

ฉบับที่ 20,520

วันอาทิตย์ที่ 18 ธันวาคม พ.ศ. 2548

หน้า 6



ขาดความอ้วน

จากข้อมูลของสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา หรือ อย. ระบุว่า ปีงบประมาณ 2548 มีปริมาณการจำหน่ายยาลดน้ำหนัก หรือ ยาลดความอ้วน ทั้งสิ้น 21,092,100 เม็ด ปีงบประมาณ 2547 จำนวน 16,359,700 เม็ด และปี 2548 จำนวน 16,199,100 เม็ด ตัวเลขดังกล่าวชี้ให้เห็นว่าปริมาณการใช้ยาลดน้ำหนักในบ้านเรามีแนวโน้มลดลงเรื่อยๆ แต่ว่าหลาย ๆ คนก็ยังพึ่งยาลดน้ำหนักกันอยู่โดยไม่คำนึงถึงปัญหาและผลกระทบที่จะตามมา

เพื่อให้ผู้อ่านได้รับทราบข้อมูลในเรื่องนี้ "X-RAY สุขภาพ" จึงมาพูดคุยกับ ศ.ดร.ภักดี โพธิศิริ เลขาธิการ อย.

ศ.ดร.ภักดี กล่าวว่า ยาลดความอ้วนที่ใช้กันอยู่ในขณะนี้แบ่งเป็นกลุ่มหลัก ๆ คือ

ยากุ่มที่ออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาท ประเภท 2 เป็นอนุพันธ์ของแอมเฟตามีน ได้แก่ แอมฟีปราโมน เฟนเทอร์มีน ยากุ่มนี้จะออกฤทธิ์กระตุ้นระบบประสาทส่วนกลาง กระตุ้นการหลั่งสารสื่อประสาท ลดความอยากอาหาร ลดความถี่ของการรู้สึกหิว ทำให้เกิด

ทางเลือกสุดท้าย

ของคนอยากพอม

ยา คือ ปากแห้ง หัวใจเต้นเร็ว หัวใจเต้นผิดปกติ หงุดหงิด ตื่น กระสับกระส่าย เหงื่อออก คลื่นไส้ ท้องผูก ความดันโลหิตสูง และติดยา

ยาลดความอ้วนที่จัดเป็นยา ได้แก่ ซาไซบูทรามิน ยาระงับความอยาก



อาหาร ขณะนี้อยู่ระหว่างขอขึ้นทะเบียนเป็นยาใหม่ จัดเป็นยาควบคุมพิเศษ ที่ต้องจำหน่ายโดยมีใบสั่งแพทย์ และให้ใช้ได้เฉพาะในโรงพยาบาลเท่านั้น ภาครัฐไม่พึงประสงค์ของยา คือ ปากแห้ง ใจเต้น นอนไม่หลับ เมื่ออาหาร ท้องผูก มึนงง คลื่นไส้

[ต่อต้นหลัง]

ยาที่ออกฤทธิ์ยับยั้งการทำงานของเอ็นไซม์ที่ใช้ในการย่อยไขมัน ทำให้ไขมันไม่ถูกย่อยเป็นกรด

ไขมันอิสระ และถูกดูดซึมเข้าสู่ร่างกายน้อยลง ในตอนที่บริโภคของมัน ๆ แต่ไม่เอากลิ่นอะทานาซินด์รึ จัดเป็นยาอันตรายที่คั่งค้างจำหน่ายในร้านขายยาแผนปัจจุบันเท่านั้น อาการไม่พึงประสงค์ของยา คือ ท้องอืด ไม่สบายท้อง ปวดท้อง กลืนอุจจาระไม่ค่อยได้ ร่างกายขาดวิตามินที่ละลายในไขมัน

สำหรับขาดความอ้วนที่นิยมใช้จัดอยู่ในกลุ่มวัตถุออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาทประเภทที่ 2 แต่ในการลดความอ้วนมักจะได้รับยาตัวอื่นเพิ่มเติม จากการสำรวจของกองควบคุมวัตถุเสพติด พบว่า มีการจ่ายขาดความอ้วนจากสถานพยาบาลเอกชนโดยจัดไว้เป็นชุด ๆ ให้รับประทานเหมือนกันในแต่ละวัน โดยขาดความอ้วน 1 ชุดจะประกอบไปด้วยยาประมาณ 1-6 รายการ จากกลุ่มยาดังต่อไปนี้

1. กลุ่มวัตถุออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาทประเภท 2 ได้แก่ แอมฟิปรามิน เฟมเตอร์มิน

2. ฟลูอออกซิทีน (Fluoxetine) โดยปกติใช้

เป็นยาค้านอาการซึมเศร้า แต่มีผลข้างเคียงในการ

ช่วยทำให้ไม่อยาก

อาหาร จึงถูกนำมา

มาใช้ในยา

ขาดความอ้วน

3. ธีรอยด์

ฮอร์โมน จะทำให้

กระบวนการเผา

ผลาญพลังงานของ

ร่างกายเพิ่มขึ้น หากกลุ่มนี้มีผลต่อหัวใจและหลอดเลือด ทำให้ใจสั่น ความดันโลหิตสูง หัวใจล้มเหลว หัวใจขาดเลือด กล้ามเนื้อหัวใจตายได้

4. ยาขับ

ปัสสาวะ ยาจทำให้ผู้ป่วยปัสสาวะเพิ่มขึ้น ซึ่งมีผลเสียต่อร่างกาย โดยอาจสูญเสียน้ำและเกลือแร่ ทำให้ระดับโพแทสเซียมในเลือด และระดับแมกนีเซียมในเลือดต่ำ ระดับแคลเซียมในเลือดสูง กรดพิวริกในเลือดสูงทำให้เสี่ยงต่อการเกิดโรคเกาต์ กล้ามเนื้ออ่อนแรง เป็นตะคริว หัวใจเต้นผิดจังหวะ

5. ยาถ่ายหรือยาระบาย จะกระตุ้นลำไส้ให้บีบตัวทำให้ถ่ายมากหรือบ่อยขึ้น ทำให้สูญเสียน้ำและเกลือแร่ ทำให้ผู้ป่วยรู้สึกหอบลงเร็วเนื่องจากน้ำหนักลดลงจากใช้ยา



ศ.ดร.ภักดี โพธิศิริ
เลขาธิการ อย.

6. วิตามิน บี1 ให้เพื่อลดผลข้างเคียงที่อาจเกิดขึ้นเนื่องจากการใช้ยา คือ การขาดวิตามิน เนื่องจากรับประทานอาหารน้อยลง และการใช้ยาขยาย

7. ยากลุ่ม บีต้า บล็อกเกอร์ (b-blockers) อาจลดอาการใจสั่นที่เป็นผลข้างเคียงของยา กลุ่มอนุพันธ์แอมเฟตามีน และธีรอกซ์ซอร์โบิน ยาเหล่านี้ปกติจะใช้เพื่อการรักษาความดันโลหิตสูง ยาออกฤทธิ์ยับยั้งประสาทกระตุ้นระบบการทำงานของหัวใจ (sympathomimetic effect) ที่หัวใจ จะลดจำนวนเลือดที่จะบีบออกจากหัวใจในแต่ละครั้ง (cardiac output) ลดอัตราการเต้นของหัวใจ เป็นต้น

8. ยานอนหลับ เนื่องจากผลข้างเคียงของยา กลุ่มอนุพันธ์แอมเฟตามีน ซึ่งกระตุ้นระบบประสาทส่วนกลางทำให้นอนไม่หลับ จึงมีการจ่ายยานี้ร่วมด้วย

การใช้ยาลดความอ้วนจะต้องอยู่ใน

การดูแลของแพทย์ เนื่องจากเป็นยาที่มีข้อควรระวัง ข้อห้ามใช้มากมาย และมีผลข้างเคียงหลายอย่าง จึงไม่แนะนำให้ซื้อมาทานเอง

ดังนั้นก่อนที่จะตัดสินใจใช้ยาลดความอ้วน ควรตรวจสอบก่อนว่าเป็นโรคอ้วนหรือไม่ สามารถใช้การคำนวณหาค่าดัชนีมวลกาย หรือ BMI โดยคำนวณจากน้ำหนักตัว (หน่วยเป็นกิโลกรัม) หารด้วยความสูง (หน่วยเป็นเมตร²) คนที่มีน้อยกว่า 20 จัดว่าผอม เกิน 25 ขึ้นไปถือว่าน้ำหนักตัวเกิน อาจต้องออกกำลังกาย ทานคุมอาหารให้มากขึ้น แต่ถ้าเกิน 30 ขึ้นไปจึงจะเข้าข่ายโรคอ้วน

หมออยากแนะนำให้วิธีอื่นในการลดน้ำหนักก่อน เพราะ

การใช้ยา

แม้ว่า จะเห็นผลในระยะสั้น แต่ด้วยยาที่ใช้เมื่อใด ก็จะทำให้น้ำหนักกลับคืนมาตั้งแต่เดิมหรือมากกว่าเดิม อีกทั้งการใช้ยาลดความอ้วนมีข้อจำกัดใช้เกิน 6 สัปดาห์ จะไม่ได้ผลแล้ว นอกจากนี้ยังมีความเสี่ยงสูงจากผลข้างเคียงของยา ซึ่งเกิดขึ้นกับแต่ละ

คนไม่เหมือนกัน บางทีอาจเห็นว่าเพื่อนใช้ไม่เป็นไร แต่ร่างกายตนเองไม่เหมือนกัน บางทีผลข้างเคียงที่ร้ายแรงไม่เกิดกับคนอื่น แต่อาจเกิดกับเราก็ได้ อยากให้พิจารณาควบคุมอาหารร่วมกับการออกกำลังกาย น่าจะเป็นวิธีที่ปลอดภัยที่สุด.

suwat_krub@hotmail.com