สมุนไพรไม่ปลอดภัยเสมอไป

นำเสนอเมื่อ : 10 พ.ย. 2552

เราทราบกันอยู่แล้วว่าสมุนไพรหลายตัวมีประโยชน์อย่างมากในการรักษาโรค บางตัวอาจใช้แทนยาแผนปัจจุบันเลยก็มี สมุนไพรบางตัวอาจใช้เสริมให้การรักษาได้ผลดีขึ้น แต่สมุนไพรบางตัวก็อาจไม่ดีต่อโรคที่คุณเป็นอยู่หรือมีฤทธิ์ตีกันกับยาที่ใช้อยู่ หากคุณไม่พิจารณาให้ดีก่อนใช้

ปัจจุบันนี้มีสมุนไพรบรรจุขวดวางขายอยู่มากมายทั่วไป ไม่ว่าจะเป็นที่ตลาดนัด ตามร้านรวง หรือศูนย์การค้า โดยไม่มีการควบคุมเหมือนเภสัชภัณฑ์อื่นๆ หลายคนได้ยินคำว่า “สมุนไพร” แล้วมีความรู้สึกว่ามันเป็นสาร “ธรรมชาติ” คงไม่มีพิษมีภัยอะไร แต่ที่จริงแล้วไม่ใช่เช่นนั้นเสมอไป

สมุนไพรมีสารที่มีผลต่อการทำงานของร่างกายเหมือนยาที่เขาขายอยู่ทั่วไป ถ้าใช้ถูกต้องอาจจะมีผลดีมีประโยชน์ต่อผู้ใช้ แต่มีสมุนไพรหลายตัวที่ต้องระวัง เนื่องจากสามารถทำให้เกิดพิษภัยต่อชีวิตได้ เช่น เป็นพิษต่อตับ ไต เลือดออกไม่หยุด หัวเต้นผิดจังหวะ นอกจากนี้สมุนไพรที่รู้จักและใช้กันอยู่ทั่วไปบางตัวสามารถเข้าไปเปลี่ยนแปลงฤทธิ์ของยาที่หมอจ่ายจากโรงพยาบาลหรือคลินิก หรืออาจจะมีผลเสียต่อการผ่าตัดก็ได้

สิ่งสำคัญอย่างหนึ่งของเรื่องนี้คือควรจะเปิดเผยการใช้สมุนไพรต่อแพทย์ อย่าไปคิดว่าสมุนไพรไม่ใช่ยา หรือคิดผิดว่ามันเป็นแค่อาหารเสริม

เพราะอาจมีผลเสียต่อยาที่คุณกินอยู่หรือมีผลเสียต่อการผ่าตัด หรือทำให้การดมยาผ่าตัดไม่ปลอดภัยได้

มีสมุนไพรหลายตัวที่อาจจะมีปฏิกิริยากับยาจากแพทย์ที่เรากำลังกินอยู่หลายตัว สมุนไพรบางตัวมีผลต่อการเผาผลาญยาในร่างกายทำให้ยานั้นมีฤทธิ์น้อยลง สมุนไพรบางตัวมีฤทธิ์เสริมต่อยาบางตัว บางอย่างมีฤทธิ์ต้านยาที่เรากำลังกิน ตัวอย่างเช่น

St. John’s wort (มีสรรพคุณลดความเศร้า กล่อมประสาท) สมุนไพรตัวนี้สามารถเพิ่มหรือลดฤทธิ์ยาหลายตัวและสามารถทำให้เกิดผลข้างเคียงที่รุนแรงได้ คุณไม่ควรใช้สมุนไพรตัวนี้ถ้าคุณกำลังกินยาต่อไปนี้คือ ยาต้านความเศร้า ยาต้านการแข็งตัวของเลือด ยาแก้หอบหืด ยากดภูมิต้านทาน หรือยาเสตียรอยด์ทั้งหลาย

กระเทียม โสม และขิง
สามารถเพิ่มการตกเลือดหรือเลือดออกในคนที่กินยาต้านการแข็งตัวของเลือดเช่น แอสไพริน วอร์ฟาริน และคลอปิโดเกรล สารเสริมอาหารเช่น chondroitin และ glucosamine มีผลต่อยา วอร์ฟารินเช่นกัน

แปะก๊วย(Ginkgo) มีฤทธิ์ทำให้เลือดออกมากขึ้นเมื่อใช้ร่วมกับยาต้านการแข็งตัวของเลือด นอกจากนี้ยังเสริมฤทธิ์กับยาขับปัสสาวะชนิดไธอาไซด์ในการลดความดันเลือด และถ้าคุณเป็นโรคลมชัก มันอาจจะทำให้คุณชักเพราะมันมีฤทธิ์ต้านยาแก้ชักที่คุณกินอยู่

Kava เป็นสมุนไพรที่มีฤทธิ์ช่วยให้นอนหลับ แต่อาจจะมีพิษต่อตับแม้จะใช้ไม่นาน ถ้าเอาไปใช้ร่วมกับยาที่มีศักยภาพในการทำลายตับ เช่น ยาลดโคเลสเตอรอล ก็อาจจะเพิ่มความเสี่ยงพิษต่อตับมากขึ้น

ยาบางอย่างมีขอบเขตของขนาดยาในการรักษาจำกัด หมายความว่าถ้าเปลี่ยนแปลงขนาดยาแม้เพียงเล็กน้อยก็อาจจะเกิดผลเสียมาก เช่น ยาต้านการแข็งตัวของเลือด

ถ้าให้น้อยไปเลือดก็จะแข็งตัวง่ายอาจจะเป็นอันตราย เช่น หลอดเลือดหัวใจตัน
ถ้าให้มากไปก็อาจจะมีเลือดออกมากเป็นอันตรายได้เช่นกัน ดังนั้นเมื่อใช้ยาต่อไปนี้ก็ไม่ควรใช้สมุนไพร
นอกจากได้บอกกล่าวขออนุญาตกับแพทย์เสียก่อน ยาที่มีขอบเขตการใช้จำกัดนี้มีหลายตัวเช่น

* ยาโรคหัวใจ อย่างเช่น digoxin (ดิจอกซิน)

* ยาควบคุมการเต้นผิดปกติของหัวใจ

* ยาต้านการชัก

* ยากดภูมิต้านทาน เช่น ยาที่คนได้รับการปลูกถ่ายอวัยวะต้องใช้กัน หรือยาต้านโรครูมาตอยด์ไขข้อ เป็นต้น

นอกจากนี้คนที่จะต้องได้รับการผ่าตัดต้องบอกศัลยแพทย์และวิสัญญีแพทย์ด้วยว่ากินสมุนไพรอะไรอยู่หรือไม่ สมุนไพรบางตัวจำเป็นต้องงดก่อนผ่าตัด 2-3 สัปดาห์ ทั้งนี้เป็นเพราะวาจะมีผล...

1. ต้านการแข็งตัวของเลือด เช่น กระเทียม โสม ขิง แปะก๊วย หรือ feverfew (แก้ปวดแก้ไข้) fenugreek น้ำมันปลา ชาเขียว resveratrol และ saw palmetto มีฤทธิ์ทำให้เลือดไม่แข็งตัว เวลาผาตัดอาจจะทำให้เลือดออกมาก ทำให้หยุดยาก หรือทำให้เกิดแผลบวมเพราะเลือดออกมาคั่งบริเวณผ่าตัด

2. มีผลต่อการหลับ เช่น ยา kava, chamomile, lavender, melatonin และ valerian อาจมีฤทธิ์เสริมการหลับของยาสลบหรือยาแก้ปวดหลายอย่าง

3. มีผลต่อการควบคุมความดันเลือด ได้แก่ cat's claw, coenzyme Q10, L-arginine และ licorice

สมุนไพรบางตัวเช่น bitter orange, ephedra (มาฮวง) โสม สารสกัดชาเขียว อาจจะทำให้ความดันเลือดสูงขึ้น หรือทำให้การเต้นของหัวใจผิดจังหวะ
สารพวกนี้อาจจะอยู่ในสูตรยาลดน้ำหนักที่บางสำนักรักษาโรคอ้วนหรือหมอพระหมอตี๋ปิดเป็นความลับ

การใช้สมุนไพรให้ปลอดภัยนั้น
จำเป็นต้องแจ้งแก่แพทย์ที่รักษาโรคของเราด้วยว่ากินสมุนไพรตัวใดเพื่อจะได้หลีกเลี่ยงปฏิกิริยาระหว่างยาดังกล่าว และควรเพิ่มความระมัดระวังดังนี้

ควรปฏิบัติตามคำอธิบายในฉลากข้างซอง (ในกรณีที่ซื้อจากบริษัทที่มีมาตรฐานสูง)
ไม่ควรใช้มากกว่าที่เขาแนะนำ และถ้าอายุมาก (เช่น 65 ปี) ควรปรึกษาแพทย์ว่าขนาดยาที่ใช้นั้นเหมาะสมหรือไม่ เพราะร่างกายผู้สูงอายุอาจจะจัดการกับยาได้น้อยลง

ผลผลิตบรรจุขวดที่วางขายมีคุณภาพแตกต่างกันแล้วแต่ว่าผลิตโดยใคร น่าเชื่อถือแค่ไหน ในประเทศพัฒนาเช่น สหรัฐฯ เยอรมัน มีการควบคุมจากรัฐบาลเข้มงวด ผลผลิตจึงมีมาตรฐานในแง่ความสะอาด บริสุทธิ์ ขนาดการใช้
แต่ในประเทศกำลังพัฒนาการควบคุมคุณภาพมาตรฐานของผลผลิตและการผลิตเป็นสิ่งที่ต้องพิจารณา ผู้ผลิตบางรายอาจควบคุมมาตรฐานได้ไม่ดีมีสารพิษเจือปน หรือมียาอย่างอื่นผสมปนเปเข้ามาอยู่ในสมุนไพร นอกจากนี้ฉลากข้างขวดที่อธิบายส่วนผสมและการใช้ ในประเทศกำลังพัฒนายังไม่เข้มงวดในเรื่องนี้ ฉลากข้างขวดอาจจะเป็นแค่โฆษณา บอกแต่สรรพคุณ ไม่กล่าวถึงสรรพโทษ อย่างเช่น ผลผลิตสมุนไพรจากเม็กซิโก อินเดีย จีน หรือแม้แต่ไทยแลนด์ก็เถอะ ผู้บริโภคพึงระวัง

ข้อเสียของยาสมุนไพรอีกอย่างคืออาจจะมีตัวยา(สารเคมี)หลายตัวปนเปกัน ซึ่งผู้บริโภครวมทั้งแพทย์หรือเภสัชกรเองไม่มีทางรู้ได้ เนื่องจากการผลิตไม่มีมาตรฐาน หาเอกสารอ้างอิงไม่ได้ แม้แต่ Google ยังงง ถ้าท่านจะใช้ก็พึงระลึกไว้เป็นคติเตือนใจเสมอว่าคำว่า **"สมุนไพร"** ไม่ได้หมายความว่า **"ปลอดภัย"** เสมอไป

(สมุนไพรบางตัวเป็นสมุนไพรต่างประเทศไม่มีชื่อไทย

ชื่อที่ให้ไว้ในที่นี้ก็เพื่อท่านจะได้มีความรู้พื้นฐานเอาไปอ่านฉลากหรือค้นคว้าหาความจริงต่อไป)

ที่มา : HealthToday