

# พาราเซตามอล ยาสามัญที่ต้องระวัง



แพทย์หญิง ประพิมพ์พร ฉัตรานุกุลชัย

Prapimporn Shantavasinkul, MD

แพทย์เฉพาะทางด้านอายุรศาสตร์ และโภชนาวิทยาทางคลินิก

โรงพยาบาลบีเอ็นเอช



พาราเซตามอลเป็นยาแก้ปวด และลดไข้ที่คนไทยนิยมใช้กันมากที่สุด เนื่องจากเชื่อว่าปลอดภัย ไม่มีผลข้างเคียง  
จริงอยู่ที่พาราเซตามอลมีข้อดีที่ไม่ระคาย

เคืองกระเพาะ แต่แท้จริงแล้วพาราเซตามอลมีผลข้างเคียงที่อันตรายที่สุด คือ การเกิดพิษต่อตับ หากใช้เกินขนาด  
หรือใช้ติดต่อกันนาน



ภาวะเป็นพิษต่อตับจากยาพาราเซตามอลนั้น เกิดได้ทั้งจากความตั้งใจรับประทานยาเกินขนาดเพื่อทำร้ายตัวเอง ใน  
ประเทศสหรัฐอเมริกาพบว่าการรับประทานยาพาราเซตามอลเกินขนาดเป็นสาเหตุสำคัญของการเกิดตับอักเสบเฉียบ  
พลัน และเกิดภาวะตับวาย ซึ่งอาการอาจรุนแรงถึงขั้นต้องได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนตับ หรือเสียชีวิตหากไปรับการ  
รักษาไม่ทันท่วงที ส่วนผู้ป่วยกลุ่มที่เกิดภาวะเป็นพิษต่อตับโดยความไม่ตั้งใจนั้นพบได้บ่อยในกลุ่มผู้ป่วยที่มีอาการ  
ปวดเรื้อรัง ซึ่งผู้ป่วยส่วนหนึ่งไม่ทราบว่ากำลังทำร้ายตัวเองด้วยการรับประทานยาแก้ปวดที่มีผลทำร้ายตับต่อเนื่อง  
เป็นเวลานาน การรับประทานยาพาราเซตามอลเป็นเวลานาน แม้ว่าจะรับประทานไม่เกินขนาดที่แนะนำ แต่ถ้ารับ  
ประทานต่อเนื่องเป็นเวลานานก็มีโอกาสที่จะเกิดตับอักเสบได้เช่นเดียวกัน



ซึ่งผู้ป่วยกลุ่มนี้มีแนวโน้มที่จะไปรับการรักษาช้า เนื่องจากไม่ตระหนักถึงพิษภัยที่อาจเกิดขึ้นได้จากการรับประทาน  
ยาพาราเซตามอลเป็นเวลานาน เมื่อเดือนมกราคมปีพ.ศ. 2554 องค์การอาหารและยาของประเทศสหรัฐอเมริกา  
(U.S. Food and Drug Administration หรือ USFDA) ได้ออกประกาศให้บริษัทยาที่ผลิตยาแก้ปวดสูตรผสมที่มี

พาราเซตามอลเป็นส่วนประกอบ ให้ลดปริมาณยาพาราเซตามอลลงจากเดิม จากขนาด 500 มิลลิกรัมต่อเม็ดเป็น 325 มิลลิกรัมต่อเม็ด เพื่อลดความเสี่ยงของผู้บริโภคในการที่จะได้รับปริมาณยาพาราเซตามอลเกินขนาด และลดความเสี่ยงที่จะเกิดพิษต่อตับ นอกจากนี้ยังได้กำหนดให้ระบุถึงผลข้างเคียงของยาพาราเซตามอล ที่ฉลากยาให้ชัดเจนว่า “**ยามีผลทำให้เกิดพิษต่อตับอย่างรุนแรงได้**” นอกเหนือจากผลข้างเคียงอื่นที่อาจเกิดขึ้นได้ เช่น อาการแพ้ยาหรือผื่นคัน

แม้ว่ายาพาราเซตามอลจะเป็นยาแก้ปวดลดไข้ที่มีประโยชน์ แต่หากใช้ผิดวิธีก็อาจก่อให้เกิดอันตรายร้ายแรงได้ จึงต้องระมัดระวังในการใช้ยา และหากอาการไม่ดีขึ้นหลังรับประทานยาควรรีบไปพบ แพทย์เพื่อตรวจหาสาเหตุเสมอ ข้อควรระวังที่ควรทราบเกี่ยวกับยาพาราเซตามอล คือ ไม่ควรรับประทานเป็นประจำต่อเนื่องเป็นเวลานานและไม่ควรรับประทานยาพาราเซตามอลเกินวันละ 4 กรัม ในประเทศไทยซึ่งยามักจะอยู่ในรูปแบบเม็ดละ 500 มิลลิกรัม คือ รับประทานได้ไม่เกิน 8 เม็ดต่อวัน และไม่เกิน 1-2 เม็ดต่อครั้ง (ผู้ใหญ่ที่มีน้ำหนักน้อยกว่า 50 กิโลกรัมควรรับประทานพาราเซตามอลครั้งละ 1 เม็ดเท่านั้น)

นอกจากนี้ไม่ควรดื่มสุรา หรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เป็นส่วนผสม ขณะที่รับประทานยาพาราเซตามอล ส่วนผู้ป่วยที่มีโรคตับเรื้อรัง ตับแข็ง หรือ ดื่มสุราเป็นประจำจะมีความเสี่ยงในการเกิดพิษต่อตับง่ายกว่าคนปกติจึงควรงดเว้นการรับประทานพาราเซตามอล หรือ หากจำเป็นจริงๆก็ควรรับประทานให้น้อยที่สุด ข้อควรระวังอีกอย่างคือ มียาสูตรผสมเป็นจำนวนมากที่มีพาราเซตามอลเป็นส่วนประกอบ เช่น ยาแก้ไข้หวัด ยาแก้ปวดเมื่อย ยาคลายกล้ามเนื้อ ซึ่งยาสูตรผสมเหล่านี้หากนำมารับประทานร่วมกันโดยไม่ทราบว่ามีส่วนประกอบพาราเซตามอลเป็นส่วนประกอบ เช่น รับประทานยาแก้หวัดพร้อม ๆ กับยาคลายกล้ามเนื้อ จะทำให้ได้รับยาเกินขนาดและเกิดตับอักเสบหรือตับวายเฉียบพลันได้ ดังนั้นก่อนรับประทานยาทุกชนิดจึงควรอ่านฉลากยาให้ละเอียดเสมอ ถ้าไม่แน่ใจว่ายามีส่วนประกอบของพาราเซตามอลหรือไม่ ควรปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรก่อนบริโภคยาทุกครั้ง

## เอกสารอ้างอิง

<http://www.fda.gov/Drugs/DrugSafety/ucm239821.htm>

Watkins PB, Kaplowitz N, Slattery JJ, et al: Aminotransferase elevations in healthy adults receiving 4 grams of acetaminophen daily—A randomized controlled trial. JAMA. 2006;296:87-93

Schmidt LE, Dalhoff K, Poulsen HE: Acute versus chronic alcohol consumption in acetaminophen-induced hepatotoxicity. Hepatology 2002;35:876-882