



5. อาหารเสริม (Supplementary Food)



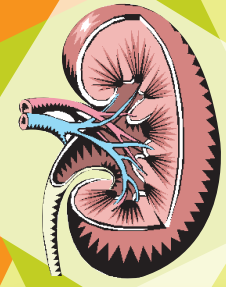
ปัจจุบันมีอาหารเสริมหลายชนิดออกจำหน่ายมากมาย บางผลิตภัณฑ์อาจอ้างสรรพคุณเกินจริง รวมถึงส่วนประกอบของผลิตภัณฑ์บางอย่างมีปริมาณมากเกินไป ไม่เหมาะสมที่จะบริโภคในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง เช่น มีโปรตีนในปริมาณสูง ซึ่งอาจส่งผลเสีย ทำให้การทำงานของไตลดลงได้ หรือมีเกลือแร่บางอย่างในปริมาณสูง เช่น โพแทสเซียม ส่งผลทำให้เกิดการคั่งของโพแทสเซียมในร่างกาย ซึ่งทำให้หัวใจเต้นผิดปกติ ดังนั้นการที่จะพิจารณารับประทานอาหารเสริม ควรปรึกษาตามแพทย์ผู้ดูแลก่อนทุกครั้ง

ข้อควรปฏิบัติ เรื่อง การใช้ยาในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง

1. รับประทานยาตามแพทย์สั่งอย่างเคร่งครัด ไม่ปรับเพิ่ม หรือ ลดขนาดเอง รวมทั้งไม่นำยาของผู้อื่นมารับประทาน หากมีปัญหาในการใช้ยาควรปรึกษาแพทย์และเภสัชกร
2. ไม่ควรซื้อยามารับประทานเอง
3. หลีกเลี่ยงการใช้ยาชุด ยาหม้อ ยาสมุนไพร ยาลูกกลอน รวมถึงผลิตภัณฑ์อาหารเสริมทุกชนิด
4. ก่อนใช้ยาควรตรวจสอบสภาพเม็ดยา สีเม็ดยา และวันหมดอายุ
5. เมื่อต้องได้รับการตรวจเพิ่มเติม เช่น เอกซเรย์ คอมพิวเตอร์ ควรแจ้งแพทย์ทุกครั้งว่าท่านมีโรคไตเรื้อรัง

ไตมีโอกาสได้รับอันตรายจากยาที่ใช้ จึงควรใช้ยาด้วยความระมัดระวัง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง และควรปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรทุกครั้ง ก่อนใช้ยา เพื่อสุขภาพที่ดีของไตคุณ

การใช้ยาในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง



ไตเป็นอวัยวะที่มีหน้าที่สำคัญในการกรองและขับของเสียต่างๆ นอกจากนี้ไตยังเป็นอวัยวะที่มีเลือดไหลเวียนปริมาณมาก อาหารรวมถึงยาต่างๆ ที่รับประทานเข้าไปจะดูดซึมเข้าสู่ร่างกาย และผ่านไปกรองที่ไต และถูกขับออกมาที่ปัสสาวะ ดังนั้น หากอาหารหรือยาที่ร่างกายได้รับมีอันตรายต่อร่างกาย ไตจึงเป็นอวัยวะที่มีโอกาสสัมผัสสารเหล่านั้น และได้รับอันตรายจากสารพิษมากที่สุด

เนื่องจากยาบางอย่างอาจทำให้การทำงานของไตลดลงได้ ดังนั้นการใช้ยาในผู้ป่วยที่มีโรคไตเรื้อรัง จึงมีความจำเป็นที่ต้องใช้ด้วยความระมัดระวัง นอกจากนี้ผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังมีโอกาสได้รับผลข้างเคียง จากยา มากกว่าคนที่การทำงานของไตปกติ เพราะจะอยู่ในร่างกายได้นาน และขับออกทางไตลดลงอันเป็นผลมาจากการทำงานของไตที่ลดลง





ในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ก่อนรับประทานยา ควรปรึกษาแพทย์ทุกครั้ง ว่ายาเหล่านั้นสามารถใช้ในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังได้อย่างปลอดภัยหรือไม่

งาดังต่อไปนี้นี้อาจส่งผลต่อไต มีผลทำให้การทำงานของไตลดลงควรหลีกเลี่ยง หรือปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรทุกครั้งก่อนใช้หรือได้รับยา

1. ยาแก้ปวดลดการอักเสบ

กลุ่มที่มีใช้ สเตียรอยด์ (NSAIDs) ตัวอย่างยาในกลุ่มนี้ได้แก่ Ibuprofen (ไอบูโพรเฟน), Diclofenac (ไดโคลฟีแนค), Indomethacin (อินโดเมทาซิน), Naproxen (นาโพรเซน) และ Celecoxib (ซีลีสโคกซิบ) ผลข้างเคียงอาจทำให้เกิดอาการบวม ความดันโลหิตสูง อันเป็นผลมาจากการคั่งของน้ำและเกลือในร่างกาย และยังมีผลทำให้การทำงานของไตลดลงด้วย จึงควรหลีกเลี่ยง การใช้จากกลุ่มนี้ในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง



2. ยาหรือพืชสมุนไพร (Herbs)

ปัจจุบันมีการนำยาสมุนไพรมาใช้อย่างแพร่หลาย ซึ่งอาจต้องใช้ด้วยความระมัดระวังอย่างจับในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง เนื่องจากการขโมยการตีกลึงของสมุนไพรในผู้ป่วยโรคไตยังมีน้อย และจึงขาดการตรวจสอบด้านมาตรฐานในการผลิต นำมาซึ่งสารพิษ และสิ่งเจือปน ซึ่งอาจมีผลทำให้การทำงานของไตลดลง

นอกจากนี้ผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังอาจเกิดผลข้างเคียงจากสมุนไพรบางชนิดได้ จึงควรหลีกเลี่ยงการใช้ยาหรือพืชสมุนไพรดังต่อไปนี้ ดังตาราง

ชื่อสมุนไพร	ผลข้างเคียงที่เกิดขึ้นกรณีผู้ป่วยไตวายเรื้อรังได้รับ
อัลฟาฟ่า (Alfalfa) น้ำลูกงอ (Nani juice) ละอุมเทศ (Licorice) มาฮวง (Ma-Huang)	โพแทสเซียมในเลือดสูง โพแทสเซียมในเลือดสูง ความดันโลหิตสูง ความดันโลหิตสูง, หัวใจเต้นเร็ว และชัก
โสม (Ginseng) มะเฟือง (Star fruit)	ความดันโลหิตสูง, หัวใจเต้นเร็ว ระอิก, ลัปสน และชัก

3. สารทึบรังสี (Contrast media)



ผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังบางครั้งอาจมีความจำเป็นต้องทำการตรวจเพิ่มเติม เช่น เอกซเรย์คอมพิวเตอร์ (CT-SCAN) ซึ่งต้องได้รับสารทึบรังสี (Contrast media) เข้าสู่ร่างกายทางหลอดเลือดดำ อันอาจส่งผลให้การทำงานของไตลดลงเฉียบพลันได้

ดังนั้นก่อนทำเอกซเรย์คอมพิวเตอร์ทุกครั้ง ควรแจ้งให้รังสีแพทย์ทราบทุกครั้งว่ามีโรคไตเรื้อรัง เพื่อจะได้ให้การป้องกันไม่ทำให้การทำงานของไตลดลง

4. ยาปฏิชีวนะ (Antibiotic)

ยาปฏิชีวนะที่มีผลทำให้การทำงานของไตลดลง เช่น Gentamicin (เจนตามัยซิน), Amikacin (อะมิกาซิน) การได้รับจากกลุ่มนี้ในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง อาจทำให้การทำงานของไตลดลง และยาปฏิชีวนะบางตัวจะต้องมีการปรับขนาดยาลงในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ดังนั้นจึงไม่ควรซื้อยามารับประทานเอง