

ยาอมแก้เจ็บคอ แก้ไอ

เภสัชกร สุรศักดิ์ วิชัยโย

ภาควิชาเภสัชวิทยา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

เมื่อมีอาการเจ็บคอ หรือมีอาการไอ หลายคนเดินเข้ามาร้านยาเพื่อที่จะหาซื้อยาอมบรรเทาอาการดังกล่าว ซึ่งร้านยาบางร้านมักวางไว้บนชั้นร่วมกับสินค้าอื่นๆที่สามารถเลือกหยิบได้ง่ายตามใจชอบ เช่น วางใกล้กับลูกอม เป็นต้น แต่ก่อนที่จะหยิบซื้อยาอมแต่ละครั้ง ท่านเคยอ่านฉลากยาบนซองยาอมเหล่านั้นบ้างหรือไม่? บางคนต้องการซื้อครั้งละหลายแผง เพื่อจะเก็บไว้ให้คนในบ้านใช้ด้วย หรือซื้อไปฝากคนอื่นที่มีอาการคล้ายกับตัวเอง ยิ่งไปกว่านั้น บางคนเล่าว่าจะซื้อไปอมเล่น เพราะรสชาติอร่อย เป็นต้น แต่จริงๆแล้ว ยาอมเหล่านี้ สามารถใช้ได้ตามความต้องการหรือไม่? เรามาดูกันว่ายาอมแก้เจ็บคอ แก้ไอ เป็นยาประเภทใด และต้องคำนึงถึงอะไรบ้างเมื่อใช้ยาเหล่านี้ ทั้งนี้ ในบทความนี้ไม่ได้หมายรวมถึงยาอมสมุนไพร

1. ส่วนประกอบในยาอมแก้เจ็บคอ มีอะไรบ้าง

ยาอมแก้เจ็บคอ ส่วนใหญ่จะมีส่วนผสมกันอยู่หลายชนิด (ดังแสดงในตารางล่างสุด) ซึ่งแบ่งออกเป็น

- ยาบรรเทาความรู้สึกเจ็บในลำคอ เช่น ยาชาเฉพาะที่ หรือยาแก้ปวด ลดการอักเสบ
- สารฆ่าเชื้อ/ทำให้ปราศจากเชื้อ เพื่อรักษาความสะอาดในช่องปากและลำคอ
- ยาปฏิชีวนะ (หรือเรียกง่ายๆว่า ยาฆ่าเชื้อ) การผสมยาปฏิชีวนะในยาอมมีข้อมูลเกี่ยวกับประสิทธิภาพของยาน้อยมาก อีกทั้ง อาการเจ็บคอสามารถเกิดได้จากการติดเชื้อและไม่ติดเชื้อ โดยกรณีติดเชื้อส่วนใหญ่มักเป็นเชื้อไวรัส เช่น เจ็บคอจากโรคหวัด เป็นต้น ซึ่งสามารถหายได้เอง (ไม่จำเป็นต้องใช้ยาปฏิชีวนะ) แต่หากสาเหตุของการเจ็บคอมาจากเชื้อแบคทีเรีย เช่น คอหอยอักเสบ หรือต่อมทอนซิลอักเสบจากเชื้อสเตรปโตค็อกคัส กรุ๊ปเอ ซึ่งมักมีไข้สูงร่วมกับอาการเจ็บคอมาก เป็นต้น ยาหลักในการรักษาที่มีงานวิจัยสนับสนุนชัดเจน ได้แก่ ยาปฏิชีวนะแบบรับประทานบางชนิด เท่านั้น
- อื่นๆ เช่น วิตามินซี เป็นต้น

2. ส่วนประกอบในยาอมแก้ไอ มีอะไรบ้าง

ปัจจุบันมียา 2 ชนิด ที่ผลิตเป็นยาอมแก้ไอ ได้แก่ ยาเดกซ์โทรเมทอร์แฟน (dextromethorphan) สำหรับอาการไอแห้ง และยาแอมบรอกซอล (ambroxol) สำหรับไอมีเสมหะ แต่ปริมาณยาในยาอม 1 เม็ดจะมีน้อยกว่ายาเม็ดสำหรับรับประทาน

3. ยาอมแก้เจ็บคอ แก้ไอ ใช้อย่างไร

ยาอมเป็นเพียงอีกหนึ่งวิธีที่ช่วยบรรเทาอาการเจ็บคอ หรืออาการไอ โดยยาบางชนิดถูกจัดเป็นยาอันตราย ซึ่งต้องจ่ายและให้คำแนะนำการใช้จากแพทย์หรือเภสัชกร ขณะที่บางชนิดจัดเป็นยาสามัญประจำบ้าน ซึ่งผู้ป่วยสามารถหยิบเลือกซื้อได้เอง (ดังแสดงในรูปภาพ)

รูปแสดงรายละเอียดบนฉลากยาของยาอมแก้เจ็บคอ แก้อ้อ



หมายเลข 1 แสดงข้อบ่งใช้ หรือสรรพคุณของยา

หมายเลข 2 แสดงวิธีใช้

หมายเลข 3 แสดงชื่อตัวยาสำคัญ

หมายเลข 4 แสดงประเภทยา จะเห็นว่าบางชนิดถูกจัดเป็นยาอันตราย บางชนิดเป็นยาสามัญประจำบ้าน

หมายเลข 5 แสดงสภาวะที่เหมาะสมกับการเก็บยา

หมายเลข 6 แสดงวันหมดอายุ

หมายเลข 7 แสดงคำเตือนต่างๆ

นอกจากนี้ บนฉลากยายังระบุสรรพคุณ ชื่อยา ปริมาณ และวิธีใช้ไว้อย่างชัดเจน ไม่ใช่มองเท่าไรก็ได้ตามต้องการ เพราะอาจทำให้เกิดอาการไม่พึงประสงค์จากยาได้ เช่น

- ยาเฟลอร์บิโพรเฟน (flurbiprofen) ซึ่งเป็นยาต้านการอักเสบที่ไม่ใช่สเตียรอยด์ หากใช้ขนาดสูงเกินไป อาจทำให้เกิดแผลและมีเลือดออกในทางเดินอาหารได้ โดยเฉพาะผู้ที่มีประวัติเป็นแผลในกระเพาะอาหารอยู่แล้ว
- การใช้ยาแก้อ้อเดกซ์โทรมิโทรเมทอร์แฟนขนาดสูง อาจทำให้หัวใจเต้นเร็ว ซึ่งเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุจากยานยนต์หรือจากการใช้เครื่องจักรกลต่างๆ
- พบรายงานการเกิดภาวะเมทฮีโมโกลบินในเลือด จากการใช้ยาอมที่มีส่วนผสมของยาชาเฉพาะที่ คือ เบนโซเคน (benzocaine) ซึ่งส่งผลให้เม็ดเลือดแดงขนส่งออกซิเจนไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกายได้น้อยลง เป็นต้น

นอกจากนี้ หากใช้ยาอมติดต่อกัน 2-3 วันแล้วอาการยังไม่ดีขึ้น ควรปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรเพื่อรับคำแนะนำในการดูแลรักษาอย่างเหมาะสม

4. มีอะไรที่ควรคำนึงถึงเกี่ยวกับการใช้ยาอมแก้เจ็บคอ แก้ไอ อีกบ้าง

นอกจากวิธีใช้ยาที่กล่าวไปข้างต้น ยังมีคำเตือนต่างๆ ที่ระบุไว้บนฉลากยา เช่น การแพ้ยา การใช้ยาในเด็กเล็กซึ่งเสี่ยงต่อการสำลักเข้าทางเดินหายใจ หญิงตั้งครรภ์หรือกำลังให้นมลูก หรือผู้ที่มีโรคบางชนิดที่ไม่ควรใช้ยา เป็นต้น

5. มีวิธีบรรเทาอาการเจ็บคอ อาการไอ ที่สามารถทำได้เองที่บ้านหรือไม่

วิธีการง่ายๆ คือ เมื่อมีอาการดังกล่าว ผู้ป่วยควรพักผ่อนให้เพียงพอ เลี่ยงอาหารรสจัด ดื่มน้ำอุ่นๆ หากไม่มีโรคประจำตัวที่จำเป็นต้องจำกัดน้ำ หรือกลั้วคอด้วยน้ำเกลืออุ่นๆ (ทำได้บ่อยๆ) ซึ่งสามารถเตรียมได้เอง โดยนำเกลือ 1 ช้อนชา ละลายในน้ำอุ่น 1 แก้ว (ประมาณ 250 มิลลิลิตร) หรือหาซื้อน้ำเกลือที่เตรียมสำเร็จได้ตามร้านยา เป็นต้น

จากข้อมูลทั้งหมด ผู้อ่านคงจะเห็นแล้วว่า แม้แต่ยาอมก็ควรใช้อย่างถูกต้องและเหมาะสม สำหรับบางคน ที่คิดว่าเคยใช้ยานี้มาตลอด ไม่เห็นเป็นอะไร แต่อย่าลืมว่า ร่างกายของเรามีการเปลี่ยนแปลงไปตามเวลา อาจมีโรคหรือปัจจัยบางอย่างเกิดขึ้นมาภายหลัง โดยที่เราคิดไม่ถึงว่าจะเป็เหตุให้เกิดอันตรายจากยาได้เช่นกัน ดังนั้น จึงควรอ่านฉลากยาให้ละเอียด และสอบถามเภสัชกรทุกครั้งก่อนใช้ยาเหล่านี้

ตารางแสดงตัวอย่างยาที่พบในยาอมแก้เจ็บคอ แก้ไอ

กลุ่มยา	ตัวอย่างยา
ยาชาเฉพาะที่ (local anesthetics) ในยาอมจะมีปริมาณตัวยาไม่สูง ใช้เพื่อหวังผลบรรเทาอาการเจ็บคอ แต่ฤทธิ์ไม่แรงเท่ากับยาชาที่ใช้ทำฟันหรือผ่าตัด	<ul style="list-style-type: none">• เบนโซเคน (benzocaine)• อะไมโลเคน (amylolcaine)• ลิโดเคน (lidocaine) หรือเรียกอีกชื่อว่า ลิกโนเคน (lignocaine)
ยาแก้ปวด ลดการอักเสบ (analgesics and anti-inflammatory drugs)	<ul style="list-style-type: none">• เฟอร์บี-โพรเฟน (flurbiprofen)• เบนซีตามีน ไฮโดร-คลอไรด์ (benzylamine hydrochloride) อาจมีฤทธิ์เป็นยาชาเฉพาะที่ด้วย• เมนทอล (menthol) มีฤทธิ์แก้ปวด
สารฆ่าเชื้อ/ทำให้ปราศจากเชื้อ (antiseptics/disinfectants) บางชนิดอาจพบในน้ำยาบ้วนปาก กลั้วคอ หรือสเปรย์พ่นคอ เพื่อทำความสะอาดบริเวณเหล่านั้นให้ปราศจากเชื้อ	<ul style="list-style-type: none">• ซีทิลไพริดีเนียม คลอไรด์ (cetylpyridinium chloride)• เบนซีโทเนียม คลอไรด์ (benzethonium chloride)• คลอร์เฮกซิดีน (chlorhexidine)• ฟีนอล (phenol)• เอมีลเมแท-ครี-ซอล (amylmetacresol)• เฮกซิล-เร-ซอร์ซิทิน-นอล (hexylresorcinol)• เบนซิล แอลกอฮอล์ (benzyl alcohol and 2,4-dichlorobenzyl alcohol) <p>มีฤทธิ์เป็นยาชาเฉพาะที่ด้วย</p>
ยาปฏิชีวนะ (antibiotics)	<ul style="list-style-type: none">• ไทโร-ทริ-ซิน (tyrothricin)• นีโอไมซิน (neomycin)• เบซิ-ทรา-ซิน (bacitracin)
ยากดอาการไอ (cough suppressants) สำหรับอาการไอแห้ง ไม่มีเสมหะ	<ul style="list-style-type: none">• เดกซ์โทร-เม-ทอร์แฟน (dextromethorphan)
ยาช่วยให้เสมหะถูกขับออกมาง่ายขึ้น (mucokinetics)	<ul style="list-style-type: none">• แอม-บรอก-ซอล (ambroxol) ยายังมีฤทธิ์ในการเป็นยาชาเฉพาะที่และต้านการอักเสบ จึงอาจช่วยบรรเทาอาการเจ็บคอได้ด้วย

เอกสารอ้างอิง

1. Shulman ST, Bisno AL, Clegg HW, Gerber MA, Kaplan EL, Lee G, Martin JM, Van Beneden C. Clinical practice guideline for the diagnosis and management of group A streptococcal pharyngitis: 2012 update by the Infectious Diseases Society of America. *Clin Infect Dis.* 2012;55(10):1279-1282.
2. Oxford JS, Leuwer M. Acute sore throat revisited: clinical and experimental evidence for the efficacy of over-the-counter AMC/DCBA throat lozenges. *Int J Clin Pract.* 2011;65(5):524-530.
3. Farrer F. Sprays and lozenges for sore throats. *S Afr Pharm J.* 2011;78(4):26–31.
4. McNally D, Shephard A, Field E. Randomised, double-blind, placebo-controlled study of a single dose of an amylmetacresol/2,4-dichlorobenzyl alcohol plus lidocaine lozenge or a hexylresorcinol lozenge for the treatment of acute sore throat due to upper respiratory tract infection. *J Pharm Pharm Sci.* 2012;15(2):281-294.
5. Shephard A, Smith G, Aspley S, Schachtel BP. Randomised, double-blind, placebo-controlled studies on flurbiprofen 8.75 mg lozenges in patients with/without group A or C streptococcal throat infection, with an assessment of clinicians' prediction of 'strep throat'. *Int J Clin Pract.* 2015;69(1):59-71.
6. Chenot JF, Weber P, Friede T. Efficacy of Ambroxol lozenges for pharyngitis: a meta-analysis. *BMC Fam Pract.* 2014;15:45.
7. Simasek M, Blandino DA. Treatment of the common cold. *Am Fam Physician.* 2007;75(4):515-20.
8. Moore TJ, Walsh CS, Cohen MR. Reported adverse event cases of methemoglobinemia associated with benzocaine products. *Arch Intern Med.* 2004;164:1192-1196.
9. Mayo Clinic. Sore throat. Available at: <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/sore-throat/basics/definition/con-20027360>
10. WebMD. Cough relief: How to lose a bad cough. Available at: <http://www.webmd.com/cold-and-flu/features/cough-relief-how-lose-bad-cough>