

# ข้อควรรู้เมื่อจะจัดหายาแก้หวัดให้ลูกน้อย

รองศาสตราจารย์ ดร. ภญ. บุษบา จินดาวิจักษณ์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภก. ศุภทัต ชุ่มนุญวัฒน์

ภาควิชาเภสัชกรรม คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ช่วงที่อากาศเปลี่ยนแปลงหรือช่วงเปิดเทอมเป็นช่วงที่พ่อแม่ผู้ปกครองมักจะกังวลเกี่ยวกับอาการป่วยของลูกๆ โดยเฉพาะเด็กเล็ก ซึ่งมักมีอาการหวัดหรือน้ำมูกไหลให้เห็นอยู่เรื่อยๆ ผู้ปกครองบางท่านก็พาลูกน้อยไปให้แพทย์รักษา ผู้ปกครองบางท่านก็ไปร้านยาเพื่อหาซื้อยาลดน้ำมูกหรือยาบรรเทาอาการหวัดไปก่อน บางท่านก็เอายาที่เหลืออยู่จากครั้งก่อนมาให้ไปก่อน แต่ไม่ว่าท่านจะอย่างไร ท่านก็ต้องมีการนำยามาให้ลูกน้อยรับประทาน ซึ่งยาเหล่านี้มีประเด็นที่ท่านควรรู้และทำความเข้าใจเนื่องจากมีความสำคัญต่อประสิทธิภาพและความปลอดภัยในการใช้ยา

## มาทำความรู้จักกับอาการหวัดหรือน้ำมูกไหลหรือโรคหวัด กันก่อน

โรคหวัดในบทความนี้ หมายถึง โรคหวัดทั่วไป หรือ โรคหวัดธรรมดา (common cold) เป็นโรคติดเชื้อชนิดหนึ่งโดยในทางการแพทย์คือโรคติดเชื้อไวรัสในทางเดินหายใจส่วนบน<sup>1</sup> ซึ่งมักมีอาการไม่รุนแรงและหายเองได้ อาการแสดงที่พบบ่อยคืออาการทางจมูก เช่น คัดจมูก น้ำมูกไหล จาม เป็นหลัก และอาจมีอาการไอ หรือมีไข้ต่ำๆ ร่วมด้วยได้จึงอาจเรียกโรคนี้ว่าโรคไข้หวัด หรือ โรคไข้หวัดธรรมดา ซึ่งเป็นคนละโรคกับโรคไข้หวัดใหญ่ ส่วนอาการทางจมูกที่เกิดขึ้นนั้นจะคล้ายกับอาการแสดงของโรคภูมิแพ้จมูก ที่มักมีอาการใกล้เคียงกัน แต่โรคภูมิแพ้จมูกมักจะมีอาการคันจมูก คันตาาร่วมด้วย<sup>2</sup> โดยที่โรคภูมิแพ้จมูกมักจะไม่ไข้ ดังนั้นอาการหวัดในความเข้าใจของผู้ปกครองแต่ละท่านอาจแตกต่างกันออกไป บ้างเข้าใจว่าเป็นอาการแสดงของการติดเชื้อ บ้างเข้าใจว่าเป็นอาการภูมิแพ้ ซึ่งความเข้าใจเหล่านี้ไม่ใช่สิ่งที่ผิด เนื่องจากเด็กๆ อาจมีอาการจากสาเหตุดังกล่าวได้ แต่อาจไม่ใช่ทุกครั้งหรือทุกคนเสมอไป

ดังนั้นการประเมินอาการเบื้องต้นอาจช่วยให้ทราบได้ว่ามีโอกาสเป็นเพียงโรคหวัดธรรมดา หรือ โรคไข้หวัดใหญ่ที่จำเป็นต้องได้รับยาต้านไวรัสไข้หวัดใหญ่ หรือ โรคไข้หวัดธรรมดาที่ติดเชื้อแบคทีเรียที่จำเป็นต้องได้รับยาปฏิชีวนะร่วมด้วยหรือไม่ และควรเลือกใช้ยาอะไรจึงจะเหมาะสมกับอาการของเด็ก

## ยาแก้หวัดสำหรับเด็กคืออะไร แต่ละยี่ห้อเหมือนกันหรือไม่?

จากที่กล่าวมาข้างต้น อาการหวัดที่พบบ่อย ได้แก่ คัดจมูก น้ำมูกไหล จาม เป็นต้น และอาจมีอาการไอ หรือมีไข้ต่ำๆ ดังนั้น ยาแก้หวัด ก็คือ ยาที่ช่วยบรรเทาอาการหวัด นั่นเอง

ยาแก้หวัดส่วนใหญ่ที่มีจำหน่ายมักจะอยู่ในรูปของยาสูตรผสม ที่มีส่วนประกอบอย่างน้อย 2 ชนิดของตัวยาในกลุ่มยาต่อไปนี้

1. ยากลุ่มต้านฮีสตามีน (antihistamines) เช่น คลอเฟนิรามีน (chlorpheniramine หรือ CPM) หรือ บรอมเฟนิรามีน (brompheniramine) ซึ่งเป็นยาที่มักเรียกติดปากว่า ยาแก้แพ้ ยากลุ่มนี้มีกลไกการออกฤทธิ์ที่ส่งผลให้สารคัดหลั่งในทางเดินหายใจลดลงได้<sup>3</sup> จึงทำให้ยานี้ถูกนำมาใช้เพื่อลดอาการน้ำมูกไหลในโรคหวัดธรรมดาได้ แต่ยาเหล่านี้เป็นยาต้านฮีสตามีนกลุ่มแรกๆ ที่ผลิตออกมาและมีฤทธิ์ที่ทำให้เกิดอาการง่วงซึมได้มาก ดังนั้นจึงต้องระมัดระวังในเรื่องของขนาดการใช้ยาโดยเฉพาะในทารกที่อาจต้องรับประทานนมแม่บ่อยๆ ทารกอาจหลับจนไม่ได้รับประทานนมแม่ (อ่านรายละเอียดเกี่ยวกับการใช้ยาต้านฮีสตามีนเพื่อลดน้ำมูกและอาการข้างเคียงของยากลุ่มนี้ได้จากบทความ [“น้ำมูกไหล ทำไมเภสัชจ่ายยาแก้แพ้”](https://pharmacy.mahidol.ac.th/dic/knowledge_full.php?id=35) ที่ [https://pharmacy.mahidol.ac.th/dic/knowledge\\_full.php?id=35](https://pharmacy.mahidol.ac.th/dic/knowledge_full.php?id=35))

2. ยากลุ่มที่ช่วยลดอาการคัดจมูก (decongestants) ซึ่งปัจจุบันตัวยาก็ถูกใช้มากที่สุดในผลิตภัณฑ์ที่มีจำหน่ายในร้านขายยา คือ phenylephrine ซึ่งยาชนิดนี้จะใช้เพื่อลดอาการคัดแน่นจมูกเป็นหลัก โดยที่อาจไม่ส่งผลลดปริมาณน้ำมูก<sup>4, 5</sup> การใช้ยานี้มีข้อควรระวังในเรื่องของขนาดยาเช่นกัน เนื่องจากยามีฤทธิ์ทำให้เกิดอาการกระสับกระส่าย และทารกอาจร้องงอแงได้

นอกจากยาสองกลุ่มที่กล่าวถึงข้างต้นแล้ว บางผลิตภัณฑ์อาจเพิ่มส่วนประกอบของยาลดไข้ (antipyretics) เข้าไปด้วยเป็นตัวยาชนิดที่ 3 ซึ่งยาลดไข้ที่ว่าคือยาพาราเซตามอล (paracetamol) ที่เรารู้จักกันดีนั่นเอง

ความเข้มข้นของตัวยาต่างๆ ในแต่ละผลิตภัณฑ์ก็ยังอาจแตกต่างกันออกไปด้วย ดังนั้นหากเด็ก ๆ มีอาการน้ำมูกไหลเพียงอย่างเดียว แต่ได้รับผลิตภัณฑ์ยาที่มีส่วนประกอบของยาลดอาการคัดจมูกหรือยาลดไข้ไปด้วยจึงเป็นสิ่งที่เกินความจำเป็น เช่น อาการไข้มักหายก่อน มักเป็นไม่เกิน 3 วัน<sup>6</sup> ทำให้ไม่จำเป็นต้องใช้ยาแก้ไขในช่วงหลัง ดังนั้น ผลิตภัณฑ์ที่มีทั้งยาแก้แพ้ ยาลดอาการคัดจมูก และยาลดไข้ เป็นสูตรผสมอยู่ด้วยกัน ก็จะสามารถรักษาอาการหวัดที่ครอบคลุมอาการ น้ำมูกไหล คัดจมูก และไข้ แต่เด็กจะเสี่ยงต่อการเกิดอาการข้างเคียงจากยามากขึ้น การเลือกผลิตภัณฑ์ยาแก้หวัดที่ใช้จึงควรสอดคล้องกับอาการแสดงของเด็กๆ เป็นหลัก

### ปริมาณยาแก้หวัดที่เหมาะสมสำหรับเด็กคือเท่าไร?

การใช้ยาแก้หวัดไม่ว่าจะเป็นยาเดี่ยวหรือสูตรผสมก็ตาม ควรใช้ขนาดยาตามที่ฉลากระบุซึ่งแพทย์หรือเภสัชกรจะคำนวณขนาดยาที่เหมาะสมโดยคำนวณจากน้ำหนักตัวเป็นหลัก ซึ่งหากอ่านที่ข้างกล่องบรรจุก็จะมีการระบุขนาดยาไว้ด้วย ซึ่งจะระบุขนาดยาตามอายุผู้ป่วยเท่านั้น โดยใช้เกณฑ์เฉลี่ยของน้ำหนักตัวเด็กในการคำนวณขนาดยา ทำให้มีโอกาสที่ขนาดยาเมื่ออ่านจากข้างกล่องน้อยกว่าหรือมากกว่าที่ระบุบนฉลาก และ อาจทำให้เด็กได้รับยาในปริมาณที่ไม่เหมาะสมได้ โดยเฉพาะในเด็กที่ผอมหรืออ้วนกว่าเกณฑ์มาก<sup>7</sup>

นอกจากนี้ความเข้มข้นของยาแต่ละชนิดอาจแตกต่างกันไปในแต่ละผลิตภัณฑ์ ดังนั้นขนาดยารับประทานสำหรับเด็กคนเดียวกันของยาในแต่ละยี่ห้ออาจมีความแตกต่างกันไปได้ ด้วยเหตุนี้เองการใช้ยาแก้หวัด โดยเฉพาะยาสูตรผสมควรอยู่ภายใต้การดูแลของแพทย์และคำแนะนำของเภสัชกร ซึ่งในบางครั้ง

เมื่อคำนวณขนาดยาออกมาตามน้ำหนักตัวจะพบว่าปริมาณยาบางชนิดในผลิตภัณฑ์ยาสูตรผสมอาจสูงเกินไปหรือต่ำเกินไปทำให้การบรรเทาอาการบางอย่างอาจไม่ดีขึ้นหรือเกิดอาการข้างเคียงได้ ในกรณีนี้จึงต้องเลือกใช้ผลิตภัณฑ์ที่เป็นยาเดี่ยวเพื่อให้สามารถช้ยาแต่ละชนิดในปริมาณที่เหมาะสมได้มากที่สุด แม้ว่าจะทำให้เกิดความยุ่งยากในการป้อนยาที่เป็นสูตรยาเดี่ยวเนื่องจากต้องป้อนหลายครั้งก็ตาม

## สรุป

ยาแก้หวัดมีความแตกต่างกันในตัวเองของจำนวนยาและความเข้มข้นของยาในผลิตภัณฑ์ ส่งผลให้ปริมาณยาที่จำเป็นต้องใช้ในเด็กแต่ละรายนั้นแตกต่างกันออกไปได้ขึ้นกับผลิตภัณฑ์ที่ได้รับ และผลิตภัณฑ์ที่ใช้นั้นควรมียาที่พอดีกับอาการหวัดของเด็กๆ เพื่อให้เกิดความเหมาะสมและความปลอดภัยจากการใช้ยา

## เอกสารอ้างอิง

1. Heikkinen T, Jarvinen A. The common cold. *Lancet*. 2003;361(9351):51-9.
2. Wallace DV, Dykewicz MS, Bernstein DI, Blessing-Moore J, Cox L, Khan DA, et al. The diagnosis and management of rhinitis: an updated practice parameter. *J Allergy Clin Immunol*. 2008;122(2 Suppl):S1-84.
3. Church MK, Maurer M. Antihistamines. *Chem Immunol Allergy*. 2014;100:302-10.
4. Hatton RC, Winterstein AG, McKelvey RP, Shuster J, Hendeles L. Efficacy and safety of oral phenylephrine: systematic review and meta-analysis. *Ann Pharmacother*. 2007;41(3):381-90.
5. Kollar C, Schneider H, Waksman J, Krusinska E. Meta-analysis of the efficacy of a single dose of phenylephrine 10 mg compared with placebo in adults with acute nasal congestion due to the common cold. *Clin Ther*. 2007;29(6):1057-70.
6. โรคหวัด, สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี. [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 19 กรกฎาคม 2563]. เข้าถึงจาก <http://www.childrenhospital.go.th/html/2014/en/service/โรคหวัด>
7. Carasco CF, Fletcher P, Maconochie I. Review of commonly used age-based weight estimates for paediatric drug dosing in relation to the pharmacokinetic properties of resuscitation drugs. *Br J Clin Pharmacol*. 2016;81(5):849-56.