ก 2678

ข่าวสาร

เภสัชพาณิชย์

ฉบับที่ 2 ปีที่ 36

ประจำเดือน กุมภาพันธ์ 2528

ยากระตุ้นประสาท

ยากระตุ้นประสาทนั้น ปัจจุบันมีผู้ผลิตออกจำหน่ายใช้ชื่อต่าง ๆ กัน เช่น **ยาม้า, ยาขยัน, ยาแก้ง่วง** ยากระตุ้นประสาทเหล่านี้ มีชื่อทางเคมีว่า **แอมเฟตามิน** เมื่อรับประทานยานี้เข้าไป **ฤทธิ์ยาจะไปกระตุ้นระบบประสาทส่วนกลางอย่างแรง, กระตุ้นการทำงานของหัวใจ, และกระตุ้นศูนย์การหายใจ** ซึ่งจะเป็นผลให้ผู้ที่รับประทานยาเหล่านี้ **เกิดความรู้สึกมีพละกำลังหายง่วง, กระปรี้กระเปร่า, ร่าเริง, ช่างพูด, ใจกล้า** โดยผู้ใช้ยานี้จะเห็นผลดังว่านี้ในเวลาไม่นาน จึงเกิดความนิยมในการใช้ยาเหล่านี้ได้ง่าย

ปัจจุบันมีผู้ใช้ยานี้หลายจุดประสงค์ เช่น ใช้เพื่อทำให้เคลิบเคลิ้มเป็นสุข ใช้เพื่อแก้ง่วง ใช้เพื่อเสริมพละกำลังในการทำงานหรือแข่งกีฬา ใช้เพื่อระงับความซึมเซา ใช้เพื่อลดความอ้วน ซึ่งเป็นการให้โทษแก่ร่างกาย เพราะเมื่อใช้ยาเหล่านี้แล้ว แม้ร่างกายจะมีพละกำลังและรู้สึกกระปรี้กระเปร่าในช่วระยะเวลาที่ยาออกฤทธิ์อยู่ แต่ความเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้าอ่อนเพลียของร่างกายที่มีอยู่แต่เดิมนั้นไม่หายไป เมื่อยาหมดฤทธิ์แล้วจึงทำให้ร่างกายมีความอ่อนเพลียมากขึ้นสมองมึนงงและจะมีอาการซึมเซามากกว่าเดิม ถ้ายังปฏิบัติงานอยู่ก็อาจทำให้เกิดอุบัติเหตุได้ง่าย และถ้าใช้เป็นประจำแล้วจะทำให้เกิดการติดยาขึ้น ซึ่งต่อไปจะต้องใช้ยาเพิ่มขึ้น ๆ เป็นลำดับ ทำให้ร่างกายและจิตใจทรุดโทรม น้ำหนักตัวลด สมองเสื่อม อาจเกิดอาการประสาทหลอน อาจบ้าคลั่งถึงกับทำร้ายตนเอง และอาจถึงตายได้ถ้ารับประทานยามากเกินไป

ยากระตุ้นประสาทอีกประเภทหนึ่งแฝงมาในรูปเครื่องดื่มผสมคาเฟอีน เครื่องดื่มประเภทนี้ทำจากสาร 4 ประเภทใหญ่ ๆ คือ

1. สารจำพวก กลูคูโรโนแลคโตน เครื่องดื่มทุกชนิดที่ผสมคาเฟอีนจะมีสารชนิดนี้ผสมอยู่ด้วยทั้งนั้น สารจำพวกนี้ทำให้เกิดกรดกลูโคโรนิกขึ้นได้ในร่างกาย ซึ่งมีผู้เชื่อกันว่า กรดชนิดนี้สามารถช่วยขจัดสารพิษต่าง ๆ ในร่างกายได้ แต่ทางการแพทย์ไม่ยืนยันเรื่องนี้ และถึงแม้ว่ากรดชนิดนี้จะสามารถขับสารพิษในร่างกายได้จริง ร่างกายของคนเราก็สามารถสร้างกรดชนิดนี้ขึ้นได้เองตามธรรมชาติอยู่แล้ว ร่างกายจะไม่เกิดการขาดแคลนกรดชนิดนี้แต่อย่างไร จึงไม่มีความจำเป็นที่เราจะต้องดื่มกินเครื่องดื่มประเภทนี้เพื่อให้เกิดกรดกลูโคโรนิกขึ้นในร่างกาย

2. สารจำพวกคาเฟอีน สารจำพวกนี้มีผสมอยู่ในเครื่องผสมคาเฟอีน สารจำพวกนี้มีผู้เชื่อกันว่า ถ้าดื่มกินเป็นประจำจะทำให้เกิดการเสพติด ทั้งนี้เพราะสารจำพวกนี้สามารถออกฤทธิ์ต่อร่างกายได้หลายประการ คือ มีฤทธิ์ในการกระตุ้นประสาทส่วนกลาง ซึ่งได้แก่ สมองและไขสันหลัง ทำให้รู้สึกตื่นตัว ไม่เซื่องซึมอ่อนเพลียหรือง่วงเหงาหาวนอน ทำให้ประสาทตื่นตัวจนนอนไม่หลับ ผู้ที่มีประสาทอ่อนและเด็กเล็กจึงไม่ควรดื่มกินสิ่งที่มีสารจำพวกนี้ นอกจากนี้ สารจำพวกคาเฟอีนยังออกฤทธิ์ต่อระบบหัวใจและหลอดเลือด โดยไปเร่งให้กล้ามเนื้อหัวใจบีบตัวทำงานมากขึ้นและไปเร่งการหลั่งฮอร์โมนบางชนิด จนทำให้เกิดความดันเลือดสูงอย่างรวดเร็ว ทำให้หัวใจต้องทำงานหนักยิ่งขึ้นโดยไม่จำเป็น และสารจำพวกคาเฟอีนยังมีฤทธิ์ต่อระบบการย่อยอาหารอีกด้วย โดยการไปเร่งหลั่งกรดและน้ำย่อยในกระเพาะอาหาร ทำให้มีกรดและน้ำย่อยในกระเพาะอาหารหลั่งออกมานานกว่าปกติ จนอาจทำให้กระเพาะอาหารถูกกรดและน้ำย่อยกัดเป็นแผลได้ โดยเฉพาะผู้ที่เป็นโรคกระเพาะอาหารซึ่งมีแผลที่กระเพาะอาหารอยู่แล้วยิ่งไม่ควรดื่มสิ่งที่มีส่วนผสมของสารจำพวกคาเฟอีน

3. สารจำพวกวิตามินต่าง ๆ วิตามินที่มีอยู่ในเครื่องดื่มที่ผสมคาเฟอีนชนิดต่าง ๆ นั้นมีอยู่หลายชนิด เช่น วิตามิน บี-1 วิตามิน บี-2 วิตามินบี-6 วิตามินบี-12 วิตามินซี ฯลฯ เครื่องดื่มเหล่านี้แต่ละชนิดจะมีวิตามินเป็นส่วนผสมไม่เหมือนกัน แต่ทุกชนิดจะมีวิตามินที่ชื่อนิโคตินาไมด์อยู่ด้วย วิตามินชนิดนี้เป็นวิตามินบีชนิดหนึ่งมีสรรพคุณช่วยป้องกันและรักษาโรคปากนกกระจอกวันหนึ่ง ๆ คนเราจะต้องกินวิตามินชนิดนี้ประมาณ 20 มิลลิกรัม หากร่างกายขาดวิตามินชนิดนี้ก็จะมีอาการท้องร่วง สิ้นอักเสบ เป็นโรคผิวหนังบางชนิด และอาจเป็นโรคประสาทด้วย แต่โดยทั่วไปแล้ว หาคนขาดวิตามินชนิดนี้ได้ยาก เพราะคนเราได้รับวิตามินชนิดนี้อย่างพอเพียงอยู่แล้วจากการรับประทานอาหารประเภทโปรตีน เช่น ไก่ หมู ถั่วเหลือง ไข่ นม เป็นต้น จึงไม่มีความจำเป็นที่เราจะต้องไปดื่มเครื่องดื่มผสมคาเฟอีนเหล่านี้เพียงเพื่อให้ร่างกายได้รับวิตามินนิโคตินาไมด์หรือวิตามินบีชนิดอื่น ๆ

4. สารจำพวกแต่งรส เช่น น้ำตาลทราย น้ำผึ้ง กรดมะนาว ซาร์บิตอล เป็นต้น โดยเครื่องดื่มผสมคาเฟอีนแต่ละชนิดจะเลือกใช้สารแต่งรสชนิดต่าง ๆ ไม่เหมือนกัน สารจำพวกแต่งรสเหล่านี้จะมีผสมอยู่ไม่มากนัก จึงให้พลังงานแก่ร่างกายเพียงน้อยนิดเท่านั้น เมื่อเปรียบเทียบกับพลังงานที่ได้จากอาหาร

● โทษของการดื่มกินยากระตุ้นประสาท.....การดื่มกินยากระตุ้นประสาทดังกล่าวนั้น ถ้าไม่ใช่แพทย์สั่งและกำหนดจำนวนให้ดื่มกิน โดยทั่วไปแล้วจะเป็นโทษมากกว่าจะเกิดประโยชน์โดยเฉพาะผู้ดื่มกินเป็นประจำ ผลร้ายที่จะเกิด คือ

1. ทำให้เกิดการเสพติด และจะต้องดื่มกินยานั้นมากขึ้นเป็นลำดับ

2. ทำให้สุขภาพร่างกายและจิตใจทรุดโทรม สมรรถภาพลดถอย เกิดอาการเป็นพิษเรื้อรัง ประสาทหลอน เกิดอาการคลุ้มคลั่ง และอาจถึงตายได้ถ้าดื่มกินยานั้นมากเกินไป

3. ทำให้เสียทรัพย์โดยใช่เหตุ ไม่คุ้มกับเงินที่เสียไป

● วิธีหลีกเลี่ยงการใช้ยากระตุ้นประสาท.....มีวิธีการปฏิบัติดังนี้...

1. ศึกษาถึงยากระตุ้นประสาทชนิดต่าง ๆ ให้เข้าใจอย่างแท้จริงว่ามีโทษอย่างไรบ้าง และมีประโยชน์ตามที่โฆษณาชวนเชื่อกันหรือไม่

2. ไม่เชื่อคำโฆษณาหรือคำชักชวนของเพื่อนฝูง ควรใช้เหตุผลทางวิชาการที่ศึกษามาในการตัดสิน

3. ถ้าต้องใช้ยากระตุ้นประสาทตามคำสั่งแพทย์ ต้องปฏิบัติตามคำสั่งแพทย์อย่างเคร่งครัด ไม่ซื้อมารับประทานเอง

4. เมื่อรู้สึกว่าร่างกายหงุดหงิดอ่อนเพลียหรือซึมเซา แสดงว่าร่างกายต้องการพักผ่อน จึงควรพักผ่อนนอนหลับให้เพียงพอ จะเป็นวิธีที่ดีที่สุดที่จะทำให้ร่างกายมีพละกำลังและกระปรี้กระเปร่า ไม่ควรใช้ยากระตุ้นประสาทนิดใด ๆ เพราะเมื่อใช้ยาพวกนี้แล้วแม้ว่าจะรู้สึกว่าร่างกายมีเรี่ยวแรงและกระปรี้กระเปร่า แต่เรี่ยวแรงที่เกิดขึ้นนั้นเป็นผลจากการกระตุ้นของตัวยาในยากระตุ้นประสาทที่รับประทานเข้าไป เมื่อร่างกายถูกกระตุ้นให้เอาเรี่ยวแรงออกมาใช้ในขณะที่ร่างกายต้องการสงวนกำลังส่วนนั้นไว้ จึงเป็นการฝืนธรรมชาติของร่างกาย จะทำให้เกิดผลร้ายต่อร่างกายได้ กล่าวคือ ผู้ใช้ยานี้มีโอกาสเจ็บป่วยได้ง่าย เนื่องจากร่างกายไม่ได้พักผ่อนอย่างเพียงพอ และจะเกิดอาการง่วงนอน สมองมึนงง อาจจะหลับไปได้หลังจากหมดฤทธิ์ยา เป็นเหตุให้ผู้ใช้ยาไม่สามารถทำงานตามปกติได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่ทำงานเกี่ยวกับการควบคุมเครื่องยนต์ หรือขับรถที่ใช้ยาพวกนี้จะประสบอุบัติเหตุได้ง่าย

5. ถ้ารู้สึกร่างกายอ่อนเพลียผิดปกติหรือมีอาการผิดปกติอื่น ๆ เช่น หงุดหงิดตลอดเวลา ง่วงนอนมาก ทั้งที่ได้นอนหลับพักผ่อนมาเพียงพอแล้ว ควรปรึกษาแพทย์

● วิธีเลิกใช้ยากระตุ้นประสาท..

วิธีที่ดีที่สุดก็คือการเลิกใช้เสีย พยายามออกกำลังกายและพักผ่อนให้เพียงพอ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย พยายามรักษาสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอ หลีกเลี่ยงการหักโหมในการใช้กำลังในการทำงาน ควรวางแผนงานไว้ล่วงหน้าเสียแต่เนิ่น ๆ ถ้าไม่สามารถจะเลิกใช้ยากระตุ้นประสาทได้ ควรไปปรึกษาแพทย์

ปรึกษาแพทย์ขอคำแนะนำจากท่านในการเลิกใช้ยากระตุ้นประสาท อย่ารีรอเกิดมรณาแล้วจะว่าไม่เตือน