

## ข้อมูลต้องรู้! ทาน พาราเซตามอล อย่างไร ไม่ให้เป็นอันตรายต่อดับ



พาราเซตามอล เป็นยาสามัญประจำบ้าน ที่เชื่อได้เลยว่า บ้านไหนๆ ก็ต้องมีทั้งนั้น เพราะเมื่อเวลา รู้สึกไม่สบาย หรือปวดจากสาเหตุใดก็ตาม เรามักจะนึกถึงพาราเซตามอลเป็นอันดับแรกๆ อยู่แล้ว แต่ก็ยังมีบางคนแอบสงสัยว่า ถ้าทานเข้าไปเยอะๆ แล้วจะเป็นอันตรายต่อร่างกายเราหรือไม่ ลอง มาหาคำตอบไปพร้อมๆ กันดีกว่าค่ะ

**พาราเซตามอล หรือ อะเซตามิโนเฟน** เป็นยาแก้ปวดลดไข้ที่ใช้กันอย่างแพร่หลาย หาซื้อได้ง่าย และมักจะมีติดไว้ประจำบ้าน เป็นยาที่ค่อนข้างปลอดภัยเมื่อใช้อย่างถูกวิธี พาราเซตามอลสามารถ บรรเทาปวดจากสาเหตุต่างๆ ได้หลากหลาย เช่น ปวดศีรษะ ปวดจากข้อเสื่อม ปวดกล้ามเนื้อ และใช้เป็นยาลดไข้ พาราเซตามอลที่เป็นยาเดี่ยวจะบรรเทาอาการปวดขึ้นอ่อนถึงปานกลางเท่านั้น ไม่มีผลต่ออาการปวดขั้นรุนแรง เช่น แผลผ่าตัดใหญ่ หรือมะเร็ง และไม่มีฤทธิ์ต้านการอักเสบ



พาราเซตามอลมีหลายรูปแบบ ในรูปแบบรับประทานมีทั้งยาเม็ดและยาน้ำ ที่นิยมรับประทาน คือ ยาเม็ดที่มีตัวยาพาราเซตามอล 500 มิลลิกรัมต่อเม็ด โดยทั่วไปในผู้ใหญ่ที่มีน้ำหนักตัวประมาณ 50 กิโลกรัม รับประทานครั้งละ 1 เม็ด ถ้ากรณีที่น้ำหนักเกิน 67 กิโลกรัม รับประทานครั้งละ 2 เม็ด ในส่วนของการรับประทานยามือถือถัดไปควรเว้นระยะห่างไม่น้อยกว่า 4 ชั่วโมง และต้องไม่ใช่ยาเกิน 4,000 มิลลิกรัม หรือ 8 เม็ดต่อวัน และไม่ควรรีดยาติดต่อกันเกิน 5 วัน หากจำเป็นต้องใช้นานกว่านี้ควรปรึกษาแพทย์

นอกจากนี้ยังต้องระวังการใช้ยาซ้ำซ้อน เมื่อใช้ยาร่วมกับยาสูตรผสมที่มีพาราเซตามอลเป็นส่วนประกอบ ได้แก่ ยาสูตรผสมบรรเทาอาการของโรคหวัด ยาคลายกล้ามเนื้อ เพราะอาจได้รับพาราเซตามอลเกินขนาดโดยไม่ได้ตั้งใจ ดังนั้นก่อนรับประทานยาทุกชนิดควรอ่านฉลากให้ละเอียด หรือถ้าไม่แน่ใจให้ปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรก่อนทุกครั้ง



การได้รับยาพาราเซตามอลเกินขนาด ส่วนใหญ่พบว่าเกิดจากการรับประทานอย่างต่อเนื่องโดยไม่ได้ตั้งใจ ป่วย  
กว่าการตั้งใจกินยาขนาดสูงเพียงครั้งเดียว ซึ่งการได้รับยาพาราเซตามอลเกินขนาดจะส่งพิษต่อตับ อาจมี  
อาการคลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้องบริเวณด้านขวาบน มีตับโต กดเจ็บ ถ้าตรวจเลือดอาจพบค่าที่บ่งว่าการ  
ทำงานของตับผิดปกติ ถ้าตับถูกทำลายมากขึ้น อาจพบอาการของตับวายเฉียบพลัน ได้แก่ ตัวเหลือง ตา  
เหลือง สับสน ซึม ถ้าไม่ได้รับการรักษาอย่างทันท่วงทีอาจเสียชีวิตได้ และที่สำคัญ ไม่ควรดื่มสุรา หรือ  
รับประทานยาบางชนิด เช่น ยาต้านไวรัส ยาแก้อักเสบ ร่วมกับการรับประทานยาพาราเซตามอล เพราะอาจทำ  
ให้พิษต่อตับของยาพาราเซตามอลเพิ่มขึ้น

หากพบเห็นผู้ที่ได้รับประทานยาพาราเซตามอลเกินขนาดเฉียบพลัน ไม่แนะนำให้เอาออกมาด้วยการทำให้  
อาเจียน เนื่องจากจะเพิ่มความเสี่ยงในการสำลักเข้าปอด แต่ควรรีบช่วยเหลือด้วยการนำตัวส่งโรงพยาบาล  
อย่างรวดเร็วที่สุด เนื่องจากพิษจากยาพาราเซตามอลเกินขนาดมีวิธีการดูแลรักษาและยาแก้พิษจำเพาะ