

ม.มหิดล ห่วงกลุ่มเปราะบาง เสี่ยงอันตรายจากยานอนหลับชนิดรุนแรง

🕒 22 ส.ค. 2565 14:48:57 | 👁 28 ครั้ง



กว่าครึ่งศตวรรษที่คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ทำหน้าที่ผลิตเภสัชกรเพื่อดูแลเรื่องการใช้ยาของประชาชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในสังคมแห่งข้อมูลข่าวสารเช่นปัจจุบัน ที่มีทั้งข่าวจริง และข่าวปลอมให้เลือกเสพ แต่ทางที่ดีที่สุด เมื่อมีปัญหาเรื่องยา ควรปรึกษาเภสัชกร

ตามที่ กระทรวงสาธารณสุข ได้มีประกาศให้ยาฟลูโนตราซีแพม (flunitrazepam) เป็นวัตถุออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาท ประเภท 2 ตามประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง ระบุชื่อวัตถุออกฤทธิ์ในประเภท 2 พ.ศ.2565 ซึ่งเป็นวัตถุออกฤทธิ์ที่ใช้ทางการแพทย์ และก่อให้เกิดการนำไปใช้ หรือมีแนวโน้มในการนำไปใช้ในทางที่ผิดสูง จึงไม่อนุญาตให้มีจำหน่ายตามร้านขายยาทั่วไป และต้องได้รับการสั่งจ่ายโดยแพทย์ กทันแพทย์ หรือสัตวแพทย์ ณ สถานพยาบาลเท่านั้น โดยได้ระบุโทษจำคุกสูงสุด จำคุกไม่เกิน 7 ปี และปรับไม่เกิน 700,000 บาทนั้น (รายละเอียดตาม <https://mnfda.fda.moph.go.th/narcotic/?p=6075>)

ปรากฏว่ายังมีการฝ่าฝืนลักลอบจำหน่าย และใช้กันอย่างผิดๆ ที่น่าเป็นห่วงที่สุด คือ "กลุ่มเปราะบาง" โดยเฉพาะอย่างยิ่งที่เป็นเด็กวัยรุ่นซึ่งต้องตกอยู่ในเป้าหมายของการนำยาไปใช้ในทางที่ไม่ถูกต้อง

รองศาสตราจารย์ เภสัชกรรณรัตน์ สรวลเสน่ห์ อาจารย์ประจำภาควิชาเภสัชกรรม คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ได้อธิบายถึงลักษณะของเม็ดยาฟลูโนตราซีแพม (flunitrazepam) เป็นยาที่มีข้อบ่งใช้รักษาอาการนอนไม่หลับเรื้อรังโดยออกฤทธิ์ได้อย่างรวดเร็วภายใน 30-60 นาที หลังรับประทานยา และมีฤทธิ์อยู่ได้นาน 12 ชั่วโมง

ด้วยคุณสมบัติของยาที่ออกฤทธิ์ได้อย่างรวดเร็วนี้เอง จึงทำให้เกิดการนำไปใช้ในทางที่ผิดเกิดขึ้น ทั้งนี้ ทางบริษัทผู้ผลิตยาได้ตระหนักถึงผลข้างเคียงดังกล่าว จึงได้ผลิตยาจำหน่ายในลักษณะเม็ดรูปแบบรี และมีสีฟ้า เพื่อเป็นการป้องกันการนำฟลูโอตราซีแพมไปใช้ในทางที่ผิด เช่น ผสมในเครื่องดื่ม เพราะจะทำให้เกิดสีฟ้าขึ้น และสังเกตเห็นได้ง่าย

ในกรณีที่มีการใช้ฟลูโอตราซีแพมร่วมกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หรือยาที่มีผลกดระบบประสาทส่วนกลางด้วยแล้ว อาจทำให้เกิดอาการข้างเคียงที่รุนแรง เช่น ก่อการทำงานของระบบทางเดินหายใจอย่างรุนแรง และอาจทำให้เสียชีวิตได้ ผู้ใช้ยาจึงต้องใช้ด้วยความระมัดระวังภายใต้คำสั่งแพทย์เท่านั้น

นอกจากนี้ การใช้ยาฟลูโอตราซีแพมติดต่อกันเป็นเวลานาน อาจทำให้เกิดภาวะติดยาได้ ดังนั้น จึงควรใช้ยาตามคำสั่งของแพทย์เท่านั้น ไม่ควรไปหาซื้อยาดังกล่าวมาใช้เอง อีกทั้งเมื่อหยุดใช้ยาในทันทีอาจเกิด "อาการถอนยา" ที่แสดงอาการผิดปกติ อาทิ นอนไม่หลับ ปวดศีรษะ กระสับกระส่าย เกร็ง และอาจถึงกับมีอาการชักได้ เป็นต้น

รองศาสตราจารย์ เกษัชกรณรัตน์ สรวลเสน่ห์ ได้แนะนำให้ผู้ที่มีการนอนไม่หลับและหวังจะใช้ยาใช้ยานอนหลับยาฟลูโอตราซีแพม หรือยานอนหลับชนิดอื่นๆ ให้พึงระวังถึงผลข้างเคียงของยากลุ่มนี้ที่อาจทำให้สูญเสียความทรงจำระยะสั้น กล้ามเนื้ออ่อนแรง ง่วงซึมระหว่างวัน และเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุจากการขับขี่ยานพาหนะได้

นอกจากนี้ควรปรับสุขลักษณะและพฤติกรรมก่อนนอนหลับอย่างเป็นธรรมชาติ โดยการปรับพฤติกรรมก่อนนอนให้เหมาะสม และไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีฤทธิ์กระตุ้นประสาท (ชา กาแฟ เครื่องดื่มบำรุงกำลัง) ก่อนเวลาเข้านอน 1 - 2 ชั่วโมง ตลอดจนควรงดทำกิจกรรมอื่นๆ บนเตียงนอน เช่น อ่านหนังสือ หรือใช้โทรศัพท์และควรพบแพทย์หากมีอาการนอนไม่หลับต่อเนื่องกันเป็นเวลาอย่างน้อย 3 เดือน

หากจำเป็นต้องใช้ยานอนหลับควรรับประทานภายใต้คำสั่งของแพทย์เท่านั้น และไม่ควรถอนยา หรือหยุดใช้ยาในทันที โดยไม่ได้รับการแนะนำจากแพทย์เช่นกัน

ท่ามกลางกระแสข่าวลวงเรื่องการใช้ยา ทำให้ผู้ตกเป็นเหยื่อต้องตกอยู่ในอันตราย สูญเสียทั้งสุขภาพและทรัพย์สิน ความรอบรู้เรื่องสุขภาพ (Health Literacy) จึงถือเป็นทักษะที่จำเป็นซึ่งทุกคนสามารถเรียนรู้ได้เพื่อการพึ่งพาดูแลตัวเองอย่างยั่งยืน

ไม่ว่าจะเป็นใคร ก็สามารถรอบรู้เรื่องยาได้ทุกที่ ตลอด 24 ชั่วโมง เพียงติดตามบทความวิชาการโดยคณาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิของคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล จาก "คลังความรู้สู่ประชาชน" www.pharmacy.mahidol.ac.th ซึ่งเป็นบริการวิชาการที่คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล พร้อมมอบให้โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย เพื่อการมีสุขภาพที่ดี จากการเรียนรู้ที่ไม่มีวันสิ้นสุด

สัมภาษณ์ และเขียนข่าวโดย จูติรัตน์ เดชพรหม นักประชาสัมพันธ์ (ชำนาญการ)

งานสื่อสารองค์กร กองบริหารงานทั่วไป สำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหิดล โทร. 0-2849-6210