

## พาราเซตามอล (paracetamol) รักษาปวดได้ทุกอย่างจริงหรือ?

อ.ภก.พงศธร มีสวัสดิ์สม

ภาควิชาเภสัชวิทยา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ยาพาราเซตามอล (paracetamol) หรือ อะเซตามิโนเฟน (acetaminophen) เป็นยาแก้ปวดลดไข้ที่ใช้น้อยอย่างแพร่หลายหาซื้อได้ง่าย เป็นยาที่ค่อนข้างปลอดภัยเมื่อใช้อย่างถูกต้อง

พาราเซตามอลสามารถบรรเทาปวดจากสาเหตุต่างๆ ได้หลากหลาย เช่น ปวดศีรษะ ปวดจากข้อเสื่อม ปวดกล้ามเนื้อ เคล็ด ขัด ยอก หลายท่านจึงมีติดตู้ยาที่บ้านและมักเป็นยาที่นึกถึงเป็นขนานแรกเมื่อมีอาการปวด เมื่อใช้ในรูปแบบยาเดี่ยว พาราเซตามอลมีฤทธิ์ลดอาการปวดจำกัด รักษาได้เพียงอาการปวดขั้นอ่อนถึงปานกลางเท่านั้น

### อาการปวดที่ยาพาราเซตามอลใช้ได้ผลน้อยหรือไม่ได้ผล

แม้พาราเซตามอลจะมีฤทธิ์บรรเทาปวดได้หลายอย่างจนเหมือนจะรักษาปวดได้ครอบคลุม แต่อย่างไรก็ตามมีอาการปวดบางชนิดที่พาราเซตามอลไม่มีผลรักษาหรืออาจไม่ใช่ยาที่เหมาะสม เช่น

- **อาการปวดขั้นรุนแรง**

เช่นปวดจากแผลผ่าตัดใหญ่ หรือจากมะเร็ง วิธีการประเมินความปวดอย่างง่ายวิธีหนึ่งคือการให้คะแนนความปวดจาก 0 ถึง 10 ให้เลข 0 แทนความรู้สึกที่ไม่มีอาการปวดแต่อย่างใดและเลข 10 แทนความรู้สึกปวดมากที่สุดเท่าที่จะจินตนาการได้ หากประเมินแล้วตัวเลขตกอยู่ในช่วง 7-10 นั้นหมายถึงการมีอาการปวดขั้นรุนแรง ยาพาราเซตามอลแต่เพียงขนานเดียวไม่สามารถรักษาได้แม้ว่าจะใช้เกินขนาดไปเท่าใดก็ตาม ดังนั้นผู้ป่วยที่มีความปวดระดับดังกล่าวห้ามใช้พาราเซตามอลเกินขนาดที่แนะนำเพื่อหวังผลลดปวดและควรพบแพทย์เพื่อรับยาที่เหมาะสมต่อไป



- **อาการปวดที่มีลักษณะอาการแบบแปลกๆ**

อาการปวดโดยทั่วไปที่พาราเซตามอลมีผลรักษาเช่น ปวดตื้อ หรือ กดเจ็บ จากเนื้อเยื่อที่มีการอักเสบ หรือปวดศีรษะทั่วไป แต่มีอาการปวดบางแบบที่พบได้ในผู้ป่วยเช่น ปวดแสบปวดร้อน เสียวแปลบเป็นพักๆ ปวดเหมือนเข็มเล็กๆ ที่มแทง ปวดเหมือนไฟช็อต ปวดร้าวไปที่บริเวณอื่นๆ อาการปวดเหล่านี้อาจบ่งถึงอาการปวดจากการที่เส้นประสาททำงานผิดปกติ ปวด

ร่วมกับอาการชา ยาพาราเซตามอลมีผลน้อยมากในการรักษาอาการดังกล่าว ผู้ป่วยที่มีอาการปวดเส้นประสาทมักมีอาการเรื้อรังจึงอาจใช้ยาพาราเซตามอลเองเป็นระยะเวลาสั้นซึ่งเสี่ยงต่อการเกิดความผิดปกติของตับ หากมีอาการเหล่านี้ควรพบแพทย์เพื่อรับการวินิจฉัยและรักษาอย่างถูกต้อง



- **อาการปวดศีรษะที่เกิดขึ้นบ่อยครั้ง**

การใช้ยาพาราเซตามอลรักษาอาการปวดศีรษะบ่อยๆ โดยเฉพาะการใช้ยามากกว่า 15 วันต่อเดือนประมาณ 2-3 เดือนติดต่อกันจะเพิ่มความเสี่ยงให้เกิด “โรคปวดศีรษะเหตุใช้ยาเกิน (medication overuse headache)” ดังนั้นผู้ที่อาการปวดศีรษะบ่อยครั้ง เช่นปวดศีรษะไม่เกรนมากกว่าเดือนละ 3-4 ครั้ง หรือปวดศีรษะจากความเครียดที่มีลักษณะอาการปวดเหมือนศีรษะถูกบีบรัดมากกว่า 15 วันต่อเดือน ควรปรึกษานักวิชาการทางการแพทย์เพื่อหาสาเหตุที่ชัดเจนและอาจจำเป็นต้องรับยาอื่นที่ไม่ใช่พาราเซตามอลเพื่อป้องกันอาการปวดศีรษะต่อไป



### คำแนะนำการใช้ยาพาราเซตามอลในการระงับปวดให้ปลอดภัย

- **รับประทานยาอย่างเคร่งครัดตามที่ได้รับการแนะนำจากบุคลากรทางการแพทย์ หรือห้ามใช้เกินขนาดที่แนะนำ**

ขนาดยาพาราเซตามอลโดยทั่วไปเมื่อใช้ในการรักษาความปวดเบื้องต้นในผู้ใหญ่คือ 500 มิลลิกรัมครั้งละ 1-2 เม็ด ทุก 4-6 ชั่วโมง แต่ใน 1 วัน (24 ชั่วโมง) ไม่เกิน 8 เม็ด (4,000 มิลลิกรัม) จากขนาดยาดังกล่าวสังเกตว่าหากรับประทานครั้งละ 2 เม็ดทุก 4 ชั่วโมง จะเท่ากับ 6,000 มิลลิกรัมซึ่งเกิน 4,000 มิลลิกรัม ให้ระมัดระวังการให้ยาในขนาดสูงดังกล่าว ขนาดยาที่แนะนำในผู้ใหญ่นี้ ใช้สำหรับรักษาความปวดเบื้องต้น แนะนำให้รับประทานติดต่อกันไม่เกิน 5-7 วัน หากจำเป็นต้องใช้นานกว่านี้ควรปรึกษาแพทย์

- **หากใช้ยาบางชนิดร่วมด้วยต้องใช้พาราเซตามอลภายใต้การดูแลของแพทย์**

ยาบางชนิดอาจทำให้พิษต่อบของยาพาราเซตามอลเพิ่มขึ้นเช่น ยารักษาวัณโรค เช่น rifampin หรือยารักษาโรคลมชักเช่น phenytoin, carbamazepine และ phenobarbital หรือการดื่มสุราจัดติดต่อกันเป็นเวลานาน พาราเซตามอลอาจเพิ่มฤทธิ์ของยาบางชนิด เช่น warfarin ซึ่งเป็นยาป้องกันการแข็งตัวของเลือด หากได้รับยาดังกล่าวควรใช้ยาพาราเซตามอลหรือยาแก้ปวดทุกชนิดภายใต้การดูแลของแพทย์

- **ตรวจสอบชื่อสามัญทางยาของยาที่ใช้เพื่อให้ถึถ้วนเพื่อป้องกันการได้รับพาราเซตามอลเกินขนาด**

ในกรณีที่ผู้ป่วยใช้ยาอยู่หลายขนานให้ทำการตรวจสอบชื่อสามัญทางยาว่ามี พาราเซตามอล (paracetamol) หรืออะเซตามิโนเฟน (acetaminophen) อยู่ในยาแต่ละขนานอย่างซ้ำซ้อนหรือไม่ เพราะมียาหลายชื่อการค้าที่มีพาราเซตามอลแฝงอยู่โดยเฉพาะยาสูตรผสมแก้หวัด เช่น Tiffy<sup>®</sup> Decolgen<sup>®</sup>, Pharcold<sup>®</sup> และ Apracur<sup>®</sup> และยาสูตรผสมแก้ปวด เช่น Norgestic<sup>®</sup>, Ultracet<sup>®</sup> และ Tylenol with codeine<sup>®</sup> การได้รับยาเหล่านี้ซ้ำซ้อนกันหลายชนิดอาจเป็นเหตุให้ได้รับยาพาราเซตามอลเกินขนาดโดยไม่ตั้งใจได้ หากไม่แน่ใจในขนาดยารวมของพาราเซตามอลที่ใช้ให้ปรึกษาเภสัชกร