

SHORT NOTE

โรคในร้านยา 2563

ธีระพงษ์ ศรีศิลป์

SHORT NOTE

โรคในร้านยา

2563

ธีระพงษ์ ศรีศิลป์

(PharmD, BCPS)

SHORT NOTE โรคในร้านยา 2563

ธีระพงษ์ ศรีศิลป์

สงวนลิขสิทธิ์ตาม พ.ร.บ. ลิขสิทธิ์ พ.ศ. 2537

ห้ามลอกเลียน ดัดแปลง หรือทำซ้ำไม่ว่าส่วนใดส่วนหนึ่งของหนังสือเล่มนี้ เว้นแต่ได้รับ
อนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษร

ISBN (ebooks) : 978-616-572-179-0

จัดพิมพ์โดย: ธีระพงษ์ ศรีศิลป์

<https://www.facebook.com/shortnotepharmacotherapy>

คำนำ

หนังสือ “Short Note Pharmacotherapy โรคในร้านยา” ได้มีการจัดพิมพ์เป็นครั้งแรกในปี พ.ศ. 2558 มีจุดมุ่งหมายเพื่อสรุปเนื้อหาจากตำรา แนวทางการรักษา และการศึกษาต่างๆ เกี่ยวกับโรคที่พบบ่อยในร้านยาให้เป็นเนื้อหาขนาดย่อ เพื่อให้ง่ายต่อการทำความเข้าใจ และสะดวกต่อการใช้ประกอบการปฏิบัติงานด้านเภสัชกรรมชุมชน

สำหรับเล่มปัจจุบันนี้เป็นฉบับปรับปรุงเล่มที่ 5 ได้มีการปรับปรุงเนื้อหา เพิ่มรายละเอียดด้านยา และเพิ่มเติมเรื่องสมุนไพรที่ใช้อยู่ในร้านยาเข้ามาด้วย ข้าพเจ้าหวังอย่างยิ่งว่าหนังสือเล่มนี้จะช่วยส่งเสริมให้เกิดการใช้ยาและผลิตภัณฑ์สุขภาพอย่างเหมาะสมในร้านยาได้ อย่างไรก็ตามเนื้อหาในหนังสือเล่มนี้อาจไม่ครบถ้วนในบางประเด็น ผู้อ่านจึงควรศึกษาข้อมูลเพิ่มเติมเพื่อให้เกิดการดูแลผู้ป่วยและผู้มารับบริการที่ร้านยาอย่างเหมาะสมที่สุด

คุณความดีอันพึงมีของหนังสือเล่มนี้ ขอมอบแด่บิดามารดาและคณาจารย์ผู้ประสิทธิ์ประสาทวิชาแก่ข้าพเจ้า ตลอดจนผู้ให้คำแนะนำในด้านต่างๆ หากผู้อ่านพบข้อผิดพลาดประการใดในหนังสือเล่มนี้ โปรดให้คำชี้แนะเพื่อการปรับปรุงแก้ไขต่อไป

ธีระพงษ์ ศรีศิลป์

สิงหาคม 2563

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทที่ 1 บทนำ	
การสัมภาษณ์ประวัติในร้านยา.....	1
ยาด้านจุลชีพที่ใช้บ่อยในร้านยา.....	9
บทที่ 2 โรคตาและหู	
ตาแห้ง.....	30
เยื่อぶตาอักเสบ.....	33
ตากุ้งยิง.....	44
ต้อเนื้อ.....	47
ขี้หูอุดตัน.....	49
หูชั้นนอกอักเสบ.....	50
หูชั้นกลางอักเสบ.....	53
บทที่ 3 โรคระบบทางเดินหายใจ	
จมูกอักเสบภูมิแพ้	60
หวัด.....	73
ไข้หวัดใหญ่.....	85
คอหอยอักเสบ.....	88
ไซนัสอักเสบ.....	92
โรคติดเชื้อ.....	96
บทที่ 4 โรคระบบประสาท	
เวียนศีรษะ.....	109
อาการปวด.....	114
ไมเกรน.....	129

สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
ปวดศีรษะตึงเครียด.....	139
บทที่ 5 โรคระบบทางเดินอาหาร	
แผลในทางเดินอาหาร.....	144
กรดไหลย้อน.....	156
ท้องผูก.....	162
ท้องเสีย.....	168
ริดสีดวงทวาร.....	178
บทที่ 6 โรคของผิวหนัง ผม และเล็บ	
ผื่นผิวหนังอักเสบ.....	188
แผลที่ผิวหนัง.....	196
กลาก เกื้อื้อ.....	204
กลากนํ้านม ต่างขาว.....	212
สะเก็ดเงิน.....	213
อีสุกอีใสและงูสวัด.....	215
เรื้อ.....	219
หูด.....	224
ตาปลา.....	226
สิ่ว.....	229
หิด เหา และโลน.....	241
รังแค.....	244
ผมร่วง.....	246

สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
บทที่ 7 โรคทางเดินปัสสาวะและระบบสืบพันธุ์	
โรคติดเชื้อในทางเดินปัสสาวะ.....	252
การคุมกำเนิดและฮอร์โมนทดแทน.....	257
ตกขาว.....	284
หนองใน.....	295
แผลริมอ่อน.....	301
บทที่ 8 โรคติดต่อพยาธิ	
แนวทางการรักษาโรคติดต่อพยาธิแต่ละชนิด.....	304
บทที่ 9 สมุนไพรที่ใช้บ่อยในร้านยา	
สมุนไพรตามบัญชียาหลักแห่งชาติ.....	320
บทที่ 10 การแพ้ยาข้ามกลุ่มที่พบบ่อย	
การแพ้ยาในกลุ่ม NSAIDs.....	332
การแพ้ยาในกลุ่ม beta-lactam antibiotics.....	336
การแพ้ยาในกลุ่ม sulfonamides.....	338
บทที่ 11 ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับโภชนาการ	
อาหารและสารอาหาร.....	339
สรุปคำแนะนำเรื่องโภชนาการ.....	353
คำแนะนำด้านอาหารสำหรับโรคต่างๆ.....	362
การประเมินภาวะโภชนาการ.....	366

สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
บทที่ 12 การขาดวิตามิน	
วิตามินเอ.....	375
วิตามินดี.....	378
วิตามินอี.....	381
วิตามินเค.....	382
วิตามินบี 1.....	384
วิตามินบี 2.....	386
วิตามินบี 3.....	387
วิตามินบี 6.....	389
วิตามินบี 12.....	390
วิตามินซี.....	393
บทที่ 13 ผลกระทบเพื่อสุขภาพต่างๆ	
ผลกระทบสำหรับเด็ก.....	398
ผลกระทบสำหรับผิวพรรณ.....	404
ผลกระทบสำหรับสมอง.....	411
ผลกระทบสำหรับหัวใจและหลอดเลือด.....	418
ผลกระทบสำหรับข้อ.....	423
ผลกระทบสำหรับสุขภาพเพศชาย.....	426
ผลกระทบสำหรับสุขภาพเพศหญิง.....	430

บทที่ 1 บทนำ

การสัมภาษณ์ประวัติในร้านยา

- นิยมใช้ WWHAM/AD acronym ในการสัมภาษณ์ประวัติให้ครอบคลุมประเด็นสำคัญ
- W = Who is it for? (ใช้เองหรือไม่, ใครเป็นคนใช้ยานี้)
 - ถามว่าใครเป็นผู้ป่วย เพื่อระบุตัวตนของผู้ใช้ยา ซึ่งจะป้องกันการเกิดความผิดพลาดในการจ่ายยาให้กับผู้ที่มีข้อห้ามใช้หรือข้อควรระวังของยา โดยเฉพาะผู้ป่วยกลุ่มพิเศษ เช่น เด็ก ผู้สูงอายุ หญิงตั้งครรภ์ หรือหญิงให้นมบุตร เป็นต้น การถามถึงน้ำหนัก ส่วนสูง อาจจำเป็นต่อการกำหนดขนาดยา รวมถึงการถามถึงข้อมูลด้านพฤติกรรมต่างๆ เช่น การดื่มสุรา สูบบุหรี่ อาชีพ เป็นต้น จะช่วยให้การวางแผนการรักษาเป็นไปอย่างเหมาะสม
- W = What are the symptoms? (มีอาการอย่างไรบ้าง)
 - ถามถึงอาการโดยละเอียด ซึ่งควรใช้คำถามปลายเปิดให้ผู้ป่วยเล่าอาการ แต่อาจจะมีคำถามชี้้นำได้บ้างเพื่อวางแผนการรักษา เช่น ผู้ป่วยโรคหัด เมื่อสอบถามว่ามีอาการอย่างไรบ้าง และผู้ป่วยตอบว่ามีอาการไอ อาจต้องถามเพิ่มว่า ไอแบบแห้งหรือมีเสมหะ เป็นต้น

- ควรสอบถามถึงปัจจัยเสี่ยงเพื่อประเมินสถานะโรค
ตลอดจนคำถามที่แสดงถึงสิ่งที่ทำให้อาการดีขึ้น หรือแย่ลง
ด้วย
- H = How long have they had them? (เป็นมานานเท่าใดแล้ว)
 - ถามถึงระยะเวลาในการเกิดอาการ เพื่อแยกกว่าเป็นอาการ
แบบเฉียบพลัน หรือเรื้อรัง หรือเพื่อประเมินความรุนแรง
ของอาการ
- A = Action already taken? (ทำการรักษาอย่างไรมาแล้ว)
 - ถามถึงการรักษาก่อนหน้า เช่น การหายารับประทานเอง
หรือไปพบแพทย์ หรือใช้ยาสมุนไพร
 - จุดประสงค์เพื่อประเมินความเหมาะสมของการรักษาก่อน
หน้า แล้วให้การรักษาต่อเนื่อง หรือเปลี่ยนแปลงแผนการ
รักษา
 - นอกจากนี้ยังช่วยหลีกเลี่ยงการให้การรักษาที่ซ้ำซ้อน ซึ่ง
ส่งผลต่อการให้ยาเกินขนาด หรือเกิดอันตรกิริยาของยา
 - ในบางครั้งผู้ป่วยอาจได้รับการรักษาที่เหมาะสมมาแล้วแต่
ระยะเวลาที่ได้รับการรักษา还不够เพียงพอที่จะเห็นผลจาก
การรักษาได้ชัดเจน เช่น ใช้ยาทา tretinoin รักษาสิวมาได้
ประมาณ 2 สัปดาห์ แล้วพบว่าอาการรุนแรงขึ้น มีสิวย่อ
และอักเสบมากขึ้น ซึ่งเภสัชกรต้องอธิบายให้ผู้ป่วยเข้าใจ

ว่าเป็นผลจากการรักษาในระยะแรก ไม่ได้เกิดจากความ
ล้มเหลวของการรักษา

- M = Medicines being taken for other problems? (มียาหรือ
ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่ใช้ประจำหรือไม่)
 - ถามถึงยาหรือผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร หรือผลิตภัณฑ์
สุขภาพอื่นๆที่ใช้เป็นประจำ เพื่อประเมินว่ายาหรือ
ผลิตภัณฑ์เหล่านั้นอาจเป็นปัจจัยเสี่ยงหรือสาเหตุของ
อาการเจ็บป่วยในครั้งนี้ได้ (drug induced) หรือเพื่อ
หลีกเลี่ยงการให้ยาที่ซ้ำซ้อน และหลีกเลี่ยงอันตรกิริยาของ
ยา ตัวอย่างเช่น ผู้ป่วยรับประทานยา isotretinoin แล้ว
เกิดอาการตาแห้ง ระคายเคืองมาก ขยี้ตาจนมีการติดเชื้อ
แบคทีเรียแทรกซ้อน อักเสบเป็นหนอง ถือว่าเป็นปัจจัย
เสี่ยงของ conjunctivitis เป็นต้น
- A = Allergy to any medicine? (แพ้ยาอะไรหรือไม่)
 - การถามประวัติแพ้ยา หากผู้ป่วยตอบว่าแพ้ ให้ถามถึง
อาการที่แพ้ยา และถามหาบัตรแพ้ยาด้วย เนื่องจากพบว่า
ผู้ป่วยจำนวนไม่น้อยไม่เข้าใจเรื่องการแพ้ยา เช่น
รับประทานยาแล้วมีอาการคลื่นไส้ ก็เห็นว่าเป็นอาการแพ้
 เป็นต้น

○ อาการไม่พึงประสงค์จากยา (adverse drug reactions: ADRs) แบ่งได้เป็น 4 แบบ (แต่อาจมีผู้จัดประเภท C, D เป็นประเภท A เช่นกัน) ได้แก่

- Type A (Augmented) เป็นอาการไม่พึงประสงค์ที่เกี่ยวข้องกับฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาของยาและมักขึ้นกับขนาดยา เช่น ฤทธิ์ทำให้วังงของยา antihistamine เป็นต้น อาการไม่พึงประสงค์นี้ไม่จัดว่าเป็นอาการแพ้ยา
- Type B (Bizzarr) เป็นอาการไม่พึงประสงค์ที่เกี่ยวข้องกับปฏิกิริยาภูมิคุ้มกัน ไม่สามารถทำนายการเกิดได้ ซึ่งหมายถึงอาการแพ้ยา เช่น รับประทานยาแล้วมีผื่นแดงคัน หรือมีอาการแน่นหน้าอก หายใจติดขัด เป็นต้น
- Type C (Continuous) เป็นอาการไม่พึงประสงค์ที่เกิดจากการใช้ยาติดต่อกันเป็นเวลานาน เช่น การติดยาแก้ปวดที่เป็นอนุพันธ์ของฝิ่น เป็นต้น
- Type D (Delayed) เป็นอาการไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้นภายหลัง เช่น การเกิดทารกวิรูป (teratogenic effect) เป็นต้น

● D = Have any underlying Disease? (มีโรคประจำตัวหรือไม่)

- ยาหลายชนิดมีข้อห้ามใช้และข้อควรระวังในผู้ป่วยโรคต่างๆ เช่น โรคไตเรื้อรัง โรคตับอักเสบ โรคพร่องเอนไซม์ G6PD โรคโลหิตจางธาลัสซีเมีย เป็นต้น เกสซ์กรจึงต้องถามประวัติโรคประจำตัวเสมอ เพื่อหลีกเลี่ยงการใช้ยาที่มีผลต่อโรคนั้นๆ
- หลายครั้งที่เมื่อผู้ป่วยระบุโรคประจำตัวแล้ว เกสซ์กรควรถามเพิ่มเติม เช่น ผู้ป่วยแจ้งว่าเป็นโรคเบาหวาน ควรถามต่อว่าแพทย์ได้แจ้งหรือไม่ว่าการทำงานของไตเป็นอย่างไร เนื่องจากผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวานส่วนใหญ่มักมีโรคไตเรื้อรังแทรกซ้อน ซึ่งอาจส่งผลต่อการเลือกใช้ยา เช่น ไม่ควรเลือกใช้ยาในกลุ่ม NSAIDs หรือส่งผลต่อการปรับขนาดยาปฏิชีวนะ เป็นต้น
- การสัมภาษณ์ประวัติอย่างเหมาะสมจะช่วยให้เกสซ์กรมีข้อมูลที่เพียงพอต่อการตัดสินใจเลือกยาหรือการรักษาสำหรับผู้ป่วยเฉพาะรายได้อย่างเหมาะสมตามหลัก IESAC ได้แก่
 - I = Indication เลือกยาได้อย่างเหมาะสมตามข้อบ่งชี้ของยาต่อโรคหรืออาการนั้นๆ
 - E = Efficacy เลือกยาที่มีประสิทธิภาพ
 - S = Safety เลือกยาโดยคำนึงถึงความปลอดภัย
 - A = Adherence เลือกยาโดยคำนึงถึงความร่วมมือในการใช้ยา

- C = Cost เลือกยาที่มีราคาเหมาะสมกับเศรษฐฐานะของผู้ป่วย และมีความคุ้มค่า
- งานบริหารทางเภสัชกรรมในร้านยาเป็นความรับผิดชอบโดยตรงของเภสัชกร ดังนั้นการมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องโรคและยา ตลอดจนมีทักษะในการให้คำแนะนำปรึกษาที่เหมาะสม จะช่วยให้เภสัชกรร้านยาสามารถปฏิบัติหน้าที่รักษาและบรรเทาความเจ็บป่วยของประชาชนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

คำย่อเกี่ยวกับการบริหารยาในหนังสือเล่มนี้

คำย่อ	ความหมาย
po	รับประทาน
ac	ก่อนอาหาร
pc	หลังอาหาร
hs	ก่อนนอน
OD	วันละ 1 ครั้ง
BID	วันละ 2 ครั้ง
TID	วันละ 3 ครั้ง
QID	วันละ 4 ครั้ง
EOD	วันเว้นวัน
prn	ให้เมื่อมีอาการ
q...hr	ทุก...ชั่วโมง