

## ใบความรู้

### พาราเซตามอล "กินมากก็เสี่ยงมาก"

พาราเซตามอล เป็นยาลดไข้ บรรเทาอาการปวด การจะบริโภคต้องเพิ่มความระมัดระวัง เพราะถ้ากินมากเกินไป จะมีผลร้ายต่อดับ ทำให้ตับทำงานหนักขึ้น จนถึงขั้นตับวายหรือตับล้มเหลวแบบฉับพลันจนเสียชีวิตได้



**ควรใช้อย่างไร** ควรกินให้ถูกวิธีและถูกขนาด เช่น เด็กไม่ควรใช้เกินวันละ 3 เม็ด และผู้ใหญ่ไม่ควรเกินวันละ 8 เม็ด (ขนาดเม็ดละ 500 มิลลิกรัม) กินทุก 4 ชั่วโมง (เฉพาะช่วงที่มีอาการปวด) และไม่ควรใช้ยาติดต่อกันมากกว่า 7 วัน และไม่ควรใช้กับผู้ป่วยที่เป็นโรคเกี่ยวกับตับ เช่น ตับอักเสบ ตับช้ำ ตับแข็ง เป็นต้น

จากการเปิดเผยของ ผศ.น.พ.พัชรพล อุดมเกียรติ ภาควิชาศัลยศาสตร์ ออร์โธปิดิกส์ ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ปัจจุบันพบว่าผู้ป่วยที่มีอาการปวดเมื่อย ปวดข้อ และปวดกล้ามเนื้อตามร่างกาย ส่วนใหญ่มักจะซื้อยาแก้ปวดมารับประทานเอง ซึ่งเป็นอันตรายต่อสุขภาพเป็นอย่างมาก เพราะยาพวกนี้มักมีส่วนผสมของสเตียรอยด์ หากรับประทานไปนาน ๆ จะทำให้เกิดภาวะกระดูกพรุนและโรคข้อเสื่อม โดยเฉพาะข้อตะโพก ยาพวกนี้มักจะแฝงมาในรูปแบบของยาลูกกลอน ยาจีนแผนโบราณ และยาผง พฤติกรรมการใช้ยาของคนไทยส่วนใหญ่จะนิยมซื้อมารับประทานเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่มีอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย มักจะไม่ยอมไปพบแพทย์ คิดว่าแค่ซื้อยาแก้ปวดมารับประทานอาการก็จะหายเอง ซึ่งอันตรายมาก

**อ้างอิง:** หนังสือพิมพ์เดลินิวส์ (ออนไลน์) 24 กรกฎาคม 2551