

## สารน่ารู้ วันจันทร์ที่ ๒๑ พฤษภาคม ๒๕๖๑

### เรื่อง ยาโปรโคดีล แพ้ระบาศในหมู่วัยรุ่น แพทย์เตือนมีฤทธิ์กดการหายใจ

เตือนภัย ยาโปรโคดีล ยาอันตรายซึ่งถูกใช้อย่างแพร่หลายในกลุ่มวัยรุ่น ซึ่งออกฤทธิ์ถึงตายได้ โดยเฉพาะเมื่อทานร่วมกับส่วนผสมหรือยาอื่น ๆ

จากกรณีเหตุอุทกาหารณ์ นักเรียนกินยาโปรโคดีลผสมยา ترامาดอล 40 เม็ด ทำให้เกิดอาการชักเกร็ง ก่อนตกตลิ่งใต้สะพานภูมิพล เมื่อวันที่ 2 กรกฎาคม 2558 ขณะที่เพื่อนและเจ้าหน้าที่กู้ภัยได้ช่วยกันนำตัวส่งโรงพยาบาลเพื่อรับการรักษาแล้ว โดยข้อมูลเบื้องต้นทราบว่าขณะนี้ยาโปรโคดีล ที่เมื่อนำมาผสมกับส่วนผสมหลายอย่างจะทำให้เกิดความมีนเมา กำลังเป็นที่แพร่ระบาดในเด็กมัธยมอย่างมาก

อย่างไรก็ตามก่อนหน้านี้ ก็ได้เคยมีการเผยแพร่บทความเตือนภัยถึงโทษจากยาโปรโคดีลกันมาก่อนแล้วผ่านทางเพจ ความรู้สนุก ๆ แบบหมอแมว เมื่อวันที่ 20 พฤษภาคม 2557 ซึ่งระบุว่า "โปรโคดีล" เป็นยาอันตรายที่ออกฤทธิ์ให้ถึงตายได้ พร้อมฝากคำเตือนไปถึงเพื่อน ๆ ของผู้ที่มีการใช้ยาดังกล่าว จำต้องแจ้งประวัติการใช้ยาของคนไข้กับแพทย์ เพื่อให้สามารถทำการรักษาคนไข้ได้อย่างถูกต้องหากเกิดเหตุฉุกเฉินขึ้น

ทั้งนี้สำหรับผลข้างเคียงในการใช้ยาโปรโคดีลนั้น สามารถสรุปได้คือ เป็นยาที่มีฤทธิ์ต่อการกดการหายใจนำไปสู่ภาวะกล้ามเนื้อบิดเกร็งจนเกิดความเจ็บปวด นอกจากนี้ยังอาจเกิดอาการเพ้อหรืออาการสับสนฉับพลัน รวมถึงมีโอกาสเกิดชักเกร็งกระตุกแบบ GTC หรืออาการชักแบบเกร็งกระตุกทั้งตัว อันเป็นอาการชักที่รุนแรงที่สุด ส่งผลให้ผู้ป่วยหมดสติได้อย่างรวดเร็ว คนไข้อาจเกิดหัวใจเต้นเร็วและเกิดความดันต่ำ และสิ่งที่น่ากลัวที่สุดก็คือภาวะอันไม่พึงประสงค์จากการใช้ยา โดยยาโปรโคดีลมีพิษแบบที่ยิ่งกินมากยิ่งเป็นอันตราย

ที่มา [www.kapook.com](http://www.kapook.com)

## สาระน่ารู้ วันอังคารที่ ๒๒ พฤษภาคม ๒๕๖๑

เรื่อง ดื่มน้ำแร่ประจำ ทำให้เป็นนิ่วได้จริงไหม

**ดื่มน้ำแร่ทำให้เป็นนิ่วได้จริงหรือ คำถามที่หลายคนสงสัย ได้เวลาหาคำตอบ !**

เชื่อเลยว่ามีหลายคนไม่กล้าดื่มน้ำแร่ เพราะคิดว่าถ้าดื่มน้ำแร่ประจำจะทำให้มีแร่ธาตุไปสะสมในกระเพาะปัสสาวะ จนเป็นนิ่วเอาได้ง่าย ๆ แต่ความเชื่อนี้จริงเท็จแค่ไหน เรานำข้อมูลจากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) มาบอกให้คลายสงสัยแล้วละ

ก่อนอื่นมารู้จักน้ำแร่กันก่อนว่า จริง ๆ แล้ว "น้ำแร่" ก็คือน้ำที่ได้จากแหล่งธรรมชาติ เช่น น้ำพุร้อน ซึ่งมีแร่ธาตุละลายอยู่ในน้ำหลายชนิด เช่น น้ำแร่ไบคาร์บอเนต (Bicarbonate waters), น้ำแร่ซัลเฟต (Sulfate water) น้ำแร่ซัลเฟต-ไบคาร์บอเนต (Sulfate-bicarbonate waters), น้ำแร่แคลเซียม (calcium water) เป็นต้น ซึ่งแต่ละชนิดให้ประโยชน์ที่แตกต่างกัน และมีรสชาติต่างกันไปด้วย

**อย่างไรก็ดี ไม่ใช่ทุกคนจะดื่มน้ำแร่ได้ และไม่ใช่ว่าทุกคนที่ดื่มน้ำแร่แล้วจะได้ประโยชน์ เพราะมีคนบางกลุ่มที่หากดื่มน้ำแร่โดยไม่ระวังอาจส่งผลเสียต่อร่างกายได้ นั่นก็คือ**

- ผู้ที่บวม น้ำ ผู้ป่วยโรคไต ผู้ที่มีการทำงานของหัวใจไม่ดี ไม่ควรดื่มน้ำแร่ทุกชนิด
- ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ไม่ควรดื่มน้ำแร่ที่มีปริมาณโซเดียมสูง
- ผู้ที่มีการหลังกรดในกระเพาะอาหารปริมาณมาก มีแผลในกระเพาะอาหารและความดันโลหิตสูง ไม่ควรดื่มน้ำแร่เกลือโซเดียมคลอไรด์ (Sodium chloride waters)
- ผู้ป่วยที่มีโรคทางระบบทางเดินหายใจที่มีภาวะหลอดลมหดรัดเกร็ง ไม่ควรดื่มน้ำแร่ซัลเฟต
- ผู้ป่วยที่มีภาวะ gastric hypochilia ไม่ควรดื่มน้ำแร่ไบคาร์บอเนต (Bicarbonate waters)
- ผู้ป่วยที่มีโรคที่เกี่ยวกับทางเดินอาหารและมีแผลในทางเดินอาหาร ไม่ควรดื่มน้ำแร่ซัลเฟต (Sulfate waters)

ที่นี้มาพูดถึง "นิ่ว" กันบ้าง นิ่วเกิดจากเกลือแร่หรือหินปูนที่รวมตัวกันเป็นผลึกจนกลายเป็นก้อนนิ่ว อันเนื่องมาจากความเข้มข้นของเกลือแร่ในปัสสาวะสูง เช่น ดื่มน้ำน้อยกว่าปกติ หรือรับประทานอาหารบางประเภทที่มีเกลือแร่ขับออกมาทางน้ำปัสสาวะมาก เช่น พวกเครื่องในสัตว์ หรือพวกผักสด หน่อไม้ เป็นต้น จึงเป็นสาเหตุให้เกิดนิ่วในทางเดินปัสสาวะได้

**ดังนั้น สรุปได้ว่าการดื่มน้ำแร่ไม่ใช่สาเหตุของการเกิดนิ่วอย่างที่เข้าใจกัน**

ที่มา [www.kapook.com](http://www.kapook.com)

# สารน่ารู้ วันพุธที่ ๒๓ พฤษภาคม ๒๕๖๑

## เรื่อง โรคพาร์กินสัน

โรคพาร์กินสัน (Parkinson's disease) เป็นโรคที่เกิดจากความเสื่อมของระบบประสาท โดยเฉพาะส่วนที่ผลิตสารควบคุมการเคลื่อนไหว หรือที่เรียกว่า สารโดพามีน (Dopamine) ชื่อโรคพาร์กินสัน ได้มาจากชื่อของแพทย์ชาวอังกฤษชื่อ นายแพทย์เจมส์ พาร์กินสัน ซึ่งเป็นแพทย์คนแรกที่ได้พูดถึงอาการของโรคนี้ในปี พ.ศ.๒๓๖๐

โรคพาร์กินสันมักพบในผู้ป่วยสูงอายุ โดยมากจะพบตั้งแต่อายุ ๖๐ ปีขึ้นไป โดยพบในผู้ป่วยเพศหญิงมากกว่าเพศชายเพียงเล็กน้อย

### ผู้ป่วยโรคพาร์กินสัน มีอาการอย่างไร อาการของโรคพาร์กินสัน มีอาการสำคัญ คือ

- อาการสั่น โดยเฉพาะแขนและมือ โดยมักมีอาการข้างใดข้างหนึ่งนำมาก่อน โดยต่อมาอาจมีการสั่นเกิดขึ้นทั้ง ๒ ข้างได้ แต่มักมีความรุนแรงของการสั่นไม่เท่ากัน อาการสั่นมักจะเป็นในช่วงที่ผู้ป่วยอยู่ในท่าพักไม่มีกิจกรรมใดๆ
- อาการเคลื่อนไหวเชื่องช้า การเคลื่อนไหวต่างๆ ของผู้ป่วย เช่น การเดิน การแต่งตัว การทำกิจวัตรต่างๆ เป็นต้น จะช้าลงอย่างชัดเจน ไม่กระฉับกระเฉงว่องไวเหมือนเดิม
- อาการแข็งเกร็ง ของกล้ามเนื้อ โดยส่วนมากจะเกิดในข้างเดียวกับที่มีอาการสั่น
- การทรงตัวผิดปกติ อาการนี้มักพบในผู้ป่วยที่ป่วยมาสักระยะหนึ่งแล้ว ทำให้ผู้ป่วยล้มได้ง่าย

อาการอื่นๆ ที่มักพบร่วมกับอาการดังกล่าวข้างต้น ได้แก่ อาการทางระบบประสาทอัตโนมัติ อาการทางจิตประสาท เป็นต้น ซึ่งอาการเหล่านี้ ก็มีความสำคัญไม่ยิ่งหย่อนไปกว่าอาการสำคัญเลย เพราะอาการเหล่านี้อาจนำมาซึ่งคุณภาพชีวิตที่ถดถอยลงได้

- อาการทางระบบประสาทอัตโนมัติที่ผิดปกติ เช่น อาการความดันโลหิตต่ำเมื่อเปลี่ยนอิริยาบถ อาการท้องผูก การเสื่อมสมรรถภาพทางเพศ เป็นต้น
- อาการผิดปกติทางจิตประสาท เช่น ภาวะซึมเศร้า ภาวะอารมณ์หงุดหงิด
- การนอนหลับที่ผิดปกติ โดยอาจพบว่าผู้ป่วยมีการหลับมากในช่วงกลางวัน และไม่หลับในช่วงกลางคืน และอาจมีการอะละเวียวยายในตอนกลางคืน
- ภาวะสมองเสื่อม มักพบในผู้ป่วยพาร์กินสันที่ป่วยมาหลายปี โดยมักมีอาการสับสน หลงลืม พฤติกรรมผิดปกติ และเมื่อเป็นมากจะไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้

### สาเหตุของโรคพาร์กินสัน

เกิดจากกลุ่มเซลล์ประสาทในสมองส่วนที่เรียกว่า ซับสแตนเชีย ไนกรา (Substantia nigra) ไม่สามารถสร้างสารโดพามีน ซึ่งเป็นสารสื่อประสาทสั่งการของสมองในการควบคุมการเคลื่อนไหวให้เป็นไปอย่างราบรื่น โดยสาเหตุมักเกี่ยวข้องกับ

- ปัจจัยทางพันธุกรรม
- ปัจจัยทางสิ่งแวดล้อม เช่น สารเคมีบางชนิดที่มีพิษทำลายสมอง
- การได้รับยาบางชนิด เช่น ยารักษาอาการทางจิต ยาแก้ไอเจียน เวียนศีรษะ
- ความชราภาพของสมอง มักเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุตั้งแต่อายุ ๖๐ ปีขึ้นไป โดยพบได้บ่อยๆ กันทั้งเพศหญิงและเพศชาย
- ภาวะขาดวิตามินบี และโฟเลต (ที่มา

## สารน่ารู้ วันพฤหัสบดีที่ ๒๔ พฤษภาคม ๒๕๖๑

เรื่อง รู้จัก "ยาเค-คีตามีน" ยาเสพติดอันตราย เสี่ยงประสาทหลอน-กลั่นปัสสาวะไม่อยู่

กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ ตรวจเฝ้าระวังการใช้คีตามีน หรือยาเค ที่ส่งตรวจโดยสถานีตำรวจในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พบมีการลักลอบนำคีตามีนบรรจุในขวดที่มีฉลากแปลกออกไป เช่น ฉลากระบุว่า เป็นคอนแทคเลนส์ น้ำยาละลายซี่หู เตือนนักท่องเที่ยว หากใช้ติดต่อกันเป็นเวลานานจะทำให้เกิดอาการทางจิต และเป็นโรคกลั่นปัสสาวะไม่อยู่ จนถึงขั้นต้องใส่กระเพาะปัสสาวะปลอม

นายแพทย์สุขุม กาญจนพิมาย อธิบดีกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข เปิดเผยว่า สถานการณ์ยาเสพติดในประเทศไทยในปัจจุบัน พบว่ามีการแพร่ระบาดของยาเสพติดอย่างกว้างขวางและรุนแรงมากขึ้น โดยเฉพาะในหมู่วัยรุ่นและนักท่องเที่ยวที่นิยมใช้ Club Drugs ซึ่งหมายถึงยาและสารเสพติดที่ใช้ในสถานบันเทิงที่มีการเต้นรำ มีการแพร่ระบาดตามเมืองใหญ่ เมืองท่องเที่ยว และแถบชายทะเลของประเทศ สำหรับประเทศไทย Club Drugs ที่ใช้ได้แก่ ยาอี (ecstasy) และคีตามีน (ketamine) เป็นส่วนใหญ่

คีตามีน จัดเป็นวัตถุออกฤทธิ์ประเภทที่ 2 ตามพระราชบัญญัติวัตถุที่ออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาท พ.ศ.2518 มีข้อบ่งใช้ในทางการแพทย์เพื่อเป็นยาสลบ นอกจากนี้ยังใช้บรรเทาอาการหอบหืดในผู้ป่วยโรคทางเดินหายใจเฉียบพลัน บรรเทาอาการปวดหลังเข้ารับการผ่าตัดและช่วยลดการใช้ยาแอมอร์ฟีนใช้บำบัดอาการซึมเศร้าในโรคอารมณ์สองขั้ว เป็นต้น ปัจจุบันมีการผลิตคีตามีนรูปแบบยาผงสีขาวมาจำหน่าย โดยคีตามีนจะออกฤทธิ์หลอนประสาทอย่างรุนแรงเมื่อเสพเข้าไปจะรู้สึกเคลิบเคลิ้ม กระบวนการทางความคิด การรับรู้และตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อมทั้งภาพ แสง สี เสียงเปลี่ยนแปลงไป ร่างกายเคลื่อนไหวไม่สัมพันธ์กัน หากใช้คีตามีนในปริมาณมากจะทำให้เกิดการกดการหายใจ และหากใช้ติดต่อกันเป็นเวลานานจะทำให้เกิดอาการทางจิต ประสาทหลอน หูแว่ว กลายเป็นคนวิกลจริตได้ นอกจากนี้ยังมีการศึกษาที่พบว่า การใช้คีตามีนปริมาณมากจะทำให้เป็นโรคกลั่นปัสสาวะไม่อยู่ ปวดแสบปวดร้อนเมื่อรู้สึกปวดปัสสาวะ จนถึงขั้นต้องผ่าตัดเปลี่ยนกระเพาะปัสสาวะเพื่อใส่กระเพาะปัสสาวะปลอม

ที่มา [www.sanook.guru.com](http://www.sanook.guru.com)

## สารน่ารู้ วันศุกร์ที่ ๒๕ พฤษภาคม ๒๕๖๑

เรื่อง แพ้กุ้งเกิดจากอะไร

เนื่องจากในกุ้งมีสารก่อภูมิแพ้ คือ โปรตีนฮีโมไซยานินซึ่งพบมากในกุ้งก้ามกราม ซึ่งเป็นกุ้งน้ำจืดและสารโปรตีนลิพิด บายติง, โปรตีน แอลฟาเอกตินิน ในกุ้งกุลาดำที่เป็นกุ้งทะเล อย่างไรก็ตามสำหรับบางกรณีอาจเป็นการแพ้สัตว์ที่มีเปลือกแข็งซึ่งมีสารไคตินเป็นองค์ประกอบของเปลือก เช่น กุ้งและปูชนิดต่างๆ เมื่อกินเข้าไปพร้อมกับกุ้ง อาจจะทำให้เราเข้าใจว่าเราแพ้กุ้ง ซึ่งความจริงแล้วไม่ใช่

ดังนั้นเมื่อมีอาการแพ้ ควรหาให้เจอว่าเราแพ้กุ้งทะเลหรือกุ้งน้ำจืด แพ้อาหารทะเลทั้งหมดหรือไม่ หรือว่าแพ้เฉพาะสัตว์เปลือกแข็ง ซึ่งทั้งหมดนี้เพื่อที่เราจะได้หลีกเลี่ยงอาหารที่แพ้ได้อย่างถูกต้อง และง่ายต่อการรักษาของแพทย์เมื่อเกิดอาการแพ้

ที่มา [goo.gle.com](http://goo.gle.com)