

ยาแก้แพ้ชนิดรับประทาน

- โรคภูมิแพ้
- การรักษา
- ยาแก้แพ้ชนิดรับประทาน
- ผลข้างเคียงทั่วไป และข้อควรระวังของยาแก้แพ้ชนิดรับประทาน
- คำแนะนำทั่วไปเกี่ยวกับการรับประทานยาแก้แพ้
- การสื่อสารกับแพทย์ หรือเภสัชกรของคุณ
- การจัดเก็บยา

โรคภูมิแพ้

โรคภูมิแพ้เป็นภาวะที่ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายตอบสนองต่อสารที่มักไม่เป็นอันตราย (สารก่อภูมิแพ้) อาจได้รับสารก่อภูมิแพ้จากการสูดดม กิน ฉีด หรือสัมผัส โรคภูมิแพ้มีหลายประเภท ได้แก่ โรคผื่นภูมิแพ้ผิวหนัง (โรคภูมิแพ้ที่พบบ่อยที่สุด) โรคจมูกอักเสบจากภูมิแพ้ (โรคภูมิแพ้ที่พบบ่อยที่สุด) การแพ้อาหาร (มักเกิดจากไข่ นม อาหารทะเล และถั่ว) การแพ้แมลงตอย การแพ้ยา (สารก่อภูมิแพ้ที่พบบ่อยที่สุด คือ ยาเพนิซิลลิน ยาปฏิชีวนะ และวัคซีน) และการแพ้สิ่งแวดล้อม (การแพ้ละอองเกสร และการแพ้ไรฝุ่น)

อาการของโรคภูมิแพ้ ได้แก่ น้ำมูกไหล จาม น้ำตาไหล และคัน อาการคันตามผิวหนัง ลมพิษ บวมที่ริมฝีปาก ใบหน้า หรือลิ้น เป็นต้น ปฏิกริยาที่รุนแรงมากขึ้น ได้แก่ อาการบวมที่คอ และทางเดินหายใจ เสียหายอาจเป็นอันตรายถึงชีวิต และหมดสติ

การรักษา

วิธีที่มีประสิทธิภาพที่สุดในการจัดการกับโรคภูมิแพ้ คือ การหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับสารก่อภูมิแพ้ที่เป็นสาเหตุ หากไม่สามารถทำได้ อาจจำเป็นต้องใช้ยาเพื่อบรรเทาอาการ ยาแก้แพ้ที่นิยมใช้ ได้แก่ ยาแก้แพ้คอร์ติโคสเตียรอยด์ (corticosteroids) ยาหดหลอดเลือด และมอนเทลูคาสต์ (montelukast) ยาเหล่านี้มีจำหน่ายในหลายรูปแบบต่าง ๆ เช่น ยาเม็ด แคปซูล ยาสูดพ่น ครีมทา ขี้ผึ้ง และยาฉีด ในช่องท้อง ยาแก้แพ้ชนิดรับประทานส่วนใหญ่สามารถซื้อได้จากร้านขายยา หรือร้านขายยาที่ได้รับอนุญาต อย่างไรก็ตาม ควรขอคำแนะนำจากแพทย์ประจำครอบครัว หรือผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพก่อนรับประทานยาใด ๆ

ยาแก้แพ้ชนิดรับประทาน

(i) ยาแก้แพ้

ฮิสตามีนจะถูกปล่อยออกมาเมื่อร่างกายของคุณปกป้องการโจมตี หากคุณเป็นโรคภูมิแพ้ ระบบภูมิคุ้มกันของคุณจะถือว่าสารก่อภูมิแพ้เป็นผู้รุกราน การปลดปล่อยฮิสตามีนทำให้เกิดการอักเสบโดยมีการขยายหลอดเลือดขนาดเล็ก และผิวหนังหรือเนื้อเยื่อโดยรอบมีลักษณะบวม ยาแก้แพ้จะขัดขวางผลกระทบของฮิสตามีนและบรรเทาอาการของโรคภูมิแพ้ ยาแก้แพ้ชนิดรับประทานจะนำมาใช้ในการรักษาโรคภูมิแพ้หลายชนิดรวมถึงโรคจมูกอักเสบจากภูมิแพ้ซึ่งจะช่วยลดอาการน้ำมูกไหล และจามได้ แต่โดยปกติจะมีผลต่ออาการคัดจมูกน้อยกว่า นอกจากนี้ยังจะนำมาใช้ในการรักษาอาการผื่นลมพิษ (ลมพิษ) คันที่ผิวหนัง และดวงตา (กลากและเยอบุตาอักเสบ) นอกจากนี้ยังมีคุณค่าในการป้องกันลมพิษและในการรักษาอาการแพ้ยาได้อีกด้วย

คำว่า "ยาแก้แพ้" หมายถึง ยาประเภทหนึ่งที่ยกฤทธิ์โดยการปิดกั้นตัวรับฮิสตามีน-1 ของร่างกายเรา ตัวรับฮิสตามีน-1 มีส่วนรับผิดชอบตอปฏิกิริยาการแพ้ของเรา โดยทั่วไป ยาแก้แพ้แบ่งออกเป็นสองประเภท ได้แก่ ยาแก้แพ้รุ่นแรก (ยากล่อมประสาท) และยาแก้แพ้รุ่นที่สอง (ไม่มีฤทธิ์กล่อมประสาท)

(a) ยาแก้แพ้ที่มีฤทธิ์กล่อมประสาท

เหล่านี้เป็นยาแก้แพ้ประเภทเก่า และมีลักษณะเฉพาะด้วยฤทธิ์ระงับประสาท รวมถึงมีผลเป็นยาต้านเมเร็ง ตัวอย่างแบบเดิมของยาแก้แพ้ประเภทกล่อมประสาท ได้แก่ บรอมเฟนิรามีน (brompheniramine) คลอร์เฟนิรามีน (chlorpheniramine) ซินนาริซีน (cinnarizine) ไซโปรเฮปทาดีน (cyproheptadine) ไดเฟนไฮดรามีน (diphenhydramine) โพรเมทาซีน (promethazine) และไตรโพรลิดีน (triprolidine) ผลของยากล่อมประสาทอาจมีแตกต่างกันไป ตั้งแต่มีอาการง่วงนอนเล็กน้อยไปจนถึงการนอนหลับสนิท ไดเฟนไฮดรามีน (Diphenhydramine) และโพรเมทาซีน (promethazine) เกี่ยวข้องกับฤทธิ์กล่อมประสาทที่รุนแรงกว่า และสามารถใช้ในการระงับประสาทในระยะสั้น ไซโปรเฮปทาดีน (Cyproheptadine) มักเกี่ยวข้องกับการเพิ่มความอยากอาหารและการเพิ่มน้ำหนัก

(b) ยาแก้แพ้ที่ไม่มีฤทธิ์กล่อมประสาท

ตัวอย่างของยาแก้แพ้ที่ไม่มีฤทธิ์กล่อมประสาท ได้แก่ เซติริซีน (cetirizine) เดสลอราทาดีน (desloratadine) เฟกโซเฟนาดีน (fexofenadine) และลอราทาดีน (loratadine) ยาเหล่านี้เป็นยาแก้แพ้รุ่นใหม่ และโดยทั่วไปจะทำให้เกิดอาการง่วงนอนเพียงเล็กน้อยหรือไม่มีเลยเนื่องจากการซึมผ่านเข้าสู่ระบบประสาทส่วนกลางไม่ดี

(ii) คอร์ติโคสเตียรอยด์ (Corticosteroids)

บทบาทของคอร์ติโคสเตียรอยด์ชนิดรับประทานในการรักษาโรคภูมิแพ้จะสงวนไว้สำหรับกรณีที่รุนแรงเท่านั้น เช่น การโจมตีของลมพิษอย่างรุนแรงโดยไม่ตอบสนองต่อการรักษาในแบบมาตรฐาน และโรคเรื้อนกวางชนิดรุนแรงที่ดื้อยา (โปรดดูลิงก์ต่อไปนี้ของบทความก่อนหน้านี้ "ข้อมูลเกี่ยวกับคอร์ติโคสเตียรอยด์ชนิดรับประทาน" สำหรับรายละเอียดเพิ่มเติม:

https://www.drugoffice.gov.hk/eps/do/en/consumer/news_informations/dm_02.html)

(iii) ยาหดหลอดเลือด

ยาหดหลอดเลือดช่วยบรรเทาอาการคัดจมูกและช่วยบรรเทาอาการของโรคจมูกอักเสบจากภูมิแพ้ และใช้ละอองพ่นช่วยลดอาการบวมของหลอดเลือดภายในโพรงจมูก ในทางเดินหายใจส่วนบน เพื่อให้หายใจได้สะดวกขึ้น อย่างไรก็ตาม การใช้ยาหดหลอดเลือดเป็นเวลานานกว่า 7 วันอาจทำให้เกิดการคั่งของเลือดกลับมาอีกได้ ดังนั้นจึงไม่แนะนำให้ใช้เป็นประจำหรือใช้ในระยะยาว ตัวอย่างยาหดหลอดเลือดที่ใช้กันทั่วไป ได้แก่ ซูโดเอเฟดริน (pseudoephedrine) และฟีนีลเอเฟริน (phenylephrine)

(iv) มอนเทลูคาสต์ (Montelukast)

มอนเทลูคาสต์ และลูโคไตรอีน แอนตาโกนิสต์ (leukotriene antagonist) ที่นำมาใช้สำหรับการจัดการโรคจมูกอักเสบจากภูมิแพ้ มอนเทลูคาสต์ช่วยสกัดกั้นผลกระทบของสารอักเสบที่มีฤทธิ์สูงซึ่งปล่อยออกมาจากเซลล์รวมทั้งแมสต์เซลล์ (mast cells) และอีโอซิโนฟิล (eosinophils) ซึ่งจะช่วยให้อาการของโรคจมูกอักเสบจากภูมิแพ้ดีขึ้น เช่น อาการคัดจมูก โรคจมูกอักเสบการจาม และอาการคันจมูก

ในกรณีที่พบได้ยาก คือ ผลกระทบทางระบบประสาท (เช่น พฤติกรรมที่รุนแรงและอารมณ์แปรปรวน) เกิดขึ้นจากมอนเทลูคาสต์ การใช้เพื่อรักษาโรคจมูกอักเสบจากภูมิแพ้นั้นจะจำกัดให้กับเฉพาะผู้ป่วยที่มีการตอบสนองไม่เพียงพอหรือไม่สามารถทนต่อการรักษาทางเลือกได้

ผลข้างเคียงทั่วไป และข้อควรระวังของยาแก้แพ้ชนิดรับประทาน

ประเภทของยากแก้แพ้	ผลข้างเคียงที่พบบ่อย	ข้อควรระวัง

(i) (a) ยาแก้แพ้ที่มีฤทธิ์กล่อมประสาท	• ง่วงนอน วิงเวียนศีรษะ อ่อนเพลีย • ปากแห้ง • สารคัดหลั่งทางเดินหายใจเหนียวข้น • ตาพร่ามัว ห้องผูก • ปัสสาวะไม่ออก • คลื่นไส้ อาเจียน และปวดท้อง • ปวดศีรษะ	• ผู้ป่วยไม่ควรขับรถหรือใช้เครื่องจักรหลังจากรับประทานยา • หลีกเลี่ยงแอลกอฮอล์ • ข้อควรระวังในการใช้ในผู้ป่วยโรคหอบหืด • ขอคำแนะนำจากแพทย์หากคุณรู้สึกง่วงนอนเร็วขึ้นหรือไม่สม่ำเสมอหลังจากทานยา
(b) ยาแก้แพ้ที่ไม่มีฤทธิ์กล่อมประสาท	• ใจสั่น • และหัวใจเต้นผิดจังหวะ	• ผู้ป่วยควรระวังผลกระทบของฤทธิ์กล่อมประสาทที่อาจเกิดขึ้นและไม่ควรขับรถหรือใช้เครื่องจักรหากรู้สึกง่วงนอน • หลีกเลี่ยงแอลกอฮอล์ • ปรึกษาแพทย์หากคุณรู้สึกง่วงนอนเร็วขึ้นหรือผิดปกติหลังจากรับประทานยา
(ii) คอร์ติโคสเตียรอยด์ (Corticosteroids)	• กักเก็บโซเดียม และน้ำ • ความดันโลหิตสูง • กลุ่มอาการคุชชิ่ง (Cushing syndrome) (ลักษณะทั่วไป ได้แก่ หน้าวงพระจันทร์ ห่องโตกว่าปกติ) • ห่องเสีย • เพิ่มความไวต่อการติดเชื้อ • โรคกระดูกพรุนเมื่อใช้ในระยะยาว	• มีข้อห้ามในผู้ป่วยที่ติดเชื้อเฉียบพลันซึ่งไม่สามารถควบคุมได้โดยการรักษาด้วยยาปฏิชีวนะ • ข้อควรระวังในการใช้ในผู้ป่วยที่มีประวัติโรคหัวใจ และหลอดเลือด เบาหวาน มีความผิดปกติของตับหรือไต

(iii) ยาหดหลอดเลือด	• ความดันโลหิตเพิ่มสูงขึ้น อัตราการเต้นของหัวใจเร็วขึ้น • เพิ่มความดันตัวซึ่งอาจนำไปการนอนหลับได้ยากหากรับประทานในชวงเย็นของวัน	• ข้อควรระวังในการใช้ในผู้ป่วยที่มีความดันโลหิตสูง และต้อหิน
(iv) มอนเทลูคาสท์ (Montelukast)	• ปวดศีรษะ ปวดท้อง • สมาธิสั้นในเด็ก • ภาวะภูมิไวเกิน • ปากแห้ง หोंงเสีย • ระดับเอนไซม์ของตับสูงขึ้น	• พบได้ยากที่อาจเกิดโรคอีโอสิโนฟิลิก โพลีแอนเจโอติส (Churg-Strauss) ซึ่งมีลักษณะทางคลินิกของการอักเสบของหลอดเลือด • ผลกระทบทางระบบประสาทอาจเกิดขึ้นได้ในบางกรณี

คำแนะนำทั่วไปเกี่ยวกับการรับประทานยาแก้แพ้

- ยาแก้แพ้บางชนิดอาจทำให้ง่วงซึม หรือทำให้มีความผิดปกติในการตื่นตัวทางจิต อย่าขับรถ หรือใช้เครื่องจักร หากคุณรู้สึกง่วงนอน หรือมีความผิดปกติในการตื่นตัวทางจิตหลังจากทานยาแก้แพ้
- ทำความคุ้นเคยกับชื่อ และปริมาณยาที่คุณกำลังรับประทาน ระวังผลข้างเคียงที่อาจเกิดขึ้น
- อย่าดื่มแอลกอฮอล์ขณะทานยาเพราะจะเพิ่มผลข้างเคียงของยาแก้แพ้ หรือเพิ่มความเสี่ยงต่อผลข้างเคียงอื่น ๆ
- สำหรับผู้ป่วยที่มีความดันโลหิตสูง ต้อหิน และหอบหืด ควรขอคำแนะนำจากแพทย์ประจำครอบครัว หรือเภสัชกรก่อนใช้ยาแก้แพ้ใด ๆ
- ยาแก้แพ้ไม่ใช่การรักษา แต่เป็นเพียงการบรรเทาอาการเท่านั้น หากทราบสารก่อภูมิแพ้ วิธีที่ดีที่สุดในการจัดการอาการแพ้ของคุณ คือ หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับแหล่งที่มาซึ่งทำให้เกิดภูมิแพ้

การสื่อสารกับแพทย์ หรือเภสัชกรของคุณ

- ปรึกษาแพทย์ประจำครอบครัว หรือเภสัชกรเพื่อหาทางเลือกในการรักษาที่ดีที่สุด คุณอาจได้รับคำแนะนำให้ใช้ผลิตภัณฑ์ที่ไม่ใช่ยา หรือมาตรการอื่น ๆ เพื่อบรรเทาอาการแพ้ของคุณ เช่น:

- ♦ การอาบน้ำด้วยน้ำมันที่ไม่ใช่การรักษาทางการแพทย์เพื่อบรรเทาอาการบนผิวหนัง
 - ♦ การใช้น้ำเกลือล้างจมูกเพื่อบรรเทาอาการทางจมูก
 - ♦ สวมถุงมือ หรือทาครีมป้องกันเพื่อหลีกเลี่ยงการสัมผัสสารก่อภูมิแพ้กับผิวหนังโดยตรง
ในกรณีของผิวหนังอักเสบจากการสัมผัส
- แจ้งให้แพทย์ประจำครอบครัว
หรือเภสัชกรของคุณทราบเกี่ยวกับยาที่คุณกำลังใช้เนื่องจากยาของคุณอาจมีปฏิสัมพันธ์กับ
ยาแก้แพ้
นอกจากนี้คุณควรแจ้งให้พวกเขาทราบถึงโรคที่คุณกำลังได้รับความทุกข์ทรมานเนื่องจากบ
างโรคอาจมีข้อควรระวังเป็นพิเศษ
 - ขอคำแนะนำจากแพทย์ประจำครอบครัวของคุณ
หากคุณสงสัยว่าคุณกำลังได้รับผลข้างเคียงจากยาแก้แพ้ที่คุณอยู่
และส่งผลกระทบต่อชีวิตประจำวันของคุณ
 - ควรปรึกษาแพทย์ประจำครอบครัวของคุณก่อนใช้ยา หรือผลิตภัณฑ์สุขภาพอื่น ๆ
เนื่องจากอาจส่งผลกระทบต่อผลกระทบ หรือเพิ่มผลข้างเคียงของยาของคุณ

การจัดเก็บยา

ควรจัดเก็บยาแก้แพ้ไว้ในสถานที่แห้ง และเย็น ไม่ควรเก็บยาแก้แพ้ไว้ในตู้เย็น
เ ว ้ น แ ต ่ จ ะ มี ะ บ ู ไ ว ้ บ น ป ่า ย ฉ ล า ก น อ ก จ า ก น ี
ควรเก็บยาอย่างเหมาะสมในสถานที่ซึ่งเด็กไม่สามารถเข้าถึงได้เพื่อป้องกันการกลืนกินโดยไม่ตั้งใจ

**กิตติกรรมประกาศ : สำนักงานยาขอขอบคุณหน่วยเฝ้าระวัง และระบาดวิทยา (SEB)
การพัฒนางานวิชาชีพ และการประกันคุณภาพ (PD&QA)
สำหรับการมีส่วนร่วมที่มีคุณค่าในการจัดเตรียมบทความนี้**

สำนักงานยา
กรมอนามัย
ธ.ค. 2020