

ยาแก้ปวดชนิดรับประทาน

คำนำ

ยาแก้ปวดชนิดรับประทาน หรือที่เรียกว่ายาแก้ปวด มักใช้เพื่อบรรเทาอาการปวด เช่น ปวดศีรษะ ปวดประจำเดือน ปวดฟัน ปวดหลัง และข้ออักเสบ

อาการปวดสามารถถูกจัดได้ว่าเป็นอาการเฉียบพลัน หรือเรื้อรัง
อาการปวดเรื้อรังมักถือเป็นอาการปวดที่กินเวลานานกว่าสองถึงสามเดือน
และอาจยังคงอยู่หลังจากที่อาการบาดเจ็บหายดีแล้ว อาการปวดหลัง
และโรคข้ออักเสบเป็นตัวอย่างของอาการปวดเรื้อรัง
อาการปวดเรื้อรังอาจส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตประจำวัน เช่น ระดับของกิจกรรม อารมณ์
การนอนหลับ ความอยากอาหาร ความจำ และแม้แต่ความสัมพันธ์กับครอบครัว และเพื่อน
ดังนั้นการบรรเทาอาการปวดในช่วงต้นอาจมีประโยชน์

ยาแก้ปวดบางชนิดทำงานในระบบประสาทส่วนปลาย และส่วนกลางของร่างกายเพื่อป้องกัน
หรือลดความรู้สึกไวต่อความเจ็บปวด ยาอื่น ๆ
ออกฤทธิ์โดยการยับยั้งการก่อตัวของสารเคมีบางชนิดในร่างกายที่เป็นสื่อกลางของความเจ็บปวด
ยาเหล่านี้มีจำหน่ายในรูปแบบใช้รับประทานต่าง ๆ เช่น ยาเม็ด แคปซูล น้ำเชื่อม สารแขวนลอย
และผง

การจำแนกประเภทของยาแก้ปวดชนิดรับประทาน

โดยทั่วไปยาแก้ปวดชนิดรับประทานมีสองประเภท คือ: ยาแก้ปวดกลุ่มที่ไม่เสพติด (Non-opioid)
และกลุ่มที่เสพติดได้ (opioid)

ยาแก้ปวดกลุ่มที่ไม่เสพติด (Non-opioid analgesics)

ยาแก้ปวดกลุ่มที่ไม่เสพติด ได้แก่ พาราเซตามอล และยาต้านการอักเสบที่ไม่ใช่สเตียรอยด์ (NSAIDs)
พาราเซตามอลเป็นยาที่ไม่ต้องสั่งจ่ายโดยแพทย์ในขณะที่ NSAID ส่วนใหญ่เป็นยาที่ต้องสั่งจ่ายโดยแพทย์เท่านั้น
และควรใช้ภายใต้คำแนะนำ และการแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัด

ยาแก้ปวดกลุ่มที่ไม่เสพติดเป็นยาแก้ปวดทางเลือกแรกในการรักษาอาการปวดระดับเล็กน้อยไปจนถึงปานกลาง
และยังใช้ร่วมกับยาแก้ปวดกลุ่มที่เสพติดได้เพื่อป้องกันอาการปวดระดับปานกลางไปจนถึงรุนแรง

พาราเซตามอลช่วยบรรเทาอาการปวดเท่านั้น และไม่เหมือนกับ NSAIDs คือไม่มีฤทธิ์ต้านการอักเสบใด ๆ
มันทำงานโดยการปิดกั้นการผลิตสารเคมีที่เรียกว่าพรอสตาแกลนดิน (prostaglandin)
ซึ่งทำให้ร่างกายรับรู้ความเจ็บปวด หรือบาดเจ็บน้อยลง พาราเซตามอลมีผลข้างเคียงค่อนข้างน้อย
และระคายเคืองต่อกระเพาะอาหารได้น้อยกว่า อย่างไรก็ตามการใช้ยาเกินขนาดอาจทำให้ตับถูกทำลายได้

NSAIDs สามารถแบ่งออกได้เป็น: (i) non-selective NSAIDs และ (ii) สารยับยั้ง cyclooxygenase-2 (COX-2) non-selective NSAIDs เช่น ไบรูโพรเฟน (ibuprofen) กรดเมเฟนามิก (mefenamic acid) และ ไดโคลฟีแนค (diclofenac) ที่อาจส่งผลกระทบต่อระบบทางเดินอาหาร (GI) ดังนั้นจึงมักมีการส่งยาอื่น ๆ
เพื่อป้องกันกระเพาะอาหารควบคู่ไปด้วย สำหรับสารยับยั้ง COX-2 ความเสี่ยงของผลข้างเคียงที่รุนแรงของ GI
ส่วนบนอาจลดลง แต่ความกังวลเกี่ยวกับผลข้างเคียงของหัวใจ
และหลอดเลือดที่รุนแรงอาจเป็นข้อจำกัดในการใช้งานทางคลินิกของยาเหล่านี้ ตัวอย่างของสารยับยั้ง COX-2
ได้แก่ เซเลโคซิบ (celecoxib) และ เอทอริค็อกซิบ (etoricoxib)
คุณสามารถคลิกเข้าไปในบทความอีกบทความหนึ่งที่มีชื่อว่า ["ข้อมูลเกี่ยวกับ NSAID ชนิดรับประทาน"](#)
เพื่อดูรายละเอียดได้

ยาแก้ปวดกลุ่มเสพติดได้ (Opioid analgesics) ยาแก้ปวดกลุ่มเสพติดได้จะออกฤทธิ์ต่อระบบประสาทส่วนปลาย และส่วนกลางของร่างกายเพื่อป้องกันหรือลดความรู้สึกไวต่อความเจ็บปวด ยาแก้ปวดกลุ่มเสพติดได้ส่วนใหญ่เป็นยาที่ต้องสั่งจ่ายโดยแพทย์เท่านั้น และเหมาะสำหรับอาการปวดในระดับปานกลางไปจนถึงรุนแรงโดยเฉพาะจากอวัยวะภายใน ในเรื่องผลข้างเคียงของยาโดยทั่วไปสามารถแบ่งออกเป็นสองประเภท คือ: เสพติดได้ในระดับเล็กน้อย และในระดับรุนแรง ยาแก้ปวดกลุ่มเสพติดได้ในระดับเล็กน้อย ได้แก่ โคเดอีน (codeine) และไดไฮโดรโคดีน (dihydrocodeine) ยาแก้ปวดกลุ่มเสพติดได้ในระดับรุนแรงจะมีฤทธิ์รุนแรง เช่น มอร์ฟีน และเมธาโดน (methadone) ส่วนใหญ่ใช้ในการรักษาอาการปวดจากโรคมะเร็ง การใช้ยาแก้ปวดกลุ่มเสพติดได้ซ้ำ ๆ อาจทำให้เกิดการพึ่งพาซึ่งหมายความว่าเมื่อคุณหยุดรับประทานคุณอาจรู้สึกไม่สบายเนื่องจากการถอนยา
--

ผลข้างเคียง และข้อควรระวังทั่วไปของยาแก้ปวด

ประเภทของของยาแก้ปวด	ผลข้างเคียงที่พบบ่อย	ข้อควรระวัง
1. พาราเซตามอล (Paracetamol)	- อาการไม่พึงประสงค์เกิดขึ้นได้ยาก และมักไม่รุนแรง - มีผื่นแดงเล็กน้อยหรืออาการแพ้อื่น ๆ ซึ่งอาจเกิดขึ้นเป็นครั้งคราว	- อย่ารับประทานเกินปริมาณที่ระบุไว้ - การใช้ยาเกินขนาดอาจส่งผลให้เกิดความเสียหายต่อดับอย่างรุนแรง และบางครั้งก็ทำลายไตได้เฉียบพลัน - ใช้กับผู้ป่วยที่มีการทำงานของไตหรือตับบกพร่อง การติดสุรา ภาวะหุพโภชนาการเรื้อรัง หรือภาวะขาดน้ำด้วยความระมัดระวัง - ห้ามรับประทานร่วมกับยาอื่น ๆ ที่มีพาราเซตามอล เว้นแต่จะได้รับคำแนะนำจากแพทย์
2. NSAIDs	- การรบกวนระบบทางเดินอาหาร (GI) ได้แก่ คลื่นไส้ อาเจียน ท้องเสีย ท้องผูก และความอยากอาหารลดลง - เกิดการกักเก็บของเหลวซึ่งนำไปสู่อารบวม น้ำ - เกิดแผลในกระเพาะอาหาร - มีเลือดออกในระบบทางเดินอาหาร - อาการแพ้ เช่น ผื่นแดง และอาการกระตุ้นของทางเดินหายใจ - การทำงานของไตบกพร่อง - ความเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด	- ควรใช้ในปริมาณที่มีประสิทธิภาพต่ำที่สุดในระยะเวลาที่สั้นที่สุด - รับประทานพร้อมอาหาร หรือนม - หยุดยาทันที และปรึกษาแพทย์หากคุณมีอุจจาระที่ผิดปกติหรือมีสีดำ - หลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ และดื่มแอลกอฮอล์จำนวนมากเนื่องจากกิจกรรมเหล่านี้สามารถเพิ่มความเสี่ยงต่อการเป็นแผลในกระเพาะอาหาร คุณสามารถคลิกเข้าไปในบทความอีกบทความหนึ่งที่มีชื่อว่า "ข้อมูลเกี่ยวกับ NSAID ชนิดรับประทาน" เพื่อดูรายละเอียดได้
3. กลุ่มเสพติดได้ (Opioids)	- คลื่นไส้ และอาเจียน - ท้องผูก - ง่วงนอน และสับสน - ขับถ่ายปัสสาวะลำบาก - อาการกระตุ้นของทางเดินหายใจ - ปากแห้ง - กล้ามเนื้อเกร็ง - ทางเดินหายใจหยุดทำงาน - อาการใจสั่น	- การดื้อยาต่ออาการคลื่นไส้ อาเจียน ง่วงนอน และความสับสนมักเกิดขึ้นเมื่อใช้งานในระยะยาว - ดื่มน้ำมาก ๆ เพิ่มปริมาณไฟเบอร์ และออกกำลังกายเป็นประจำจะสามารถช่วยบรรเทาอาการท้องผูกได้ - ห้ามขับรถ หรือใช้เครื่องจักรเนื่องจากยาประเภทนี้อาจทำให้เกิดอาการง่วงนอน

	◆ การใช้งานในระยะยาวอาจทำให้เกิดการฟุ้งพลา	◆ ใช้กับผู้สูงอายุและผู้ป่วยที่มีภาวะพร่องไทรอยด์ทำงานผิดปกติ หอบหืด ภาวะความผิดปกติของไต หรือตับ โรคต่อมลูกหมากโต ความดันเลือดต่ำ ความผิดปกติของลำไส้ดูดตัน หรืออักเสบ หรือโรคกล้ามเนื้ออ่อนแรงด้วยความระมัดระวัง ◆ มีข้อห้ามในผู้ป่วยที่มีภาวะทางเดินหายใจยุบตัวลงเฉียบพลัน หรือเสี่ยงต่อการเกิดภาวะลำไส้ดูดตัน ◆ ใช้ด้วยความระมัดระวังกับผู้ป่วยที่มีภาวะการทำงานของระบบทางเดินหายใจบกพร่อง (หลีกเลี่ยงการใช้หากมีโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง) ◆ หลีกเลี่ยงการเล็กรับประทานยาอย่างฉับพลัน หลังจากการรักษาเป็นเวลานาน
--	---	---

คำแนะนำทั่วไปเกี่ยวกับการใช้ยาแก้ปวด

- รับประทานยาตามคำแนะนำในการใช้ยาที่ระบุไว้ หรือตามคำแนะนำของแพทย์หรือเภสัชกร
อย่าใช้เกินปริมาณที่แนะนำเนื่องจากจะเพิ่มความเสี่ยงของผลข้างเคียงที่รุนแรง
- ไม่ควรใช้ยาแก้ปวดร่วมกับผู้อื่นเนื่องจากแต่ละคนอาจได้รับความเจ็บปวดจากสาเหตุและความรุนแรงที่แตกต่างกัน
- หลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์หากคุณกำลังใช้ยาแก้ปวดเนื่องจากอาจเพิ่มความเสี่ยงและความรุนแรงของผลข้างเคียงของยา
- รักษาน้ำหนักตัวที่ดีต่อสุขภาพเนื่องจากการเพิ่มน้ำหนักจะทำให้กล้ามเนื้อหลังและข้อต่อเกร็งมากขึ้นซึ่งอาจทำให้อาการปวดหลัง และปวดเข่าแย่ลง
- ออกกำลังกายเบา ๆ อย่างต่อเนื่อง เช่น เดิน และว่ายน้ำเพื่อหลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมที่นำไปสู่วงจรของความเจ็บปวดที่เพิ่มขึ้น และการสูญเสียการทำงานของร่างกาย
- หายใจเข้าอย่างช้า ๆ และลึกเมื่อคุณรู้สึกเจ็บปวดซึ่งสามารถช่วยให้คุณผ่อนคลายและป้องกันไม่ให้ความตึงเครียดของกล้ามเนื้อ หรือความวิตกกังวลแย่ลง

การสื่อสารกับแพทย์ของคุณ

- พยายามอธิบายลักษณะและความรุนแรงของอาการปวดให้แพทย์ฟังอย่างดีที่สุดเนื่องจากความเจ็บปวดมักเป็นเรื่องส่วนตัว และยากที่จะกำหนด และทำการรักษา
- สื่อสารกับแพทย์เพื่อหาทางเลือกในการรักษาที่ดีที่สุด แพทย์ของคุณจะส่งจ่ายยาที่เหมาะสมที่สุดให้กับคุณหลังจากที่ได้พิจารณาสถานะของคุณและการตอบสนองต่อยาของคุณแล้ว
- แจ้งยาที่คุณกำลังใช้ และประวัติการใช้ยาของคุณให้แพทย์ของคุณทราบเนื่องจากเนื่องจากยาอื่น ๆ อาจทำปฏิกิริยากับยาแก้ปวด และโรคบางชนิดอาจต้องมีการป้องกันเป็นพิเศษ
- แจ้งแพทย์ของคุณหากคุณกำลังตั้งครรภ์หรือกำลังให้นมบุตรเนื่องจากผู้หญิงไม่ควรรับประทานยาแก้ปวดชนิดรับประทานในช่วงเวลาดังกล่าว

- ปรีกษาแพทยทันนหฬากุณพบอาการ หรืผลข้างเคียงที่สงสัยว่าเกียวข้องกับยาแก้ปวด
- ดิดตามผลทางการแพทยเป็นประจำตามคำแนะนำของแพทยหฬากุณใช้ยาแก้ปวดเป็นระยะเวลานาน
- คุณอาจได้รับยาแก้ปวดชนิดรับประทานมากกว่าหนึ่งชนิดเพื่อรักษาอาการปวดโปรดตรวจสอบให้แน่ใจว่าคุณมีความชัดเจนเกียวกับริตฤประสงคของการใช้ยาและการใช้ยาแต่ละชนิด รวมถึงปรีกษาแพทยของคุณหฬากุณมีข้อสงสัย
- ขอคำแนะนำจากแพทยหฬากุณอาการของคุณแยลงหรือคุณมีข้อกังวลเกียวกับริยาที่คุณกำลังใช้
- แังงแพทยของคุณหฬากุณยาแก้ปวดใช้งานไม่ได้ผล และยังคงมีอาการปวดอยู่
มันอาจเกียวข้องกับโรคประจำตัวบางอย่าง

การจัดเก็บยาแก้ปวด

ควรจัดเก็บยาแก้ปวดไว้ในสถานที่แห้ง และเย็น ไม่ควรเก็บยาไว้ในตู้เย็น เว้นแต่จะมีระบุไว้บนป้ายฉลาก นอกจากนี้ ควรเก็บยาอย่างเหมาะสมในสถานที่ซึ่งเด็กไม่สามารถเข้าถึงได้เพื่อป้องกันการกลืนกินโดยไม่ได้ตั้งใจ

กิตติกรรมประกาศ: **สำนักงานยาขอขอบคุณการพัฒนาวิชาชีพ**
และการพัฒนาวิชาชีพ และการประกันคุณภาพ (PD&QA)
สำหรับการมีส่วนร่วมที่มีคุณค่าในการจัดเตรียมบทความนี้

สำนักงานยา
 กรมอนามัย
 ม.ค. 2021