

อันตรายจาก 'ครีมสเตียรอยด์'

6 ภัยมี 2 ด้าน ครีมหรือซีฟิงสเตียรอยด์ก็เช่นกัน หากใช้ติดต่อกันเป็นเวลานาน เพียงเพื่อต้องการให้ผิวหนังเรียบเนียนระว่างผลข้างเคียงหรืออันตรายจะตามมา

นพ.ชูชัย ตั้งเลิศสัมพันธ์ อนุกรรมการฝ่ายประชาสัมพันธ์สมาคมแพทย์ผิวหนังแห่งประเทศไทย กล่าวว่า ในประเทศไทยปัญหาการใช้ครีมหรือซีฟิงสเตียรอยด์พบได้ค่อนข้างบ่อย เพราะยาในกลุ่มนี้ประชาชนสามารถซื้อหาได้เองโดยไม่ต้องมีใบสั่งแพทย์ ราคาถูก 10 กรัม 50 บาท มีเป็นร้อยยี่ห้อ ส่วนมากประชาชนมักจะคิดว่าเป็นครีมทาภายนอกไม่ค่อยมีอันตราย ในขณะที่ประเทศเจริญแล้ว เช่น อเมริกา ญี่ปุ่น สิงคโปร์ ครีมในกลุ่มนี้ส่วนใหญ่เกือบทั้งหมด ประชาชนไม่สามารถซื้อใช้เอง ต้องอาศัยใบสั่งแพทย์

ครีมสเตียรอยด์มีประโยชน์ คือ แก้แพ้ แก้คัน แก้ผื่นผิวหนังอักเสบ บางคนพอใช้แล้วหน้าเรียบ ก็เลยใช้ต่อเนื่อง ถ้าใช้ช่วงสั้น ๆ ไม่เป็นไร แต่ถ้าใช้นาน ๆ จะคิดไม่ใช้ไม่ได้ และเพิ่มความแรงของยาขึ้นเรื่อย ๆ ครั้นเองที่ทำให้เกิดปัญหาหูดไม่ได้ พอหูดผิวหนังจะอักเสบเห่อขึ้นมา ผลข้างเคียงจากการใช้ครีมสเตียรอยด์แบ่งได้ดังนี้

1. ประเภทเฉียบพลัน ได้แก่

การเกิดสิว ครีมกลุ่มนี้ทำให้เกิดสิว โดยเฉพาะบริเวณใบหน้าและหน้าอก โดยสิ่วที่เกิดจากสเตียรอยด์จะแตกต่างจากสิ่วทั่วไป จะเป็นสิ่วในแบบเดียวกันทั้งหมด



ง่าย ขนขาวขึ้นบริเวณทวาร เกิดสิ่วและผื่นอักเสบรอบปาก เกิดภาวะติดเชื้อเป็นปัญหาที่พบบ่อยในเมืองไทยและรักษายาก ภาวะนี้เกิดจากการใช้ครีมสเตียรอยด์เป็นเวลานาน เวลาหยุดยาแล้วจะแดง หรือโรคผิวหนังอักเสบเดิมจะเป็นมากขึ้น ทำให้หยุดใช้ยาไม่ได้ และต้องใช้ครีมสเตียรอยด์แรงมากขึ้น นอกจากนี้อาจไปก่อกองทำงานของต่อมหมวกไต ซึ่งมักเกิดจากการใช้ครีมสเตียรอยด์ชนิดแรงเป็นเวลานาน โดยเฉพาะในเด็กและผู้สูงอายุ

ที่ผ่านมาเจอผู้ป่วยที่มีปัญหาจากการใช้ครีมสเตียรอยด์ได้เรื่อย ๆ ส่วนตัวเจอประมาณ 3-8 รายต่อสัปดาห์ โชคดีที่ระยะหลังมานี้คนไข้รู้แล้วมาหาหมอเร็ว คือยังไม่ถึงกับหน้าบวม แก้ใช้

แล้วหยุดไม่ได้ก็จะมาหาหมอ แต่ต้องบอกเลยว่า รักษายากมาก

เพราะฉะนั้นการใช้ครีมสเตียรอยด์ควรอยู่ในการดูแลของแพทย์ ถ้าผู้ป่วยจะซื้อยาใช้เอง ควรเลือกชนิดอ่อน ๆ 1% ไฮโดรคอร์ติโซน ครีม หรือ 0.02% ไทรแอมซิโนโลน ครีม ใช้ไม่เกิน 1 สัปดาห์ ถ้าอาการไม่ดีขึ้นหรือไม่หายควรพบแพทย์ผิวหนัง เพื่อการวินิจฉัยและรักษาที่ถูกต้อง

วิธีการดูแลผิวหนังที่ถูกต้อง คือ 1. รักษาความสะอาดตามสภาพผิว เลือกผลิตภัณฑ์ให้เหมาะกับใบหน้า เช่น ผิวหน้าแห้ง ผิวหน้ามัน หรือผิวหน้าผสม 2. ถ้าผิวแห้งอาจใช้ครีมบำรุงผิว หรือถ้าเป็นผิวผสมอาจจะใช้ครีมในบางพื้นที่ผิวที่แห้ง 3. อาจใช้ครีมกันแดดร่วมด้วย ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมของแต่ละคน



นพ.ชูชัย ตั้งเลิศสัมพันธ์

รอยโรคเดิมเป็นมากขึ้น พวกนี้ส่วนมากเกิดจากการใช้ยาผิดโรค เช่น เป็นโรคกลากเกลื้อนแล้วใช้ครีมสเตียรอยด์ทา จะทำให้เป็นมากขึ้น นอกจากนี้อาจเกิดการแพ้สารกันบูด และน้ำหอมที่ใส่ในครีมสเตียรอยด์ได้ ส่วนการแพ้ตัวสเตียรอยด์เองนั้นพบได้แต่น้อย

2. ประเภทเรื้อรัง ได้แก่

ทำให้ผิวหนังบางลง ออกแดดไม่ได้ เวลาเจอแดดก็จะแสบร้อน หลอดเลือดใต้ผิวหนังเปราะแตก

[ถอดหนังสือ]

ทั้งนี้คนไทยใช้ครีมกันแดดน้อย ส่วนหนึ่งคงเป็นเพราะผิวคนไทยแพ้ง่ายนั่นเอง

นอกจากนี้ยังมีกลุ่มที่ไม่ใช่สเตียรอยด์สามารถรักษาผิวแห้งอักเสบได้ ในประเทศไทยมีจำหน่ายอยู่ 2 ยี่ห้อ ราคาค่อนข้างแพง เนื่องจากเป็นยากลุ่มใหม่จึงยังมีปัญหาในการซื้ออยู่ ทาง

อ.อเมริกาที่พูดอย่างหนึ่ง แต่สมาคมแพทย์ผิวหนังอเมริกาก็ออกมาบอกอีกแบบหนึ่งที่ขัดแย้งกัน ทำให้เกิดความสับสน ยาในกลุ่มนี้ในอเมริกาจึงต้องมีค่าเดือนละ 10 กว่าปีแล้ว ขนาด 10-15 กรัม 800-1,800 บาท ดังนั้นไม่แนะนำให้ซื้อใช้เอง แม้ว่ายาในกลุ่มนี้จะยังมีปัญหาน้อยเนื่องจากมีราคาแพง คนใช้จึงยังมีน้อยอยู่

กมลเป็น นพ. ชูชัย

กล่าวด้วยว่า อีกเรื่องที่น่าเป็นห่วง

คือ ครีมหน้าขาว

เพราะไม่ว่าผู้หญิง

หรือผู้ชายก็อยากได้

ใบหน้าที่ขาว ตาม

ค่านิยมของคนเอเชีย

และตามกระแสโฆษณา

จึงทำให้เกิดผลิตภัณฑ์

หน้าขาวจำนวนมาก ไม่

ว่าจะเป็นเครื่องสำอางที่

ขายอย่างถูกต้อง และได้

ทะเบียนจากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.)

หรือผลิตภัณฑ์ที่ขายตรง และไม่ได้จดทะเบียนจาก อย. สารต้องห้ามที่พบบ่อย คือ สารปรอท ไฮโดรควิโนน และกรดวิตามินเอ ดังนั้นผู้บริโภคควรตระหนักว่า ครีมหน้าขาวนั้นอาจมีส่วนช่วยบ้าง และต้องใช้เวลาพอสมควร ดังนั้นควรเลือกใช้เครื่องสำอางที่ได้รับรองจาก อย. เท่านั้น หรือ กรณีไม่มั่นใจก็ตรวจสอบไปที่ อย.

นพ.พรช บุญชาญ : รายงาน



ฉบับหน้า