

เรื่อง ฉลาดใช้ยาปฏิชีวนะ (1)

ทุกคนคงเคยเป็นหวัดเจ็บคอแล้วไปหาหมอ หมอก็กักจ่ายยาปฏิชีวนะหรือที่หลายๆคนเรียกว่ายาแก้อักเสบมาให้ใช้ใหม่ครับ..? หลังจากหายแล้วทุกคนก็จะคิดว่าอาการที่เป็นดังกล่าวจะหายได้ถ้าใช้ยาปฏิชีวนะ หรือยาแก้อักเสบตามที่หลายๆคนเรียกกันจนติดปาก ลองอ่านบทความอันแสนยาวและน่าเบื่อนี้ผมว่าคุณหลายคนคงเข้าใจหลักการใช้ยาชนิดนี้มากขึ้นนะครับ..

ประชาชนทั่วไปรู้จักยาปฏิชีวนะในชื่อ "ยาแก้อักเสบ" ซึ่งเป็นชื่อเรียกที่ไม่เหมาะสม เนื่องจากยาปฏิชีวนะเป็นยาที่ใช้รักษาโรคที่เกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรีย ส่วนการอักเสบอาจเกิดขึ้นด้วยสาเหตุมากมาย เช่น การติดเชื้อไวรัส โรคภูมิแพ้ การถูกความร้อนหรือสารเคมี เป็นต้น ดังนั้นยาปฏิชีวนะจึงไม่ใช่ยาแก้อักเสบ เมื่อมีอาการคออักเสบจึงไม่ควรใช้ยาปฏิชีวนะในทันที แต่ต้องตรวจวินิจฉัยก่อนว่าเกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรียหรือไม่ ซึ่งมากกว่าร้อยละ 80 ของโรคคออักเสบไม่ได้มีสาเหตุจากการติดเชื้อแบคทีเรีย ดังนั้นผู้ป่วย 8 ใน 10 ราย หรือการป่วยด้วยอาการเจ็บคอ 8 ใน 10 ครั้ง ไม่ต้องใช้ยาปฏิชีวนะ

โดยข้อเท็จจริงประชาชนส่วนใหญ่กลับได้รับยาปฏิชีวนะแทบทุกครั้งที่มีอาการเจ็บคอ ท้องร่วง หรือมีบาดแผลเลือดออก ทั้งที่ไม่จำเป็น และไม่ควรใช้ เพราะไม่เกิดประโยชน์ เสี่ยงต่ออันตรายจากยา เสียค่าใช้จ่ายโดยเปล่าประโยชน์ และที่สำคัญคือ ก่อให้เกิดปัญหาเชื้อดื้อยา

การที่ประชาชนขาดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการใช้ยาปฏิชีวนะ และโรคติดเชื้อ ทำให้ประชาชนเชื่อว่าเมื่อไม่สบายจำเป็นต้องเรียกหา ยาปฏิชีวนะมาใช้ โดยซื้อหาจากร้านยา หรือไปพบแพทย์เพื่อขอรับยาปฏิชีวนะ ทำให้มีการใช้ยาปฏิชีวนะโดยไม่สมเหตุผล ทั้งในชุมชน และสถานพยาบาลต่างๆอย่างกว้างขวาง

การใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุผล มีหลักง่ายๆดังนี้ คือ

1. โรคหวัด เจ็บคอ ท้องเสีย อาหารเป็นพิษ และแผลเลือดออก ส่วนใหญ่ไม่ต้องใช้ยาปฏิชีวนะ
2. ยาปฏิชีวนะเป็นยาอันตราย จึงไม่ควรใช้อย่างพร่าเพรีอ
3. การใช้ยาปฏิชีวนะอย่างพร่าเพรีอทำให้เชื้อดื้อยา ดังนั้นเมื่อเจ็บป่วยครั้งต่อไป ประชาชนควรหลีกเลี่ยงการใช้ยาปฏิชีวนะ และสอบถามถึงความจำเป็นในการใช้ยาปฏิชีวนะนั้นจากผู้สั่งใช้ยาเสมอ

ยาปฏิชีวนะ ไม่ใช่ ยาแก้อักเสบ (ย้ำกันอีกครั้ง)

คนไทยมักเรียกยาปฏิชีวนะว่า "ยาแก้อักเสบ" ซึ่งเป็นการเรียกที่ไม่ถูกต้อง และทำให้เกิดความเข้าใจผิดว่า เมื่อมี "คออักเสบ" ก็ต้องกินยาแก้อักเสบ โรคจึงจะหาย อันเป็นความเข้าใจผิดโดยสิ้นเชิง

การอักเสบเป็นผลจากการที่ร่างกายมีปฏิกิริยาต่อสิ่งแปลกปลอม หรือสิ่งที่ก่อให้เกิดการบาดเจ็บต่อร่างกาย เช่น เมื่อ

ผู้ป่วยที่เป็นโรคภูมิแพ้สุดหายใจเอาฝุ่นที่ตนเองแพ้เข้าไปก็จะเกิดการอักเสบขึ้นที่เยื่อโพรงจมูก ทำให้มีอาการคัดจมูก น้ำมูกไหล หากเป็นโรคหอบหืดก็จะเกิดการอักเสบที่หลอดลม ทำให้หลอดลมตีบ เกิดอาการไอ แน่นหน้าอก หายใจลำบาก หรือหากตากแดดนานๆ ก็จะเกิดการอักเสบที่ผิวหนัง ยาปฏิชีวนะไม่มีประโยชน์ต่อการอักเสบทั้งหลายที่กล่าวมาเพราะยาปฏิชีวนะเป็นยาฆ่าเชื้อแบคทีเรีย ส่วนการอักเสบเหล่านั้นไม่ได้มีสาเหตุมาจากเชื้อโรคแต่อย่างใด ยาปฏิชีวนะจึงไม่ใช่ยาแก้อักเสบ และการอักเสบส่วนใหญ่เป็นโรคที่ไม่ต้องใช้ยาปฏิชีวนะ

เจ็บคอและคอแดง เป็นอาการที่พบได้บ่อยเมื่อป่วยด้วยโรคติดเชื้อของทางเดินหายใจส่วนบน ขณะเจ็บคอย่อมมีการอักเสบขึ้นในบริเวณลำคอ เนื่องจากร่างกายมีปฏิกิริยาต่อการติดเชื้อ การติดเชื้อที่คอร้อยละ 85 ไม่ได้เกิดจากเชื้อแบคทีเรีย แต่เกิดจากเชื้อไวรัส เช่น ไวรัสโรคหวัด ไวรัสโรคไขหวัดใหญ่ ไวรัสโรคมือ เท้า ปาก เป็นต้น ดังนั้นการเจ็บคอบอกกว่า 8 ใน 10 ครั้งจึงไม่ต้องใช้ยาปฏิชีวนะ ทั้งนี้เพราะยาปฏิชีวนะไม่สามารถฆ่าเชื้อไวรัส จึงไม่ทำให้โรคหายเร็วขึ้นแต่อย่างใด

ครู เจ้าหน้าที่สาธารณสุข เกษษกร พยาบาล และแพทย์ จึงควรสร้างความเข้าใจใหม่ให้กับสังคมไทยด้วยการเลิกเรียกยาปฏิชีวนะว่ายาแก้อักเสบ เพื่อลดความเข้าใจผิดว่าเมื่อมีคออักเสบ ต้องกินยาแก้อักเสบ ทั้งที่คออักเสบส่วนใหญ่หายได้เองด้วยภูมิคุ้มกันต้านโรคของร่างกาย โดยไม่ต้องใช้ยาปฏิชีวนะ

ยาปฏิชีวนะเป็นยาอันตราย เราต้องใช้กับ โรคติดเชื้อแบคทีเรีย จึงจะได้ประโยชน์คุ้มกับความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นจากยา หากเราใช้ยาปฏิชีวนะในโรคที่ไม่จำเป็น เช่น โรคหวัด เจ็บคอ ทั่วไป เราก็ไม่ได้รับประโยชน์ใดๆจากการใช้ยาเลย แต่เรากำลังรับความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นซึ่งอาจทำให้เสียชีวิต หรือพิการ เช่น ตาบอด อวัยวะสำคัญ เช่น ตับ ไต ถูกทำลาย เกิดโรคแทรกซ้อน เช่น ท้องเดินรุนแรงจนต้องเข้ารักษาตัวในโรงพยาบาล

สุขภาพดีจะเกิดขึ้นในทันทีหากประชาชนจำข้อความต่อไปนี้ได้ขึ้นใจ

1. ยาปฏิชีวนะไม่ใช่ยาแก้อักเสบ
2. คออักเสบส่วนใหญ่ไม่ต้องใช้ยาปฏิชีวนะ
3. ยาปฏิชีวนะเป็นยาอันตราย

เป็นไข้ เจ็บคอ ไอ น้ำมูกไหล ใช้ยาปฏิชีวนะชนิดใดดี

อาการไข้ เจ็บคอ คอแดง ไอ น้ำมูกไหล เป็นอาการของโรคติดเชื้อของทางเดินหายใจส่วนบน (Upper Respiratory Infection : URI) ซึ่งหากค้นคำว่า URI โดย Google Search Engine จะนำไปสู่ Wikipedia Website ซึ่งระบุว่า "เพียงไม่เกินร้อยละ 15 ของโรคดังกล่าวเกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรีย" หรืออีกนัยหนึ่ง คือ ประมาณร้อยละ 85 มีสาเหตุจากเชื้อไวรัส ซึ่งเป็น โรคที่หายได้เองโดยไม่ต้องใช้ยาใดๆ รวมทั้งยาปฏิชีวนะ

ยาปฏิชีวนะ (antibiotics) เช่น อะม็อกซิซิลลิน แอมพิซิลลิน ออกเมนดิน ซิทโทรม็อกซ์ คลาซิซิล คราวิท ซิเด็กซ์

เบ็คทริม ฯลฯ ไม่ทำให้โรคติดเชื้อของทางเดินหายใจส่วนบนหายเร็วขึ้น และไม่ช่วยป้องกันโรคแทรกซ้อนจากการติดเชื้อไวรัส ทั้งนี้เพราะยาปฏิชีวนะออกฤทธิ์ได้เฉพาะต่อเชื้อแบคทีเรีย

ในปี ค.ศ.1998 นายแพทย์ฟาเฮย์แห่งมหาวิทยาลัยบริสตอล ประเทศอังกฤษ ได้รวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลงานวิจัยทั้งหลายที่เกี่ยวข้องกับการรักษาโรคติดเชื้อของทางเดินหายใจส่วนบนในผู้ป่วยเด็ก จำนวน 1,699 คน อย่างเป็นระบบ (systematic review) พบว่าผลการรักษาในเด็กที่ได้รับยาปฏิชีวนะไม่แตกต่างจากเด็กที่ไม่ได้รับยาปฏิชีวนะ กล่าวคือ ยาปฏิชีวนะไม่ทำให้โรคติดเชื้อของทางเดินหายใจส่วนบนหายเร็วขึ้น และไม่ช่วยป้องกันโรคแทรกซ้อน เช่น โรคหูน้ำหนวก และปอดบวม งานวิจัยดังกล่าวสอดคล้องกับงานวิจัยอื่นๆ ที่มีการทำมาก่อนหน้านี้แล้วหลายงานวิจัย

การใช้ยาปฏิชีวนะในโรคติดเชื้อของทางเดินหายใจส่วนบนนอกจากจะไม่เกิดประโยชน์แล้ว ยังก่อให้เกิดโทษอย่างร้ายแรง ได้แก่ ปัญหาเชื้อดื้อยา เกิดผลข้างเคียงหรืออันตรายจากการใช้ยา เสียค่าใช้จ่ายโดยไม่จำเป็น และอาจเกิดโรคแทรกซ้อนจากการใช้ยาปฏิชีวนะจนอาจถึงขั้นเสียชีวิตได้ โรงเรียนแพทย์ทั้งหลายจึงได้พร่ำสอนลูกศิษย์ของตนว่า ไม่ควรใช้ยาปฏิชีวนะในโรคติดเชื้อของทางเดินหายใจส่วนบน การใช้ยาปฏิชีวนะในโรคติดเชื้อของทางเดินหายใจส่วนบนเป็นการใช้ยาที่ไม่สาเหตุผล อย่าใช้ยาปฏิชีวนะเสมือนหนึ่งเป็นยาลดไข้ หรือยาครอบจักรวาล และอย่าใช้ยาปฏิชีวนะอย่างเดาสุ่ม

โดยทั่วไปหากท่านหรือบุตรหลานป่วยด้วยโรคติดเชื้อของทางเดินหายใจส่วนบน โอกาสที่ควรใช้ยาปฏิชีวนะมีน้อยกว่า 2 ครั้ง ใน 10 ครั้ง ซึ่งใน 2 ครั้งนั้นจำเป็นต้องได้รับการซักประวัติ และตรวจร่างกายโดยละเอียดจากแพทย์ จึงจะระบุได้ว่าควรใช้ยาปฏิชีวนะชนิดใด และควรใช้ยาปฏิชีวนะไปนานกี่วัน

เพื่อลดปัญหาเชื้อดื้อยา และอันตรายที่อาจเกิดขึ้นจากการใช้ยาปฏิชีวนะอย่างพร่ำเพรื่อ ประชาชนไม่ควรซื้อยาปฏิชีวนะใช้เองโดยไม่ปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกร ซึ่งควรต้องพิจารณาถึงความจำเป็นในการใช้ยาปฏิชีวนะก่อนเสมอ ทั้งนี้เพราะ โรคติดเชื้อของทางเดินหายใจส่วนบนหายเองได้ ด้วยการพักผ่อน และหลีกเลี่ยงความเย็น โดยไม่ต้องพึ่งพายาปฏิชีวนะ

เนื้อหาของบทความต่อไปนี้เป็นลิขสิทธิ์ของ

ผศ.นพ.พิสนธิ์ จงตระกูล

พบ. วุฒิบัณฑิตกุมารเวชศาสตร์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

จากหนังสือ "ฉลาดใช้ ยาปฏิชีวนะ"