

เก็บยาสะสม ... เป็นภัยต่อสุขภาพแบบไม่รู้ตัว

เมื่อความเจ็บป่วยมาเยือน ทั้งโรคเรื้อรัง หรือโรคตามฤดูกาลทั่วไป ที่ทำให้ต้องไปพบแพทย์ หรือไปซื้อยา รับประทานเอง การเจ็บป่วยแต่ละครั้งเมื่อแพทย์วินิจฉัยและจ่ายยาให้ผู้ป่วยโดยการคำนวณยาให้พอดีกับมวลร่างกาย น้ำหนัก และอาการของโรค แต่บ่อยครั้งเมื่อผู้ป่วยรับยากลับบ้านไปแล้วอาจจะลืมกินยาในบางมื้อ อาหารไปบ้าง และเมื่ออาการป่วยใช้หายดีก็จะมีบางจำนวนที่เหลือ ซึ่งหลายท่านก็มักจะเก็บยาที่เหลือไว้ในตู้ยาสามัญประจำบ้าน ด้วยความเข้าใจว่ายามเจ็บป่วยฉุกเฉินจะได้มียารับประทานเองโดยไม่ต้องไปพบแพทย์ แต่การเก็บสะสมยาที่เหลือเหล่านี้ก็มีทั้งคุณและโทษ ซึ่งการนำยาที่เก็บสะสมไว้นานๆ มารับประทานโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์อาจนำภัยมาสู่ร่างกายโดยไม่รู้ตัว

เภสัชกรหญิง สุชีรา ลิโทชวลิต งานเภสัชกรรม ศูนย์การแพทย์ปัญญาันนทภิกขุ ชลประทาน มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เผยว่า การสะสมยาก่อให้เกิดผลดีหรือผลเสียมากกว่ากัน ประการแรกต้องดูก่อนว่าสาเหตุที่ยาเหลือเพราะอะไร ถ้าเกิดจากการลืมกินยา ย่อมสะท้อนให้เห็นว่าการกินยาและการดูแลตัวเองเพื่อรักษาโรคของเรานั้นไม่มีประสิทธิภาพ ผลเสียจากการลืมกินยาหรือกินยาไม่ครบนั้นจะส่งผลเสียต่อสุขภาพในระยะยาว เช่น โรคเบาหวานเป็นโรคที่ระดับน้ำตาลในเลือดสูงเพราะร่างกายเอาน้ำตาลไปใช้ไม่ได้ แล้วเมื่อผู้ป่วยลืมกินยาหรือกินบ้างไม่กินบ้าง สิ่งที่เกิดขึ้นคือน้ำตาลในเลือดสูงมากขึ้นเรื่อยๆ เป็นเวลานาน จะส่งผลให้ไตทำงานได้ลดลงเรื่อยๆ ตามระดับน้ำตาลในเลือด จนถึงระยะเวลาหนึ่งไตก็จะไม่สามารถทำงานได้อีกเลย หรือเรียกว่าไตวายนั่นเอง ซึ่งกว่าจะรู้ตัวก็สายเกินไปแล้ว และสำหรับอีกเหตุผลหนึ่งที่ผู้ป่วยมียาสะสมไว้มาก โดยไม่ได้เกิดจากการลืมกินยา แต่เกิดจากการไปซื้อยาตามร้านขายยาเอง ด้วยความคิดที่ว่าเห็นอาการดีขึ้นเลยลดปริมาณยา พออาการแยลงก็ไปซื้อยามากินเพิ่มเอง

การมียาสะสมไว้ในตู้ยาสามัญประจำบ้านสิ่งสำคัญที่ผู้ป่วยควรคำนึงคือ วันหมดอายุของยาและการเสื่อมสภาพของยา หลายท่านคิดว่าการอ่านสลากที่แจ้งวันหมดอายุของยาก็จึงพอแล้ว แต่ในความเป็นจริงทางการแพทย์และเภสัชกรรมจะมีการแจ้งรายละเอียดข้อบ่งชี้การใช้ยาบางประเภทที่ประชาชนทั่วไปไม่ทราบ ยาบางตัวที่เคยใช้กันมานาน แต่อยู่ๆ ก็มีคำเตือนมีข้อห้ามใช้ออกมาใหม่ เช่น ยาเสริมกระดูกสำหรับพ่นจมูกที่ชื่อ แคลซิโทนิน (calcitonin) ที่เดิมที่ใช้กันอย่างแพร่หลายในการเสริมสร้างกระดูกสำหรับผู้หญิงวัยหมดประจำเดือน แต่เมื่อเดือนสิงหาคม 2556 ก็มีประกาศจากองค์การควบคุมยาและผลิตภัณฑ์ดูแลสุขภาพ (Medicines and Healthcare Products Regulatory Agency, MHRA) ของอังกฤษ ว่าให้ยกเลิกการใช้ยาแคลซิโทนิน (calcitonin) เพราะมีรายงานว่าเพิ่มความเสี่ยงในการเกิดมะเร็ง หรือแม้กระทั่งยาที่ไม่คิดว่าจะมีอันตราย

แนวๆ เช่น พาราเซตามอล (paracetamol) ยาสามัญประจำบ้านที่รู้จักและใช้กันอย่างแพร่หลาย ก็มีหนังสือจากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาแจ้งเตือนบุคลากรทางการแพทย์เกี่ยวกับความเสี่ยงการเกิดกลุ่มอาการแพ้ยาทางผิวหนังที่เกิดได้น้อยแต่รุนแรงจนถึงเสียชีวิตได้ นอกจากนี้ยังมีอีกกรณีหนึ่งคือ ผู้ป่วยไปพบแพทย์หลายๆ โรงพยาบาล แพทย์ต่างคนต่างที่อาจจะจ่ายยาตัวเดียวกันสรรพคุณเหมือนกัน แต่รูปร่างของยา รูปแบบของยาไม่เหมือนกัน คนใช้คิดว่าเป็นยาที่มีสรรพคุณไม่เหมือนกัน จึงกินยาของทุกโรงพยาบาลไปพร้อมๆ กัน ส่งผลให้เกิดอาการเป็นพิษจากยาเกิดขนาดได้

ดังนั้นจึงขอแนะนำว่าอย่าเสียดายยาที่เหลือๆ สะสมไว้ อย่าเผื่อวันหลัง อย่าเผื่อคนอื่น หากยังมียาสะสมอยู่ในตู้ยาสามัญประจำบ้าน ให้หมั่นนำยาทั้งหมดออกมาคัดเลือกดูว่ายานชนิดใดที่เป็นยาประจำ ยาใดเหลือเป็นยาสะสม แล้วจัดการทิ้งไป หากยังไม่มั่นใจควรนำยาเหล่านั้นไปพบเจ้าหน้าที่สาธารณสุขใกล้บ้าน หรือปรึกษาเภสัชกรหรือแพทย์ที่รักษา แต่วิธีที่ดีที่สุดคืออย่าให้มียาเหลือ อย่าให้มียาสะสม ด้วยการกินยาให้ถูกวิธี กินยาตามความจำเป็น หากมียาบางประเภทที่เหลือจากอาการที่ดีขึ้น เช่น ยาลดไข้ ก็ควรเก็บรักษาให้ถูกวิธี และใช้เมื่อจำเป็น ก่อนใช้ยาต่อควรสังเกตสภาพยาและวันหมดอายุด้วยทุกครั้ง

น.ส.อารร สิริธิตสาร

สื่อสารองค์กร หน่วยงานเศรษฐศาสตร์สาธารณสุข

ศูนย์การแพทย์ปัญญา นันทภิกขุ ชลประทาน

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

21 มีนาคม 2557