

## “การรับประทานยาพาราเซตามอลที่ถูกต้อง”

ผศ.พญ.วีรวดี จันทรนิภาพงศ์

ภาควิชาเภสัชวิทยา

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

เมื่อมีอาการไข้หรือปวดจากสาเหตุใดก็ตาม ยาขนานแรกที่คุณส่วนใหญ่จะนึกถึง คือ พาราเซตามอล ยานี้มีวิธีรับประทานอย่างไร ถ้ารับประทานมากไปเป็นอันตรายหรือไม่ มาหาคำตอบกัน

**พาราเซตามอล หรือ อะเซตามิโนเฟน** เป็นยาแก้ปวดลดไข้ที่ใช้กันอย่างแพร่หลาย หาซื้อได้ง่าย และมักจะมีติดไว้ประจำบ้าน เป็นยาที่ค่อนข้างปลอดภัยเมื่อใช้อย่างถูกวิธี พาราเซตามอลสามารถบรรเทาปวดจากสาเหตุต่าง ๆ ได้หลากหลาย เช่น ปวดศีรษะ ปวดจากข้อเสื่อม ปวดกล้ามเนื้อ และใช้เป็นยาลดไข้ พาราเซตามอลที่เป็นยาเดี่ยวจะบรรเทาอาการปวดขึ้นอ่อนถึงปานกลางเท่านั้น ไม่มีผลต่ออาการปวดขั้นรุนแรง เช่น แผลผ่าตัดใหญ่ หรือมะเร็ง และไม่มีฤทธิ์ด้านการอักเสบ

พาราเซตามอลมีหลายรูปแบบ ในรูปแบบรับประทานมีทั้งยาเม็ดและยาน้ำ ที่นิยมรับประทาน คือ ยาเม็ดที่มีตัวยาพาราเซตามอล 500 มิลลิกรัมต่อเม็ด โดยทั่วไปผู้ใหญ่ที่มีน้ำหนักตัว 50 กิโลกรัมขึ้นไป รับประทานได้ครั้งละไม่เกิน 2 เม็ด (1,000 มิลลิกรัม) และวันละไม่เกิน 8 เม็ด (4,000 มิลลิกรัม) โดยเฉพาะสำหรับความปวดหลังการผ่าตัด นอกจากนี้ควรเว้นระยะห่างของมื้อยาอย่างน้อย 4 ชั่วโมง และไม่ควรใช้ยาติดต่อกันเกิน 5 วัน หากจำเป็นต้องใช้นานกว่านี้ควรปรึกษาแพทย์

นอกจากนี้ยังต้องระวังการใช้ยาซ้ำซ้อนเมื่อใช้ยาร่วมกับยาสูตรผสมที่มีพาราเซตามอลเป็นส่วนประกอบ ได้แก่ ยาสูตรผสมบรรเทาอาการของโรคหวัด ยาคลายกล้ามเนื้อ เพราะอาจได้รับพาราเซตามอลเกินขนาด 4,000 มิลลิกรัมต่อวัน โดยไม่ได้ตั้งใจ ดังนั้นก่อนรับประทานยาทุกชนิดควรอ่านฉลากให้ละเอียด หรือถ้าไม่แน่ใจให้ปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรก่อนทุกครั้ง

การได้รับยาพาราเซตามอลเกินขนาด ส่วนใหญ่พบว่าเกิดจากการรับประทานอย่างต่อเนื่องโดยไม่ได้ตั้งใจ บ่อยกว่าการตั้งใจกินยาขนาดสูงเพียงครั้งเดียว ซึ่งการได้รับยาพาราเซตามอลเกินขนาดจะส่งพิษต่อบ

อาจมีอาการคลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้องบริเวณด้านขวาบน มีตับโต กดเจ็บ ถ้าตรวจเลือดอาจพบค่าที่บ่งว่าการทำงานของตับผิดปกติ ถ้าตับถูกทำลายมากขึ้น อาจพบอาการของตับวายเฉียบพลัน ได้แก่ ตัวเหลือง ตาเหลือง สับสน ซึม ถ้าไม่ได้รับการรักษาอย่างทันที่อาจเสียชีวิตได้ และที่สำคัญ ไม่ควรดื่มสุรา หรือรับประทานยาบางชนิด เช่น ยาต้านไวรัสโรค ยากันชักร่วมกับการรับประทานยาพาราเซตามอล เพราะอาจทำให้พิษต่อตับของยาพาราเซตามอลเพิ่มขึ้น

**หากพบเห็นผู้ที่ได้รับประทานยาพาราเซตามอลเกินขนาดเฉียบพลัน ไม่แนะนำให้ทำให้อาเจียนเนื่องจากจะเพิ่มความเสี่ยงในการสำลักเข้าปอด แต่ควรรีบช่วยเหลือด้วยการนำตัวส่งโรงพยาบาลอย่างรวดเร็วที่สุด เนื่องจากพิษจากยาพาราเซตามอลเกินขนาดมีวิธีการดูแลรักษาและยาแก้พิษจำเพาะ**