

# ลดความอ้วนด้วยยาชุด...อันตราย

นศก. ศิรดา เด่นชูวงศ์

## นักศึกษาฝึกปฏิบัติงานคลังข้อมูลฯ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ปัจจุบันโรคอ้วนเป็นปัญหาอย่างมากในประเทศที่พัฒนาแล้ว รวมทั้งประเทศไทย โดยโรคอ้วนเป็นโรคเรื้อรังที่อาจเป็นสาเหตุสำคัญให้เกิดโรคแทรกซ้อนต่างๆ ตามมา เช่น โรคไขมันในเลือดสูง โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวานหรือโรคหลอดเลือดหัวใจ เป็นต้น ดังนั้นโรคอ้วนจึงจำเป็นต้องได้รับการรักษา ซึ่งการรักษาสามารถทำได้หลายวิธี เช่น การควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การรับประทานยา การใช้ยารักษา และการผ่าตัด

ในปัจจุบันพบว่า การนำยาลดความอ้วนไปใช้ในทางที่ผิดมีมากขึ้น เนื่องจากผู้ป่วยได้รับข้อมูลที่ไม่ถูกต้องจากสื่อต่างๆ และการซื้อยาลดความอ้วนสามารถหาซื้อเองได้ง่าย โดยไม่ได้มีการแนะนำจากแพทย์หรือเภสัชกรที่เหมาะสม ส่งผลให้ผู้ป่วยได้รับผลข้างเคียงที่รุนแรงจากการใช้ยา โดยจากการสำรวจของกองควบคุมวัตถุเสพติด พบว่ายาลดความอ้วนมักจะประกอบไปด้วยยาหลายชนิดเพื่อช่วยเสริมผลในการลดน้ำหนัก ซึ่งจัดไว้เป็นชุดให้รับประทานเหมือนกันในแต่ละวัน โดยยาลดความอ้วนจะประกอบไปด้วยยาประมาณ 1-7 รายการ ดังต่อไปนี้

1. ยาลดความอยากอาหาร เช่น เฟนเตอมีน (Phentermine) ซึ่งเป็นยาในกลุ่มแอมเฟตามีน โดยยากลุ่มนี้จะออกฤทธิ์กระตุ้นศูนย์ควบคุมความอิ่มทำให้เกิดอาการเบื่ออาหาร โดยผลข้างเคียงที่เกิดจากยากลุ่มนี้ เช่น นอนไม่หลับ กระสับกระส่าย ปวดศีรษะ หัวใจเต้นเร็ว ความดันโลหิตสูง อาจหมดสติหรือชักได้ เป็นต้น ซึ่งยาเฟนเตอมีนนี้มีข้อบ่งชี้ในการรักษาโรคอ้วนโดยตรงแต่ให้ใช้ในระยสั้นเท่านั้น เช่น ไม่ควรใช้เกิน 3-6 เดือน และหากรับประทานยาลดความอ้วนกลุ่มนี้ติดต่อกันเป็นเวลานาน อาจทำให้เกิดการติดยาได้ เนื่องจากยามีฤทธิ์ทำให้เคลิ้มมีความสุข และถ้าหากหยุดยาทันทีทันใด อาจเกิดภาวะถอนยาได้ อาการถอนยาดังกล่าวได้แก่ สับสน หวาดระแวง ประสาทหลอน เป็นต้น ยากลุ่มนี้จัดเป็นวัตถุออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาทประเภท 2 ดังนั้นการใช้ยากลุ่มนี้จึงควรอยู่ภายใต้การดูแลของแพทย์
2. ไทรอยด์ฮอร์โมน เป็นยาที่ใช้รักษาผู้ป่วยที่มีภาวะฮอร์โมนไทรอยด์ต่ำกว่าปกติ ซึ่งยามีผลเพิ่มอัตราการเผาผลาญพลังงานของร่างกาย ทำให้น้ำหนักลดลงเร็ว โดยยากลุ่มนี้ทำให้เกิดผลข้างเคียงหลายอย่างเช่น น้ำหนักที่ลดลงเป็นน้ำหนักที่ลดลงที่เกิดจากน้ำหนักตัวที่ปราศจากไขมัน (lean body mass) แทนที่จะเป็นไขมัน ซึ่งเป็นการทำลายโปรตีนของกล้ามเนื้อ มีผลต่อระบบหัวใจและหลอดเลือดได้ เช่น ทำให้ใจสั่นหรือหัวใจเต้นผิดจังหวะ เป็นต้น
3. ยาขับปัสสาวะ มีผลขับปัสสาวะออกจากร่างกาย ทำให้น้ำหนักลดลงเร็วหลังใช้ยา แต่ยาขับปัสสาวะไม่มีผลในการลดแคลอรีที่ร่างกายได้รับ มีผลเพียงทำให้ปริมาณน้ำในร่างกายลดลงเท่านั้น ซึ่งนอกจากนี้ยังทำให้สูญเสียสมดุลของเกลือแร่ที่สำคัญต่อร่างกายไปด้วย ซึ่งอาจทำให้เกิดอาการอ่อนเพลีย เหนื่อยง่ายอาการผิดปกติต่อหัวใจ สมอ และอาจมีอันตรายถึงแก่ชีวิตได้ โดยยากลุ่มนี้ไม่ควรนำมาใช้ในการลดน้ำหนักอย่างยิ่ง

4. ยาถ่ายหรือยาระบาย จะกระตุ้นลำไส้ใหญ่ให้บีบตัวทำให้ถ่ายมากหรือบ่อยขึ้น เพื่อขับไล่อาหารออกจากทางเดินอาหารภายหลังการรับประทานยาเข้าไป ทำให้รู้สึกว่ำน้หนักลดลง แต่การใช้ยาระบายในปริมาณมากเกินไปอาจทำให้เกิดอาการท้องเดิน ร่างกายสูญเสียสมดุลของน้ำและเกลือแร่ เกิดอันตรายได้ และการใช้ยาระบายติดต่อกันนานๆ ส่งผลร่างกายเริ่มทนต่อยา คือ การใช้ยาในขนาดเท่าเดิมแต่ให้ผลการรักษาลดลง หากต้องการผลการรักษาเท่าเดิม ต้องเพิ่มขนาดยามากขึ้น ดังนั้นควรใช้ยาระบายเพื่อบรรเทาอาการท้องผูกเท่านั้น ไม่ควรนำมาใช้ในการลดความอ้วน
5. ยาลดการหลั่งของกรดในกระเพาะอาหาร ยานี้ไม่มีผลต่อการลดน้ำหนัก แต่ใช้เพื่อลดผลข้างเคียงที่อาจเกิดจากยาลดความอยากอาหารที่มีผลทำให้ไม่หิว ดังนั้นร่างกายจึงไม่ได้รับอาหารหรืออาจได้รับอาหารเพียงเล็กน้อย ซึ่งการที่ร่างกายไม่ได้รับอาหารแต่ยังมีกรดในกระเพาะอาหารหลังเพื่อย่อยอาหารอยู่ อาจเป็นเหตุให้เกิดโรคกระเพาะได้ จึงให้ยานี้เพื่อยลดการหลั่งกรดในกระเพาะอาหาร
6. ยาลดอัตราการเต้นของหัวใจ เช่น โพรพรานอลอล (Propranolol) ปกติจะใช้เพื่อรักษาโรคความดันโลหิตสูงและโรคหัวใจเต้นผิดจังหวะ การใช้ร่วมกับยาชุดลดความอ้วนนั้น เพื่อยลดอาการใจสั่นที่เป็นผลข้างเคียงของยาลดความอยากอาหาร และไทรอยด์ฮอร์โมน ผลข้างเคียงที่เกิดขึ้นจากยาลดอัตราการเต้นของหัวใจได้แก่ เหนื่อยง่าย อ่อนเพลีย หัวใจเต้นช้า ความดันโลหิตต่ำ เป็นต้น
7. ยานอนหลับหรือยาที่มีฤทธิ์ข้างเคียงทำให้ง่วงนอน เช่น ไดอะซีแพม (Diazepam) ใช้เพื่อยลดผลข้างเคียงจากยาลดความอยากอาหารซึ่งกระตุ้นระบบประสาทส่วนกลางทำให้ง่วงนอนไม่หลับ ซึ่งยาในกลุ่มยานอนหลับนี้ยังจัดเป็นวัตถุออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาทประเภทที่ 2 ดังนั้นการใช้ยากลุ่มนี้ควรอยู่ภายใต้การดูแลของแพทย์ นอกจากนี้หากรับประทานยากลุ่มนี้ในขนาดที่สูงเกินไป อาจมีผลทำให้เกิดการกดการหายใจและความดันโลหิตต่ำได้

จะเห็นว่ายาชุดลดความอ้วนดังกล่าว ประกอบด้วยยาที่มีผลลดน้ำหนักโดยตรงและยาอื่นๆ ที่ไม่มีผลลดน้ำหนักโดยตรง แต่เป็นยารักษาโรคอื่นที่นำมาใช้เพื่อยลดผลข้างเคียงจากการใช้ยาลดความอ้วน แต่กลับส่งผลให้ได้รับอันตรายจากผลข้างเคียงมากมาย ดังนั้นการหาซื้อยาลดความอ้วนมาใช้เอง โดยที่ไม่มีแพทย์ดูแลอย่างใกล้ชิด อาจส่งผลเสียต่อร่างกายต่างๆ ดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้น

ดังนั้นการลดน้ำหนักที่ดีและปลอดภัย คือ การควบคุมอาหารควบคู่กับการออกกำลังกาย อีกทั้งปรับเปลี่ยนพฤติกรรมรับประทานอาหารร่วมด้วย ซึ่งถึงแม้การใช้ยาลดความอ้วนจะเป็นวิธีเห็นผลเร็ว น้ำหนักลดลงได้เร็วก็จริง แต่หากไม่ได้มีการควบคุมอาหารและออกกำลังกายร่วมด้วย เมื่อหยุดยาลดความอ้วนน้ำหนักก็จะเพิ่มขึ้นเช่นเดิมได้ อีกทั้งยังมีผลข้างเคียงที่อาจเกิดอันตรายต่อชีวิตได้หากใช้ยาในขนาดที่สูงเกินไป ดังนั้นหากต้องการใช้ยาลดความอ้วน ควรปรึกษาแพทย์และอยู่ภายใต้การดูแลของแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ เพื่อให้เกิดความปลอดภัยจากการใช้ยาได้มากที่สุด

## เอกสารอ้างอิง

1. กองควบคุมวัตถุเสพติด. โรคอ้วนและปัญหาการใช้ยาลดความอ้วนในประเทศไทย. [Online]. [cited 2014 Jul 12]. Available from: URL: <http://www.fda.moph.go.th/>
2. สถาบันวิจัยและประเมินเทคโนโลยีทางการแพทย์ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. แนวทางเวชปฏิบัติการป้องกันและดูแลรักษาโรคอ้วน. นครปฐม: ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด. 2553.
3. Anti-obesity drugs Guidance on appropriate prescribing and management. London, Royal College of Physicians, 2003.
4. สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา. อันตรายจากยาชุดลดความอ้วน. [Online]. [cited 2014 Jul 21]. Available from: URL: <http://www.oryor.com/>