

ยาเหลือใช้ ปลอดภัยหรือไม่?

“รอบรู้เรื่องยา ปรีกษาเภสัชฯ ลดยาเหลือใช้ ปลอดภัย ปลอดภัยโรค”

เภสัชกรมรุตพงษ์ พชรโชค
สถานปฏิบัติการเภสัชกรรมชุมชน
คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

“ยาเหลือใช้” นับเป็นปัญหาที่สำคัญอย่างหนึ่งที่ส่งผลกระทบต่อความปลอดภัยของประชาชนจากการใช้ยา หลายคนอาจสงสัยว่า “ยาเหลือใช้” คืออะไร? หน้าตาเป็นอย่างไร? ยาเหลือใช้มาจากไหน? ยาที่กำลังรับประทานอยู่เป็นยาเหลือใช้หรือไม่? และยาเหลือใช้มีอันตรายอย่างไร? ซึ่งคำตอบเหล่านี้จะหมดไปทันทีเมื่ออ่านบทความนี้จนถึงบรรทัดสุดท้าย

“ยาเหลือใช้” คืออะไร?

ยาเหลือใช้ คือ ยาที่ไม่ได้ใช้แล้ว ยาเหลือใช้อาจเกิดจากหลายสาเหตุ เช่น ยาที่ผู้ป่วยเคยใช้มาก่อนแต่ใช้ไม่ครบตามแพทย์สั่ง หรือหยุดใช้ยา ทำให้มียาเหลือเก็บไว้ที่บ้านโดยไม่ได้ใช้งาน หรือเป็นยาเหลือใช้จากการปรับเปลี่ยนยาในการรักษา เป็นต้น ยาเหลือใช้ที่อยู่ในสภาพดี สามารถนำกลับมาใช้ได้ อีก แต่หากเก็บรักษาไม่ดี หรือเก็บไว้นานเกินไป ยาเหลือใช้เหล่านั้นอาจจะเสื่อมสภาพหรือหมดอายุได้ ดังนั้นหากนำยาเหล่านี้มาใช้จะทำให้รักษาโรคไม่หายหรือได้รับอันตรายจากยาที่เสื่อมสภาพหรือหมดอายุได้

ยาเหลือใช้เกิดขึ้นได้อย่างไร?

“ยาเหลือใช้” เกิดได้จากหลายสาเหตุดังที่ได้กล่าวไปแล้วในเบื้องต้น แต่เพื่อให้เห็นภาพมากขึ้นเรามาลองดูตัวอย่างสาเหตุที่ทำให้เกิด “ยาเหลือใช้” ดังต่อไปนี้

1. ยาเหลือใช้จากการที่ผู้ป่วยหยุดรับประทานยาเอง

1.1. ผู้ป่วยไม่ยอมรับประทานยาอย่างต่อเนื่องตามที่แพทย์สั่ง

ยาสำหรับโรคเรื้อรังควรรับประทานอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ เพื่อควบคุมอาการของโรค ผู้ป่วยที่ไม่รับประทานยาไม่ว่าจะลืมหรือหยุดใช้ยาเองโดยไม่ได้อธิบาย แพทย์จะควบคุมอาการของโรคไม่ได้และทำให้การรักษาไม่ได้ผล เช่นกรณีผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ไม่ได้รับประทานยาตามแพทย์สั่ง อาจเกิดอาการที่เป็นผลเสียของภาวะน้ำตาลในเลือดสูง เช่น ตาพร่า ชาปลายมือปลายเท้า ปัสสาวะบ่อย เป็นต้น

การรับประทานยาไม่ต่อเนื่องตามแพทย์สั่งไม่เพียงแต่จะควบคุมอาการของโรคไม่ได้ เท่านั้น แต่ยังทำให้การดำเนินของโรครุนแรงยิ่งขึ้น เช่นกรณีผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้อาจเกิดการเสื่อมสภาพของอวัยวะภายในร่างกาย และอาจเป็นสาเหตุของโรคเรื้อรัง อื่นๆ ตามมา เช่น ไตวาย โรคหลอดเลือดหัวใจ อัมพาต เป็นต้น เพราะฉะนั้นผู้ป่วยควรรับประทานยาอย่างต่อเนื่องตามแพทย์สั่งเพื่อสุขภาพที่ดีของผู้ป่วยและลดปัญหา ยาเหลือใช้

1.2. ผู้ป่วยไม่ยอมรับประทานยาติดต่อกันจนหมด

ยาปฏิชีวนะ, ยาฆ่าเชื้อ หรือยาแก้อักเสบจากการติดเชื้อจำเป็นต้องรับประทานติดต่อกันจนหมด แม้ว่าอาการจะดีขึ้นเมื่อรับประทานเพียง 1-2 วัน แต่ถ้าแพทย์หรือเภสัชกรแนะนำให้รับประทานยา ดังกล่าวติดต่อกัน 7 วัน ผู้ป่วยควรรับประทานยาติดต่อกันจนหมด การหยุดรับประทานยาปฏิชีวนะเมื่อ อาการดีขึ้นเป็นสาเหตุของการดื้อยา เมื่อผู้ป่วยรับประทานยาปฏิชีวนะชนิดเดิมอีกครั้งจะทำให้รักษา ไม่หายเพราะเชื้อเกิดการดื้อยา และอาจต้องใช้ยารักษาที่แพงมากขึ้น ผู้ป่วยไม่ควรมียาปฏิชีวนะเป็น ยาเหลือใช้ เพราะปกติแล้ว แพทย์หรือเภสัชกรมักจะจ่ายยาปฏิชีวนะให้พอสำหรับการรักษาแต่ละครั้ง หากมียาเหลือแสดงว่าไม่รับประทานติดต่อกันจนหมด หรือผู้ป่วยไม่ควรซื้อยาปฏิชีวนะไปเก็บไว้ที่บ้าน เนื่องจากการเจ็บป่วยแต่ละครั้งอาจเกิดจากสาเหตุที่แตกต่างกันซึ่งบางครั้งไม่จำเป็นต้องรับประทานยา ปฏิชีวนะเสมอไป ยกตัวอย่างเช่น ผู้ป่วยไม่ควรซื้อยาปฏิชีวนะ Amoxicillin ไปเก็บไว้ที่บ้าน เพราะ อาการเจ็บคออาจเกิดจากเชื้อไวรัสซึ่งไม่จำเป็นต้องใช้ยาปฏิชีวนะ นอกจากนี้การซื้อยาปฏิชีวนะเก็บ ไว้ จะเป็นอันตรายต่อผู้ใช้ยา เพราะหากผู้มีประวัติการแพ้ยากลุ่มอื่นและมีความเสี่ยงที่จะแพ้ยาข้ามกลุ่ม อาจหยิบไปรับประทานจนเกิดอันตรายจากการแพ้ยาได้

1.3. ผู้ป่วยหยุดรับประทานยาเองเนื่องจากอาการข้างเคียง

เมื่อผู้ป่วย บางรายที่ ทนอาการข้างเคียงจากการใช้ยาไม่ได้เช่น ง่วงนอน , คลื่นไส้ อาเจียน , ปวดท้อง หรือท้องเสีย เป็นต้น ผู้ป่วยจะไม่รับประทานยา ดังกล่าว ทำให้เกิดยาเหลือใช้ อย่างไรก็ตาม ผู้ป่วยสามารถแจ้งแพทย์หรือเภสัชกรให้ทราบ เพื่อขอคำแนะนำเพื่อลดอาการข้างเคียงดังกล่าว

1.4. ผู้ป่วยหยุดรับประทานยาเนื่องจากผู้ป่วยหายดีแล้ว

ยาหลายชนิดเป็นยา รักษาหรือบรรเทาอาการ แพทย์และเภสัชกรมักแนะนำให้ผู้ป่วยหยุด รับประทานยาเมื่ออาการดีขึ้น เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดยาเหลือใช้ขึ้น ผู้ป่วยควรเก็บรักษาการรักษา หรือบรรเทาอาการดังกล่าวในสถานที่ที่เหมาะสม เพื่อสามารถนำมาใช้ได้อีกครั้ง

2. ยาเหลือใช้ที่ได้รับจากผู้อื่น

ผู้ป่วยบางรายอาจแบ่งปันยาเหลือใช้ของตนให้กับเพื่อน คนรู้จัก หรือญาติที่มีประวัติความเจ็บป่วย คล้ายกัน การแบ่งยาให้กับบุคคลที่มีอาการคล้ายกันเป็นเรื่องไม่เหมาะสมเนื่องจากผู้ป่วยอาจไม่ทราบว่า อาการดังกล่าวจะเป็นอาการแสดงของโรคเดียวกันหรือไม่ ยกตัวอย่างเช่น ผู้ป่วยมีอาการปวดข้อจาก โรคเกาต์รับประทานยาแก้ปวดแล้ว หายปวด จึงแนะนำให้เพื่อนบ้านที่มีอาการปวดข้อจากโรคข้อเสื่อม รับประทานยาตัวเดียวกัน ผู้ป่วยอาจไม่ทราบความแตกต่างระหว่างอาการปวดข้อของโรคทั้ง 2 ชนิดและ ไม่ทราบว่ายารักษาโรคเกาต์บางชนิดใช้กับผู้ป่วยโรคข้อเสื่อมไม่ได้ผล ด้วยเหตุนี้ผู้ป่วยจึงไม่ควรแบ่ง ยาเหลือใช้ของตนให้บุคคลอื่นที่มีอาการคล้ายกัน นอกจากนี้แม้ว่าผู้ป่วยจะมีโรคประจำตัวเหมือนกัน ยาที่ผู้ป่วยใช้ได้ผลอาจใช้กับผู้ป่วยอีกคนไม่ได้ผลหรือไม่ปลอดภัยกับผู้ป่วยคนอื่นก็ได้

3. ยาเหลือใช้ที่เกิดจากการปรับเปลี่ยนการรักษา

หากแพทย์เปลี่ยนการรักษาสำหรับผู้ป่วย บางกรณีอาจเปลี่ยนตัวยาใหม่ ยาตัวเดิมที่เหลือในบ้าน จะกลายเป็นยาเหลือใช้ หรือกรณีที่โรงพยาบาลมีการเปลี่ยนแปลงยี่ห้อยาที่ผู้ป่วยได้รับ เมื่อมีการส่งจ่ายยา ยี่ห้อใหม่ ในขณะที่ยังมียายี่ห้อเดิมเหลือใช้ในบ้าน ผู้ป่วยควรไ้ รับคำแนะนำที่ชัดเจนเพราะหากผู้ป่วย ไม่เข้าใจอาจรับประทานยาทั้งหมดรวมกันจนอาจเกิดอันตรายจากการใช้ยา

ประชาชนจะลดยาเหลือใช้ได้อย่างไร?

หลังจากที่เราทราบแล้วว่าเรามี “ยาเหลือใช้” อยู่ไม่น้อยแค่ไหน วิธีการปฏิบัติตัวในลำดับต่อมา คือ การจัดการกับยาเหลือใช้ที่มีอยู่อย่างถูกต้องด้วยวิธีการดังต่อไปนี้

1. พยายามหาเภสัชกร

เภสัชกรคือผู้ที่มีความรู้เกี่ยวกับยาดีที่สุด ดังนั้นการขอรับคำปรึกษาจากเภสัชกรใกล้บ้านจึงเป็นวิธีที่ดี สะดวก และปลอดภัยที่สุดเช่นกัน

2. การบริจาคยากับเภสัชกร / แพทย์

ในกรณีที่ “ยาเหลือใช้” ยังไม่หมดอายุและไม่จำเป็นสำหรับเรามากแล้วนั้น อาจทำการบริจาคให้แก่เภสัชกรหรือแพทย์เพื่อนำยาเหล่านั้นไปมอบให้แก่ผู้ป่วยที่จำเป็นต้องใช้ยาแต่ขาดแคลนกำลังทรัพย์ได้ ซึ่งถือเป็นการทำบุญในอีกทางหนึ่งด้วย

3. การใช้ยาก่อนยาใหม่

ในกรณีที่มียาเหลือใช้เป็นจำนวนมากและเรายังจำเป็นต้องรับประทานยานั้นอยู่ สิ่งที่เราควรทำ คือ สืบหาวันหมดอายุของยาที่มีทั้งหมดและรับประทานยาที่ใกล้หมดอายุก่อน

4. การกำจัดยาเหลือใช้อย่างถูกต้อง

ในกรณีที่ “ยาเหลือใช้” ที่มีอยู่เสื่อมสภาพหรือหมดอายุลง แน่นอนว่าสิ่งที่ควรปฏิบัติ คือ การกำจัดยาเหล่านั้นทิ้งไป แต่สิ่งหนึ่งที่พึงระลึกไว้เสมอว่าเมื่อเราทิ้งยาเหล่านั้นไปแล้วอาจมีผู้ที่เก็บยาเหล่านั้นได้แล้วนำไปใช้ต่อ โดยที่ไม่ได้สังเกตวันหมดอายุหรือลักษณะที่เสื่อมสภาพของยาก่อนใช้ทำให้ได้รับอันตรายจากยาเหลือใช้ของเรา ดังนั้นสิ่งที่ควรปฏิบัติก่อนการทิ้ง “ยาเหลือใช้” คือ การทำให้ยาเหล่านั้นเสียสภาพก่อนหรือทำให้ไม่สามารถนำมาใช้ได้ อีก เช่น ยาเม็ดหรือแคปซูลควรที่จะทำการบดให้แตกละเอียดก่อนจากนั้นจึงทำการคลุกกับสารที่ไม่ต้องการ เช่น ชี้เท้า ดิน หรือกากกาแฟ จากนั้นจึงห่อด้วยกระดาษหรือถุงพลาสติกอีกชั้นหนึ่งแล้วนำไปทิ้งถังขยะ หรือยาน้ำควรเทยาออกจากขวดให้หมดโดยอาจคลุกยากับสารที่ไม่ต้องการและห่ออีกชั้นก่อนนำไปทิ้ง ส่วนการเทยาลงในโถส้วมหรืออ่างล้างจานนั้นเป็นสิ่งที่ไม่แนะนำ เนื่องจากจะทำให้ยากระจายและปนเปื้อนสิ่งแวดล้อมในธรรมชาติ เช่น ดินที่ใช้ทำเกษตรกรรม หรือน้ำในแม่น้ำลำคลองต่างๆ ที่ถูกนำมาผลิตเป็นน้ำประปา ซึ่งท้ายที่สุดแล้วเราอาจได้รับอันตรายจากยาที่เราเป็นคนทิ้งไปเองโดยไม่รู้ตัว

สิ่งพึงปฏิบัติก่อนนำ “ยาเหลือใช้” กลับมาใช้ใหม่

ผู้ป่วยสามารถนำยาเหลือใช้ในบ้านกลับมาใช้ใหม่ ได้ โดยเฉพาะ ผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่ไม่รู้ รับประทานยาอย่างต่อเนื่อง หากจะกลับมารับประทานยาอีกครั้งควรตรวจสอบวิธีการใช้ยากับแพทย์ก่อนใช้ยา เพราะแพทย์อาจปรับเปลี่ยนวิธีรับประทาน ผู้ป่วยสามารถสังเกตได้จากฉลากยาครั้งสุดท้ายที่ไปพบแพทย์ ผู้ป่วยที่ได้รับยาเหลือใช้จากผู้อื่นควรสอบถามจากแพทย์หรือเภสัชกรก่อนใช้ยา ก่อนที่จะใช้ยาเหลือใช้ทุกครั้งผู้ป่วยควรตรวจสอบสภาพยาก่อนใช้งานว่าเป็นยาสภาพดีที่สามารถนำมาใช้ได้หรือเป็นยาเสื่อมสภาพหรือหมดอายุแล้ว โดยมี วิธีการตรวจสอบยาก่อนใช้ดังนี้

1. ตรวจสอบวิธีการเก็บรักษายาว่าถูกต้องหรือไม่

ผู้ป่วยควรเก็บรักษายาที่บ้านให้อยู่ในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม หากเก็บรักษาไม่เหมาะสม ยาเหลือใช้ที่บ้านอาจกลายเป็นยาเสื่อมสภาพโดยไม่รู้ตัว

- ผู้ป่วยควรเก็บรักษายาให้ห่างจากความชื้น เช่น ไม่ควรเก็บยาในห้องน้ำ เป็นต้น
- ผู้ป่วยควรเก็บรักษายาในอุณหภูมิที่เหมาะสม ยาส่วนใหญ่เก็บรักษาที่อุณหภูมิห้อง แต่ยาบางชนิดแนะนำให้เก็บในตู้เย็นเช่น ยาเหน็บทวารหนัก, ยาหยอดตาบางชนิด เป็นต้น
- ผู้ป่วยควรเก็บรักษายาให้พ้นจากแสงแดด โดยเฉพาะยาที่ไวต่อแสงแดด ควรเก็บในซองสีชา

2. ตรวจสอบลักษณะของบรรจุภัณฑ์หรือภาชนะบรรจุยา

ผู้ป่วยควรเก็บยาในภาชนะเดิมของผู้ผลิตเช่น ขวด , แผง หรือซองเดิม เป็นต้น ไม่ควรเก็บยาหลายชนิดในซองเดียวกัน เนื่องจากอาจเกิดการปนเปื้อนและสับสนในการใช้ยา และถ้าจำเป็นต้องแบ่งยาออกจากภาชนะเดิมเพื่อจัดแบ่งให้ผู้ป่วยตามมื้ออาหาร ควรจัดไว้เพียงระยะเวลาสั้นๆ เช่นรายวันหรือรายสัปดาห์ การแบ่งยาออกจากภาชนะเดิมจำนวนมากๆ อาจทำให้ยาเสื่อมสภาพได้

3. ตรวจสอบฉลากยา

ผู้ป่วยควรรักษาฉลากยาให้ครบถ้วน ไม่ควรฉีกหรือทำลายทิ้ง เมื่อต้องใช้ยาอีกครั้งผู้ป่วยจะสามารถอ่านข้อมูลจากฉลากยาเพื่อให้ใช้ยาอย่างเหมาะสมต่อไป

4. ตรวจสอบวันหมดอายุ

ผู้ป่วยควรอ่านวันหมดอายุก่อนใช้ยา ผู้ป่วยไม่ควรใช้ยาเหลือใช้ที่หมดอายุแล้ว

5. ตรวจสอบลักษณะภายนอกของยา

ผู้ป่วยควรสังเกตลักษณะภายนอกของยาก่อนใช้ หากลักษณะเปลี่ยนไปจากเดิม เช่น สี , กลิ่น, รสเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ผู้ป่วยไม่ควรรับประทานยาดังกล่าวเพราะอาจเกิดจากยาเสื่อมสภาพหรือยาหมดอายุ

บรรณานุกรม

วิรัตน์ ทองรอด. ยาเหลือใช้ (หรือ ยาขยะ)...ที่บ้าน [Online]. [cited 2010 Jun 23]. Available from:

URL:[http://www.pharmacycouncil.org/main/download/8_Leftover%20drugs%20at%20home%20 %20 %20drug%20waste.pdf.pdf](http://www.pharmacycouncil.org/main/download/8_Leftover%20drugs%20at%20home%20%20%20drug%20waste.pdf.pdf).