

มารู้จักกับยาสเตียรอยด์ (Steroid)

เรียบเรียงโดย พ.อ.นพ.ยรรยงค์ อิมสุวรรณ

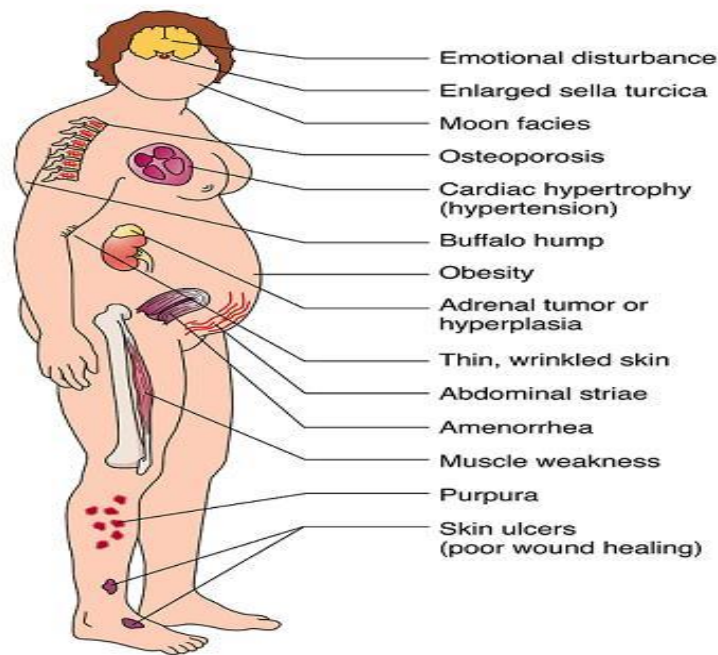
ผู้อำนวยการกองแพทย์ สำนักงานสนับสนุน หน่วยบัญชาการทหารพัฒนา

สเตียรอยด์(Steroid) คือ อะไร :

สเตียรอยด์ คือ ชื่อเรียกของกลุ่มฮอร์โมนที่ถูกสร้างจากต่อมหมวกไตภายในร่างกายของคนเรา โดยหลักๆ มี 2 ชนิด คือ โคติซอล(Cortisol) และ อัลโดสเตอรอยด์(Aldosterone) นอกจากนั้นแล้ว เมื่อคนเราอยู่ในภาวะเครียด ร่างกายก็จะหลั่งสารสเตียรอยด์ออกมามากขึ้น ต่อมาในวงการแพทย์แผนปัจจุบันจึงสร้างสารสเตียรอยด์สังเคราะห์ขึ้นมาจากสเตียรอยด์ชนิดโคติซอล (Cortisol) ซึ่งเป็นสเตียรอยด์ต้นแบบของร่างกาย เพื่อพัฒนาตัวยาบางชนิดให้ออกฤทธิ์แรงขึ้นเป็นการเพิ่มประสิทธิภาพในการรักษาโรคบางชนิด สเตียรอยด์สังเคราะห์จะมีลักษณะเป็นน้ำ เป็นผงสีขาว หรือเป็นเกล็ดตามลักษณะความต้องการของผู้ผลิตยา หากเราสังเกตให้ดีจะพบว่ายาแผนปัจจุบันหลายชนิดมีสารกลุ่มสเตียรอยด์เป็นส่วนประกอบ เช่น ยารักษาโรคมุมแพ้ยารักษาโรคหอบหืดชนิดพ่นสูดทางปาก ได้แก่ เบโตรีเมธาโซนและบูเดโซไนด์ ยาหยอดตา ยาป้ายตา ยารักษาโรคไตบางชนิด ยารักษาอาการข้ออักเสบ และยาแก้แพ้ นอกจากนี้ยังมียาอีกหลายตัวที่เป็นสเตียรอยด์ทั้งชนิดยารับประทาน ยาฉีด ยาพ่น ยาทา ซึ่งตัวยาทั้งหมดนี้ต้องอยู่ในความดูแลของแพทย์และเภสัชกร

นับได้ว่าสเตียรอยด์เป็นกลุ่มยาที่มีประโยชน์มาก แต่ในทางกลับกันก็มีโทษไม่น้อยหากใช้ติดต่อกันนานเกินไป หรือใช้เกินขนาด ผู้ป่วยจะเกิดอาการข้างเคียงที่เรียกว่า Cushing's syndrome (รายละเอียดดังภาพ) คือ อาการผิดปกติที่เกิดจากการที่สเตียรอยด์ไปก่ดการทำงานของต่อมหมวกไต ทำให้ระบบภูมิคุ้มกันในร่างกายเสียไป ทำให้ติดเชื้อได้ง่าย ร่างกายมีอาการบวม บวมหน้า

ใบหน้ากลม มีไขมันสะสมบริเวณฐานลำคอด้านหลัง ท้องป่อง ท้อง
 ลาย หรือ มีลำตัวที่อ้วนมากกว่าแขนขา มีรอยปริแตกสีม่วงแดงตาม
 ผิวหนังบริเวณแขน ขา หรือลำตัว มีอาการทางจิต มีขนขึ้นตามตัว
 ขนดก เป็นสิว สีผิวเข้มขึ้น ความดันโลหิตสูง อ่อนเพลีย ความดัน
 ในลูกตาสูงขึ้นทำให้เป็นต้อหิน ตามัว กล้ามเนื้ออ่อนแรง
 โพแทสเซียมในเลือดต่ำ คลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร ปวดศีรษะ
 ประจำเดือนผิดปกติ และความรู้สึกทางเพศลดลง นอกจากนั้นยังกด
 การเจริญเติบโตในเด็กด้วย



ในสมัยที่หมอเป็นนักเรียนแพทย์ทหารมีคำคล้องจองสั้นๆที่
 เอาไว้ท่องเพื่อให้จำอาการ Cushing's syndrome ได้ง่ายๆ ดังนี้
 ครับ

หน้าจันทรแรม (Cushinoid Face = หน้ากลมเหมือนพระจันทร์)

แถมอ้อยเชื่อม (Hyperglycemia = น้ำตาลในเลือดสูง)

เอื่อมไม้ไหว (Proximal Muscle Weakness) = กล้ามเนื้อแขน
 และขาอ่อนแรง

ยายมีหนวด (Hirsutism = มีขนขึ้นที่หน้า หนวด เครา และทั่วร่างกาย)

ปวดกระดูก (Osteoporosis = กระดูกบางผุกร่อนง่าย)

ลูกทะเล (Sodium Retention) = เกลือแร่ในเลือดสูง

เทห์เหมือนควาย (Buffalo Hump) = บริเวณไหล่ 2 ข้างมีก้อนเนื้อนูนใหญ่ขึ้น

ลายหน้าท้อง (Striae) = ผิวแตกลาย หน้าท้อง แขน ขา

หมอง Skin (Hyper และ Hypopigment) = มีผิวหมองคล้ำ หรือขาวเป็นบางที่

สเตอรอยด์ไม่เพียงมีอยู่ในยาแผนปัจจุบันเท่านั้น แต่ยังมีอยู่ในยาแผนโบราณ หรือ ยาสมุนไพรด้วย ทั้งในรูปแบบของยาอัดเม็ด และยาแคปซูล ดังนั้นผู้ป่วยที่เลือกทานยาแผนโบราณหรือยาสมุนไพรเพราะคิดว่าไม่มีผลข้างเคียงหรือ มีผลข้างเคียงน้อยกว่ายาแผนปัจจุบันมากจึงควรระมัดระวังในการทานยาเหล่านี้ด้วย เพราะในปัจจุบันมีกลุ่มผู้ลักลอบผลิตยาแผนโบราณ โดยไม่ได้รับอนุญาตอยู่มาก และ มักตรวจพบการลักลอบใส่สเตียรอยด์ในยาแผนโบราณ เช่นยาลูกกลอน ที่ผลิตและจำหน่ายโดยไม่ได้รับอนุญาตจากกระทรวงสาธารณสุข และ ยาชุดที่จำหน่ายโดยบุคคลที่ไม่ใช่เภสัชกร กลุ่มผู้ผลิตเหล่านั้นมักไม่มีความรู้ด้านการแพทย์ และขาดความรับผิดชอบต่อชีวิตผู้ป่วย โดยตัวยาในกลุ่มสเตอรอยด์ที่มักถูกพบในยาแผนโบราณ คือ เดกซ์ซามีธาโซน(Dexamethasone) หรือ เพร็ดนิโซโลน (Prednisolone) ซึ่งให้ผลในการกดอาการ ทำให้ในช่วงแรกของการใช้ยานี้ ผู้ป่วยจะรู้สึกว่าการดีขึ้น ซึ่งความจริงนั้นเป็นเพราะฤทธิ์ของยาสเตอรอยด์ และเมื่อใช้ไปนานๆ ก็จะมีโทษดังที่กล่าวมา

ยาสเตอรอยด์ หรือ ยาสเตียรอยด์ (ยาSteroid) คือ อะไร :



เป็นชื่อเรียกโดยย่อของกลุ่มยาที่มีชื่อเต็มว่า Corticosteroid ยาในกลุ่มนี้มีฤทธิ์และข้อบ่งใช้มากมาย สามารถใช้รักษาโรคหรือภาวะต่างๆ ได้อย่างหลากหลาย แต่คนทั่วไปกลับรู้จักสเตอรอยด์ในทางลบมากกว่า ซึ่งที่จริงแล้วผลเสียต่างๆ นั้นเกิดจากการใช้ยา steroid อย่างไม่ถูกต้อง อย่างไรก็ตามผู้ป่วยหลายคนก็กลัวและปฏิเสธที่จะใช้ยากลุ่มนี้

ยากลุ่มสเตียรอยด์สามารถแบ่งตามรูปแบบของการใช้ยาได้เป็น 2 ประเภท ดังนี้

1. สเตียรอยด์ประเภทใช้ภายนอก มีตัวยาสเตียรอยด์ที่ใช้เป็นยาภายนอกหลายชนิดด้วยกัน แต่สามารถแบ่งตามรูปแบบของยาและตัวอย่างของโรคที่ใช้ได้เป็น

- ยาทา (ทั้งในรูปแบบครีม โลชัน ขี้ผึ้ง) สำหรับรักษาผื่นแพ้ ลมพิษ ผื่นหนังอักเสบ สะเก็ดเงิน
- ยาหยอดตา ยาป้ายตา ยาหยอดหู สำหรับรักษาภูมิแพ้หรืออักเสบที่ตาและหู
- ยาพ่นจมูก สำหรับรักษาโรคภูมิแพ้ที่มีอาการทางจมูก ริดสีดวงจมูก
- ยาพ่นคอ สำหรับรักษาโรคหืดภูมิแพ้ที่ทำให้เกิดอาการหอบมากหลังจากรักษาด้วยการรับประทานยาแล้วไม่ได้ผล

สเตียรอยด์ประเภทใช้ภายนอกเหล่านี้พัฒนาขึ้นเพื่อให้ ยาออกฤทธิ์เฉพาะที่ โดยไม่จำเป็นต้องกินหรือฉีดยา จึงช่วย หลีกเลี่ยงผลเสียที่อาจเกิดขึ้นจากยาได้เป็นส่วนใหญ่ เมื่อ ได้รับยากลุ่มนี้และใช้ตามคำแนะนำการใช้ยาอย่างเคร่งครัด เช่น

ยาทา ต้องทาเฉพาะบริเวณที่เป็นผื่น ไม่ทาลงบนผิวหนังที่ปกติ ไม่ทาหน้า ไม่ทาเป็นบริเวณกว้างและไม่ทาต่อเนื่องเป็น เวลานาน เพราะจะเกิดผลข้างเคียงให้เกิดสิวอักเสบหรือ ผิวหนังสีซีดบาง

ยาหยอดตา ยาป้ายตา ยาหยอดหู ใช้เฉพาะข้างที่เป็น ด้วย จำนวนหยด จำนวนครั้งและระยะเวลาตามคำสั่งที่ให้ใช้ยา

ยาพ่นจมูกและยาพ่นคอ ต้องฝึกวิธีการพ่นยาที่ถูกต้อง ไม่พ่น บ่อยเกินกว่าที่กำหนด บ้วนปากหลังพ่นคอทุกครั้ง ถ้าใช้ยาได้ อย่างถูกต้องตามคำแนะนำ ยาภายนอกเหล่านี้มักจะไม่ทำให้เกิดอาการไม่พึงประสงค์ที่รุนแรง และเนื่องจากความปลอดภัย ของยานี้เอง ทำให้สามารถซื้อยาใช้ภายนอกที่มีตัวยา steroid ได้ที่ร้านขายยาทั่วไปตามคำแนะนำการใช้ยาอย่างถูกต้อง ของเภสัชกร

2. สเตียรอยด์ประเภทรับประทานและฉีด ถึงแม้จะมียาสเตียรอยด์ ประเภทใช้ภายนอกมากมาย แต่การรักษาโรคหรือภาวะบางอย่าง จำเป็นต้องใช้ยารับประทานหรือยาฉีดเท่านั้น เช่น อาการแพ้บาง ชนิด โรคหืดชนิดรุนแรง ผู้ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนอวัยวะ เป็นต้น เช่นเดียวกับยาใช้ภายนอก ถ้ารับประทานหรือฉีดยาสเตียรอยด์ใน ขนาดน้อยๆ เพียงช่วงระยะเวลาสั้นๆ มักไม่ทำให้เกิดอาการไม่พึง ประสงค์ที่รุนแรง แต่ถ้าต่อเนื่องเป็นเวลานาน จะก่อให้เกิดผลเสียที่ รุนแรงหลายประการด้วยกัน ได้แก่ ติดเชื้อโรค (ยากดการทำงานของ ภูมิคุ้มกันในร่างกาย) เป็น เบาหวาน (ยาทำให้น้ำตาลในเลือด สูง) เกิดอาการ บวมและความดันโลหิตสูง (ยาทำให้ร่างกายขับน้ำ ลดลง แต่เพิ่มการสะสมไขมันที่หน้า หลังและท้อง) กระดูกพรุน (ยา

รบกวนสมดุลการสร้างกระดูก) รวมทั้งเป็นแผลในทางเดินอาหาร
ผิวหนังเหียว่นและบาง ตาเป็นต้อ การทำงานของต่อมหมวกไต
ผิดปกติ รบกวนการเจริญเติบโตในเด็ก เป็นต้น

ยาที่มีส่วนผสมของสารสเตียรอยด์ทุกตัวถูกกฎหมาย
กำหนดให้เป็นยาควบคุมพิเศษเนื่องจากมีความเป็นพิษสูงและเป็น
อันตรายถ้าใช้ผิดวิธีหรือใช้นานเกินไปและต้องให้แพทย์เป็นผู้สั่ง
จ่ายเท่านั้น

ชื่อของยากลุ่มสเตียรอยด์ที่พบบ่อย เช่น

Hydrocortisone Prednisolone Triamcinolone

Fluocinolone Betamethasone Clobetasol

Desoximetasone Prednicarbate Mometasone

Beclomethasone Budesonide Dexamethason

ถ้าสังเกตจากชื่อยาจะเห็นว่ายาที่มีส่วนผสมของสารสเตียรอยด์ มัก
ลงท้ายด้วย -one หรือ -ol (ยกเว้นชื่อยาบางตัวเท่านั้น) ซึ่งเป็น
ตัวอักษรที่ลงท้ายชื่อสเตอรอยด์ที่ถูกสร้างจากต่อมหมวกไตคือ

Cortisol อันเป็นต้นแบบของสเตอรอยด์สังเคราะห์

ดังนั้นจึงพอใช้เป็นข้อสังเกตได้ว่ายาแผนปัจจุบันตัวใดมีส่วนผสม
ของยาสเตียรอยด์ เพื่อที่เราจะได้ใช้ยานั้นอย่างระมัดระวัง โดย
ปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์โดยเคร่งครัด

ยากลุ่มสเตียรอยด์มีประโยชน์ในการรักษาหลายโรค
เช่น โรคที่ต้องทดแทนภาวะขาดฮอร์โมนจากต่อมหมวกไต โรค
ข้ออักเสบเฉพาที่รุนแรงควบคุมอาการไม่ได้ด้วยยามาตรฐาน
โรคไตบางชนิด เช่น Glomerulonephritis, Nephrotic
syndrome โรคที่เกี่ยวกับคอลลาเจนบางชนิด เช่น Polymyositis,
Polyarteritis nodosa โรคภูมิแพ้ตัวเอง Systemic Lupus
Erythematosus (SLE) โรคภูมิแพ้ที่รุนแรงซึ่งควบคุมด้วยยา
มาตรฐานแล้วไม่ได้ผล เช่น หอบหืดอย่างรุนแรง โรคปอดเรื้อรัง

โดยส่วนใหญ่ใช้ในรูปของยารับประทาน ยาพ่นหรือฉีด โรคตา ในรูปยาหยอดหรือป้ายตา โรคผิวหนังผื่นแพ้ ในรูปยาทาเฉพาะที่ โรคทางเดินอาหารบางชนิด ได้แก่ Ulcerative colitis, Crohn's disease โรคตับบางชนิด เช่น Subacute Hepatic Necrosis, Chronic active Hepatitis โรคมะเร็งเม็ดเลือดขาวชนิด Lymphoblastic Leukemia โรคโลหิตจาง Immuno-hemolytic anemia ยาฉีดป้องกันอาเจียนในผู้ที่ได้รับยาต้านมะเร็ง ภาวะแคลเซียมในเลือดสูง การปลูกถ่ายอวัยวะเพื่อให้เกิดการยอมรับ อวัยวะผู้อื่นได้ดีขึ้น

กลไกการออกฤทธิ์ที่สำคัญของยา Steroid คือ ฤทธิ์ต้านการอักเสบ (Anti-inflammatory effect) ผ่านกลไกหลายอย่าง เช่น ยับยั้งการสร้าง prostaglandin ซึ่งเป็นสารที่หลั่งออกมาเมื่อเกิดการอักเสบ ป้องกันการแตกตัวของไลโซโซมทำให้สารสื่อการอักเสบต่าง ๆ ในเซลล์หลั่งออกมาไม่ได้จึงช่วยลดปฏิกิริยาการอักเสบของเซลล์ จากผลการต้านการอักเสบของยาสเตียรอยด์จึงนำมาใช้รักษาอาการมากมายที่เกิดจากกระบวนการอักเสบและเกี่ยวกับภูมิคุ้มกันของร่างกาย เรียกว่าเป็น ยาแก้อักเสบชนิดพิเศษ รักษาได้หลายโรค จนเกิดภาษาชาวบ้านเรียกว่า "ยาผีบอก" ถ้าใช้ยามานาน แล้วหยุดยาทันทีจะเกิดอาการถอนยา ทำให้เบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน อ่อนล้า ปวดศีรษะ มีไข้ ปวดข้อ ปวดกล้ามเนื้อ น้ำหนักตัวลดลง ความดันโลหิตต่ำ แผลหายช้า เกิดห่อเลือด ฟกช้ำง่าย

ในปัจจุบันคลินิกรักษาโรคผิวหนังและเสริมความงาม มีการใช้ยาสเตียรอยด์เพิ่มขึ้นอย่างมากเนื่องจากสเตียรอยด์มีคุณสมบัติในการลดการอักเสบ มีโรคผิวหนังมากกว่าร้อยละ 50 ต้องใช้ยาสเตียรอยด์ร่วมในการรักษาและในปัจจุบันการรักษาสิว ซึ่งเป็นโรคผิวหนังที่พบบ่อยที่สุด ได้มีการนำยาสเตียรอยด์มาใช้มากขึ้นอย่างยิ่ง ทั้งในรูปของยาฉีดสิว ยาทาแก้สิวผด ครีมขี้ผึ้ง ยา

ชนิดเนื้อโลชั่น ซึ่งการใช้สเตียรอยด์ติดต่อกันนี้เองทำให้มีผลข้างเคียงตามมา ดังนี้

1. เกิดอาการผิวหนังบาง หลังการใช้ยาสเตียรอยด์ 2-4 สัปดาห์ ฤทธิ์ยาจะทำให้ผิวหนังบางลงตัวยาจะทำให้กระบวนการสร้างคอลลาเจนเสียไป ผลที่สังเกตได้คือ เกิดรอยแตก รอยแยกบนผิวหนัง
2. เส้นเลือดใต้ผิวหนังผิดปกติทำให้มีอาการหน้าแดงอยู่ตลอดเวลา
3. ผิวหนังจะมีสีจางลงหากใช้เป็นเวลานานทำให้เกิดเกิดต่างขาว
4. เกิดรอยบวมของผิวหนัง (ส่วนมากเกิดจากการฉีดสิว)
5. เกิดสิวผด
6. หากใช้ยาเป็นเวลานานจะเกิดการติดยาสเตียรอยด์ (Steroid Addict) เมื่อหยุดยาหน้าจะแดงมีสิวผดเกิดขึ้น ปัญหานี้พบบ่อยมากเนื่องจากการใช้สเตียรอยด์เกินความจำเป็นในคลินิกรักษาผิวหนังและเสริมความงาม

Topical Steroids เป็นยาทาโรคผิวหนังที่นิยมใช้กันอยู่ทั่วไป เห็นกันมากมายตามท้องตลาด อย่างที่ใช้กันมีอยู่หลายชนิดเช่น Dermovate, TAcream, Beta cream, Topicort, Prednisil cream โดยมากจะนิยมซื้อมาใช้เป็นยาทาผิวหนังในผู้ป่วยที่มีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องโรคผิวหนังเช่น psoriasis, seborrheic, dermatitis, sunburn

ผู้ป่วยโรคผิวหนังที่ใช้ยา Tropical Steroids รักษา แต่ไม่ได้ผล มักเกิดความสงสัยว่าเป็นเพราะเหตุใด ซึ่งคำตอบมีอยู่หลายเหตุผล ดังนี้

1. เกิดการต้านยา (Resistant) คือการใช้ยาไประยะหนึ่งแล้วอาการไม่ดีขึ้น จึงต้องทาซ้ำบ่อยขึ้น และต่อมาอาจต้องมีการเปลี่ยนยา

2.เกิดการดื้อยา (Tachyphylaxis) คือการใช้ยาที่ได้ผลเพียงแค่นี้ในระยะแรก เมื่อใช้ยาต่อไปโรคกลับไม่สนองต่อการรักษา พบในกลุ่มยา potent steroid

3.การหยุดยาแล้วกลับเป็นซ้ำ (Rebound phenomenon) โรคผิวหนังบางชนิด เช่น psoriasis บางครั้งตอบสนองต่อ potent steroid ในระยะแรก เมื่อหยุดใช้ยาโรคจะกลับมาเป็นอีกและอาจจะรุนแรงกว่าเดิม กลไกการเกิดอาการนี้ยังไม่ทราบแน่ชัด ดังนั้นเมื่อใช้ Topical steroid กลุ่ม potent ชนิดแรงถ้าอาการดีขึ้นแล้ว ควรลดความแรงของยาหรือลดความถี่ของการทาเป็นวันละครั้งหรือวันเว้นวัน เพื่อเพิ่มผลของการรักษา

ข้อห้ามใช้ของ Topical Steroid

1.กรณีเกิดการติดเชื้อแบคทีเรียที่ผิวหนังที่ทราบสาเหตุที่แน่นอน เช่น โรค erysipilas, cellulitis ซึ่งเกิดจากเชื้อ group A streptococci และ staphylococcus โรค impetigo ที่เกิดจากเชื้อ group A streptococci และ staphylococcus

2.กรณีติดเชื้อราที่ผิวหนัง เช่น candida หรือ dermatophyte

วิธีการใช้ Topical Steroid

1.เลือกใช้ Steroid ให้เหมาะสมกับโรคผิวหนังแต่ละชนิด เช่นในเด็กควรเริ่มที่ยาทาที่มีฤทธิ์อ่อน low potency ก่อน

2.โดยทั่วไป อาการจะดีขึ้นหลังจากการใช้ยาภายใน 1-2 สัปดาห์ จากนั้นค่อย ๆ ลด การใช้ยาลง เช่น เปลี่ยนเป็นชนิดที่อ่อนลง หรือ ลดจำนวนครั้งที่ทา

3.หลีกเลี่ยงการทายานี้บนผิวหนังปกติ

4. ไม่ใช้ยาทามากเกินไปจนความจำเป็น แนะนำให้ทาวันละ 2 เวลา การทายาบ่อยกว่านี้ไม่ได้ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการรักษา แต่อาจทำให้เกิดการดื้อยาได้

5. หลีกเลี่ยงการใช้ยาทาในกลุ่มฤทธิ์แรงปานกลางและสูง medium/high potency ในปริมาณเกินกว่า 45 กรัมต่อสัปดาห์ในผู้ใหญ่และไม่เกิน 15 กรัมต่อสัปดาห์ในเด็ก

6. ถ้าอาการของโรคผิวหนังที่เป็นแฉ่งในขณะที่ใช้ยา ควรหยุดยาและรีบไปพบแพทย์ผิวหนัง

7. คำแนะนำในการใช้ Topical Steroid ในกลุ่มฤทธิ์แรงมาก very high potency หรือ super potent เช่น Dermovate cream

- ไม่ควรใช้เกิน 2 สัปดาห์

- ควรใช้ในปริมาณไม่เกิน 45-50 กรัมต่อสัปดาห์

- หลีกเลี่ยงการใช้ยาในเด็กและสตรีมีครรภ์หรือระยะให้นมบุตร

- หลีกเลี่ยงการใช้ยาในบริเวณที่มี high หรือ very high permeability เช่น หนังตาหรือ Serotum

- ถ้าใช้เกิน 2 สัปดาห์ให้เปลี่ยนเป็นใช้วันเว้นวัน หรือใช้กลุ่มที่มีฤทธิ์ potentแรง ลดลงเช่น 0.02%TA

- ระวังในการใช้ในผู้ป่วยโรคตับ เบาหวาน ตาต้อหรือโรคความดันโลหิตสูง

กล่าวโดยสรุปง่ายๆ เกี่ยวกับยาสเตียรอยด์ ก็คือ เป็นยาที่มีประโยชน์มากหากใช้อย่างถูกวิธี กล่าวคือถูกกับโรค ใช้ในปริมาณเหมาะสม และไม่ใช้ติดต่อกันยาวนานเกินไป หากไม่ปฏิบัติตามคำแนะนำในการใช้ยาสเตียรอยด์อย่างเคร่งครัด ก็จะทำให้เกิดอันตรายตามมาอย่างมากมายทีเดียว และประเด็นที่น่ากลัวที่สุดก็คือ “การได้รับยาสเตียรอยด์โดยไม่รู้ตัว” อันเป็นที่มาของอาการไม่พึงประสงค์จากการใช้ยาสเตียรอยด์ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการรับประทานยาชุด ยาลูกกลอน ยาสูตรสมุนไพร ยาต้ม ยาหม้อ ยาพระ รวมทั้งยาที่อวดอ้างสรรพคุณในการรักษาได้สารพัดโรคที่ผู้ป่วยไม่ทราบว่ามียาในกลุ่มสเตียรอยด์ผสมอยู่ ดังนั้นเพื่อความ

ปลอดภัยจึงควรหลีกเลี่ยงการใช้ยาเหล่านี้โดยเด็ดขาด หรือหากมีความจำเป็นต้องใช้ให้สังเกตและปฏิบัติตามข้อมูลดังต่อไปนี้เพื่อความปลอดภัยในการใช้ยา

1. ยาแผนโบราณ หรือยาลูกกลอนต้องมีเลขทะเบียนตำรับยา วัน เดือน ปี ที่ผลิตยา ชื่อ

และจังหวัดที่ตั้งผู้ผลิตยา ชัดเจน หรือ ผู้จำหน่ายมีใบอนุญาตขายยาแผนโบราณและมีเภสัชกรแผนโบราณประจำร้านซึ่งทางกระทรวงสาธารณสุขบังคับให้มีการติดป้ายใบอนุญาต และใบประกอบโรคศิลปะให้เห็นชัดเจน สามารถตรวจสอบได้หากเกิดปัญหา

2. ซื้อยาจากร้านที่มีใบอนุญาตขายยา และมีเภสัชกรประจำร้าน
3. ไม่ใช้ยาชุดหรือซื้อยาชุดจากร้านขายของชำ รถเร่ หรือแผงลอย หรือยาจากผู้ไม่มีใบประกอบโรคศิลปะหรือไม่ใช่เภสัชกร

เอกสารอ้างอิง

1. Bertram GK, eds. Basic and clinical pharmacology, 10th ed. New York : McGraw-Hill, 2007.
2. Rang HP, Dale MM, Ritter JM, Moore PK. Pharmacology, 5th ed. Churchill Livingstone, 2003.
3. วารสารองค์การเภสัชกรรม ปีที่ 24 ฉบับที่ 2 เมย.-มิย.41