่น ซีโอยาที่มีคำต่อท้ายว่า **CR, MR, SR, XL** ซึ่งถูกออกแบบมาเพื่อปลดปล่อยตัวยา ช้าๆ และต่อเนื่อง ถ้านำไปบดตัวยาก็จะถูกปล่อยออกมาพร้อมกันทั้งหมดทำให้ได้ยาขนาดมากเกินไปในครั้ง เดียวจนอาจเกิดอันตรายกับผู้ป่วยได้
- 2. Enteric-coated tablet** เนื่องจากตัวยาระคายเคืองกระเพาะอาหาร หรือเป็นตัวยาที่ถูกทำลายได้โดย กรดในกระเพาะอาหาร จึงต้องเคลือบเม็ดยาไว้เพื่อให้ไปปลดปล่อยยาที่ลำไส้เล็ก ถ้านบดจะทำให้ตัวยาถูกกรด ทำลาย หรือเกิดการระคายเคืองกระเพาะอาหารได้
- 3. ยาอมใต้ลิ้น** ถูกออกแบบมาเพื่อให้ถูกดูดซึมผ่านหลอดเลือดดำบริเวณใต้ลิ้น/ กระพุ้งแก้มได้อย่างรวดเร็ว และหลีกเลี่ยงการถูกทำลายที่ตับก่อนที่ตัวยาคจะถูกดูดซึมเข้ากระแส เลือด (first pass effect) ไปจนถึงเพื่อป้องกันการสัมผัสกับยาอื่น หรืออาหาร หรือน้ำย่อยในระบบทางเดินอาหาร ซึ่งจะมีผลต่อความ แรงของยา หรือ ปริมาณยาในกระแสเลือด ถ้านบดจะทำให้ยาเสีย คุณสมบัติดังกล่าว
- 4. ยาเคมีน่าบด** เมื่อบดแล้ว ตัวยาซึ่งสามารถเป็นสารก่อมะเร็งหรือ ก่อภาวะทารกพิการจะฟุ้งกระจายไปเป็นอันตรายต่อผู้ที่บดยาได้



ภาวะมีบุตรยากจาก PCOS

PCOS ย่อมาจาก Polycystic Ovary Syndrome

พบได้มากในหญิงวัยเจริญพันธุ์ เป็นกลุ่มอาการที่เกี่ยวข้องกับระบบต่อมไร้ท่อ ร่วมกับภาวะไม่มีการตกไข่ และการมีฮอร์โมนเพศชายมากเกินไป มักตรวจพบว่าที่รังไข่แทนที่จะมีถุงไข่เพียง 1 ถุงโตขึ้นเรื่อย ๆ เพื่อให้ไข่ตกในแต่ละเดือน กลับพบว่าในรังไข่ มีถุงไข่เล็ก ๆ เต็มไปหมด ไม่มีถุงไข่ใหญ่ไหนจะเจริญจนถึงการตกไข่ รังไข่เองก็จะโตกว่าปกติเล็กน้อย จึงเป็นที่มาของคำว่า Polycystic (Poly = มาก, Cyst = ถุง)

เชื่อว่าโรคนี้เกิดจากการที่ร่างกายผู้ป่วยตอบสนองต่ออินซูลินลดลง (อินซูลินนี้เป็นฮอร์โมนที่ช่วยนำกลูโคสเข้าสู่เซลล์) ทำให้ร่างกายต้องผลิตอินซูลินออกมามากขึ้น เมื่อระดับอินซูลินในเลือดสูงก็จะกระทบกับระบบอื่น ๆ รวมถึงการกระตุ้นรังไข่ให้ผลิตแอนโดรเจน ที่เป็นฮอร์โมนเพศชายออกมามาก เป็นสาเหตุให้เกิดภาวะขนดก หรือมีสิว นอกจากนี้ หญิงที่เป็นโรคนี้อาจมีความเสี่ยงมากขึ้นที่จะเกิดโรคเบาหวาน โรคไขมันในเลือดสูง และโรคความดันโลหิตสูงในอนาคตอีกด้วย



ในกรณีที่ไม่ต้องการมีบุตร แพทย์จะให้ยาคุมกำเนิด ซึ่งจะช่วยให้มีประจำเดือนปกติ และคุมกำเนิดไปในคราวเดียวกัน (คนเป็นโรคนี้อาจมีไข่ตกบ้างบางเวลา) ถ้าไม่ต้องการรับประทานยาคุมกำเนิดก็ให้ฮอร์โมนโปรเจสโตเจนรับประทานเป็นรอบ ๆ ไป

ในทางกลับกัน ถ้าต้องการมีบุตร แพทย์จะกระตุ้นให้มีการตกไข่ (มีทั้งยาเกินและยาฉีด) หรือใช้ยากระตุ้นการตอบสนองต่ออินซูลินของร่างกายหรือทั้ง 2 อย่างแล้วแต่กรณี ถ้ายังไม่ได้ผล (หรือเป็นอีก

ทางเลือกหนึ่ง) คือ ใช้การผ่าตัดส่องกล้องผ่านช่องท้อง โดยใช้ไฟฟ้าไปทำลายเนื้อเยื่อของรังไข่ส่วนที่สร้างแอนโดรเจนมากเกินไป ซึ่งช่วยทำให้เกิดการตกไข่เองได้ และตั้งครภ์ 50-60 %

หากสงสัยว่าตัวเองมีความเสี่ยง อย่าพึ่งนอนใจ รีบพบแพทย์ตรวจให้แน่ใจแต่เนิ่น ๆ ดีกว่าครับ

อาการแสดงที่พบ

- มีรอบเดือนผิดปกติ (~90%)
- ไม่มีอาการตกไข่และมีบุตรยาก (~75%)
- มีภาวะน้ำหนักเกิน (~40%)
- มีขนมากขึ้นตามใบหน้า/ตามตัว (~70%)
- เป็นสิว (~35%) และผมร่วง (~8%)

กลูเตน (Gluten)

มาจากภาษาละติน หมายถึง กาว เป็นโปรตีนชนิดไม่ละลายน้ำที่พบได้ในเมล็ดพืชจำพวกข้าวบางชนิด เช่น ข้าวสาลี ข้าวไรย์ และข้าวบาร์เลย์ โดยจะอยู่รวมกันกับส่วนของแป้ง และ เยื่อหุ้มเมล็ด ซึ่งกลูเตนจะประกอบด้วยโปรตีนสองชนิดเรียกว่า เกลียนิน (gliadin) และ กลูเตนิน (glutenin) โดยปกติแล้ว กลูเตนเป็นแหล่งโปรตีนที่สำคัญ ทั้งในแง่ของอาหารที่มีกลูเตนอยู่แล้ว และอาหารโปรตีนต่ำที่เพิ่มกลูเตนเข้าไป

ในรายที่ไวต่อกลูเตน (Gluten sensitive) เมื่อรับประทานอาหารที่มีกลูเตนจะเกิดความผิดปกติของระบบ

ภูมิคุ้มกันทำให้เกิดอาการแสดงต่อระบบทางเดินอาหาร เช่น ปวดท้อง ท้องอืด ถ่ายเหลว เรียกว่าอาการที่เกิดจากกลูเตนนี้ว่า Coeliac disease ซึ่งจะแตกต่างจากรายที่แพ้ข้าวสาลี (wheat allergy) ที่อาการแสดงมักจะเกิดกับผิวหนัง หรือระบบทางเดินหายใจ เช่น ผื่นเป็นผื่นบวมอักเสบ (eczema) หอบ หายใจไม่สะดวก

โปรตีนในเมล็ดข้าวสาลีจะมีกลูเตนประมาณ 80% และเนื่องจากกลูเตนเป็นโปรตีนที่ไม่ละลายน้ำ จึงสามารถขจัดออกจากแป้งได้ง่าย โดยมีการผลิตแป้งที่ปราศจากกลูเตนขึ้นเพื่อให้ผู้บริโภคมีทางเลือกที่หลากหลายในการบริโภค

อาหารที่เหมาะสมและไม่เป็นอันตรายต่อร่างกายของตนเอง รวมไปถึงการผลิตกลูเตนผงเพื่อใช้ในการผลิตอาหารบางประเภท เช่น ขนมปัง ซึ่งกลูเตนจะช่วยเพิ่มความหยุ่น และ การคงรูปให้กับขนมปังให้ดียิ่งขึ้น



คำถามประจำฉบับ

Q: เม็ดยาที่ถูกนำไปบด แล้วตัวยาก็ปล่อยออกมาพร้อมกัน ทำให้ได้ขนาดยามากเกินไปในครั้งเดียวจนอาจเกิดอันตรายกับผู้ป่วยได้ เป็นเม็ดยารูปแบบใด และเราสามารถสังเกตได้ง่ายๆ จากอะไร

A:

ชื่อผู้ตอบ.....แผนก.....เบอร์โทร.....

ส่งคำตอบได้ที่แผนกเภสัชกรรมทุกชั้น ผู้โชคดีที่ตอบถูก 5 ท่านแรก จะได้รับของที่ระลึกจากแผนกเภสัชกรรม แล้วพบกับใหม่กับ Pharmacy Newsletter ฉบับหน้าเดือนพฤษภาคมค่ะ