เดลินิวส์
Daily News
Circulation: 850,000
Ad Rate: 2,200

Section: First Section/เดลินิวส์วาไรตี้
วันที่: อังคาร 17 กุมภาพันธ์ 2558
ปีที่: - **ฉบับที่:** 23868 **หน้า:** 1(บนซ้าย), 4
Col.Inch: 235.47 **Ad Value:** 518,034 **PRValue (x3):** 1,554,102 **คลิป:** สี่สี
หัวข้อข่าว: รู้ทันสารอันตราย'ไซบูทรามีน' อยากผอมอย่าเสี่ยง...โทษร้ายถึงชีวิต!

รู้ทันสารอันตราย 'ไซบูทรามีน'...น.4

รู้ทันสารอันตราย 'ไซบูทรามีน' อยากผอมอย่าเสี่ยง...โทษร้ายถึงชีวิต!

"อาการข้างเคียงที่พบได้บ่อยหลังการรับประทานอาหารเสริมหรือยาลดน้ำหนักที่มีสารไซบูทรามีนเจือปนอยู่ คือ มีอาการปากแห้ง รับรู้รสชาติแปลก ๆ คลื่นไส้ ท้องผูก มีปัญหาการนอนหลับ วิงเวียนศีรษะ ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อและไขข้อ และผลข้างเคียงที่รุนแรงและจำเป็นต้องหยุดยาทันที คือ การเต้นของหัวใจผิดจังหวะ และอาการทางจิตประสาท"

การที่คนเราอยากผอมมีสาเหตุมาจากหลากหลายประการ แต่จะแบ่งเป็น 2 กลุ่มใหญ่ คือ อยากผอมเพราะมีความจำเป็นในหน้าที่การงาน เช่น *นางแบบ แอร์โฮสเตส* ฯลฯ และอีกกลุ่มเป็นผู้หญิง ส่วนมากเป็นวัยรุ่นที่อยากผอมตามแฟชั่น จึงต้องการใช้ตัวช่วย นั่นคือ **ยาลดน้ำหนัก** นั่นเอง แต่หากเรารู้เท่าไม่ถึงการณ์ พลั้งเผลอกิน

iQNewsClip www.iqnewsclip.com
บริษัท อินโฟเควสท์ จำกัด 888/178 อาคารมหาทุนพลาซ่า ชั้น 17 ถนนเพลินจิต แขวงลุมพินี เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
โทร 0-2253-5000, 0-2651-4700 แฟกซ์ 0-2253-5001, 0-2651-4701 อีเมล์: help@iqnewsclip.com

เดลินิวส์
Daily News
Circulation: 850,000
Ad Rate: 2,200

Section: First Section/เดลินิวส์วาไรตี้
วันที่: อังคาร 17 กุมภาพันธ์ 2558
ปีที่: - ฉบับที่: 23868 หน้า: 1(บนซ้าย), 4
Col.Inch: 235.47 Ad Value: 518,034 PRValue (x3): 1,554,102 คลิป: สี่สี
หัวข้อข่าว: รู้ทันสารอันตราย'ไซบูทรามีน' อยากผอมอย่าเสี่ยง...โทษร้ายถึงชีวิต!

ยาลดความอ้วนที่มีสารไซบูทรามีน ซึ่งเป็นสารอันตรายปนเปื้อนเข้าไปล่ะก็...อาจมีโทษร้ายอันตรายถึงชีวิต!!

ก่อนอื่นเรามาทำความรู้จักสารไซบูทรามีนกันก่อน โดย **ดร.นพ.กรานต์ สุขนันทร์ธะ อาจารย์ประจำภาควิชาเภสัชวิทยา คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล** ให้ความรู้ว่า สารไซบูทรามีน (Sibutramine) เป็นชื่อสามัญของสารเคมีอินทรีย์ มีการค้นพบโดยบริษัทยาในห้องทดลองในประเทศอังกฤษในช่วงปี พ.ศ. 2530 ลักษณะของสารไซบูทรามีนที่เริ่มค้นพบเป็นผงแป้งสีขาว คล้ายเกลือหรือน้ำตาล ไม่มีกลิ่น มีคุณสมบัติออกฤทธิ์ต่อระบบประสาทส่วนกลาง

การทำงานของสารไซบูทรามีนออกฤทธิ์กับสารสื่อประสาททั้ง 3 ตัว ได้แก่ ซิโรโทนิน (serotonin), นอร์อีพิเนฟริน (norepinephrine) และโดปามีน (dopamine) คือ ปกติเวลาจะถ่ายทอดกระแสประสาทได้ ตัวเซลล์ประสาทจะต้องมีการหลั่งสารสื่อประสาททั้ง 3 ตัวนี้ พอส่งเสร็จแล้วสารสื่อประสาทพวกนี้ต้องถูกกำจัดออกเพื่อที่จะป้องกันไม่ให้เกิดการถ่ายทอดกระแสประสาทนานเกินไป แต่ ***ถ้าร่างกายได้รับสารไซบูทรามีนเข้าไปมันจะไปลดการทำลายสารสื่อประสาท ฉะนั้นการถ่ายทอดกระแสประสาทจึงอยู่ได้นานขึ้น ส่งผลทำให้มีความรู้สึกไม่หิวหรืออิ่มเร็วขึ้น ถือเป็นคุณสมบัติพิเศษของ***

ดร.นพ.กรานต์ สุขนันทร์ธะ

สารไซบูทรามีน

หลังจากนั้นจึงมีการสังเคราะห์ยาไซบูทรามีนขึ้นมาเพื่อรักษาผู้ที่มีภาวะ **"โรคอ้วน"** แต่การที่เราจะทราบว่าใครอ้วนหรือไม่อ้วนนั้นดูได้จากค่า BMI ของตัวเอง ซึ่งปกติค่ามาตรฐานทั่วโลกจะแบ่งเป็น 4 เกรดด้วยกัน ได้แก่ ***1. BMI น้อยกว่า 18.5 ถือว่าผอมเกินไป 2. BMI อยู่ระหว่าง 18.5-23.9 ถือเป็นช่วงปกติ 3. BMI อยู่ระหว่าง 24-26.9 ถือว่าเป็นช่วงที่เริ่มอ้วน และ 4. BMI ตั้งแต่ 27 ขึ้นไป เรียกว่า เป็นภาวะโรคอ้วน*** แต่เกณฑ์นี้เป็นของสากล ถ้าสังเกตจะพบว่าฝรั่งจะมีรูปร่างค่อนข้างใหญ่ทำให้ถ้าเป็นคนไทยหรือกลุ่มคนเอเชียจะมีอีกเกณฑ์ คือ ถ้าค่า BMI ของฝรั่งตั้งแต่ 27 ขึ้นไปถือว่าเป็นโรคอ้วน สำหรับคนไทยจะใช้ที่ 25

จากคุณสมบัติทางเภสัชวิทยาที่สามารถใช้ในการรักษาโรคอ้วน ยาไซบู

iQNewsClip www.iqnewsclip.com
บริษัท อินโฟเควสท์ จำกัด 888/178 อาคารมหาทุนพลาซ่า ชั้น 17 ถนนเพลินจิต แขวงลุมพินี เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
โทร 0-2253-5000, 0-2651-4700 แฟกซ์ 0-2253-5001, 0-2651-4701 อีเมล์: help@iqnewsclip.com

เดลินิวส์
Daily News
Circulation: 850,000
Ad Rate: 2,200

Section: First Section/เดลินิวส์วาไรตี้
วันที่: อังคาร 17 กุมภาพันธ์ 2558
ปีที่: - ฉบับที่: 23868 หน้า: 1(บนซ้าย), 4
Col.Inch: 235.47 Ad Value: 518,034 PRValue (x3): 1,554,102 คลิป: สี่สี
หัวข้อข่าว: รู้ทันสารอันตราย'ไซบูทรามีน' อยากผอมอย่าเสี่ยง...โทษร้ายถึงชีวิต!

ทรามีนจึงได้รับการรับรองจากองค์การอาหารและยาของสหรัฐอเมริกาเมื่อปี พ.ศ. 2540 โดยการใช้ยานั้นจัดเป็นยาที่ได้รับการควบคุมดูแลเป็นพิเศษและแพทย์ต้องเป็นผู้พิจารณาในการใช้ยาเท่านั้น ในการรักษาโรคอ้วนแพทย์จะใช้สารนี้ควบคู่ไปกับการออกกำลังกาย

และการควบคุมอาหาร ซึ่งพบว่านอกจากจะลดน้ำหนักลงได้ประมาณ 5-10 เปอร์เซ็นต์แล้ว ยังสามารถลดระดับคอเลสเตอรอลในเลือดได้อีกด้วย

ยาไซบูทรามีนถูกผลิตขึ้นมาหลายขนาด ตั้งแต่ 5 มิลลิกรัม, 10 มิลลิกรัม, 15 มิลลิกรัม และ 20 มิลลิกรัม แพทย์จะใช้กับผู้ป่วยเริ่มจาก 10 มิลลิกรัมต่อ 1 วันก่อน และค่อย ๆ เพิ่มหรือลดขนาดยา โดยดูผลจากการให้ยา 10 มิลลิกรัมต่อวันไปแล้วประมาณ 4 สัปดาห์ว่ามีการเปลี่ยนแปลงของความดันโลหิต อัตราการเต้นของหัวใจ และผลการทำงานของตับว่าปลอดภัยหรือไม่ที่จะเพิ่มขนาดยาและใช้อย่างต่อเนื่อง ซึ่งแพทย์สามารถเพิ่มขนาดได้หากตรวจสอบแล้วพบว่าทุกอย่างปกติดี **อย่างไรก็ตาม ขนาดของยานั้นสามารถใช้ได้มากสุดประมาณ 15 มิลลิกรัมต่อวัน อาจพบว่าบริษัทยาบางแห่งผลิตออกมาถึงขนาด 20 มิลลิกรัมด้วย หากใช้โดยที่ไม่อยู่ในความควบคุมของแพทย์ย่อมถือเป็นผลเสียแน่นอน**

ต่อมาในปี 2545 มีการศึกษาผลที่ได้รับหลังจากใช้ยาพบว่าอาจทำให้ถึงกับเสียชีวิตกะทันหันโดยไม่ทราบสาเหตุ มีภาวะไตวายและมีความผิดปกติเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร แต่การศึกษายังไม่ได้ยืนยันร้อยเปอร์เซ็นต์ และใน **ปี พ.ศ. 2546-2548 มีการศึกษาใหญ่ เรียกว่า "สเก๊าท์" โดยการเก็บข้อมูลจากอาสาสมัคร 10,000 คน เพื่อดูว่าผู้ที่ใช้กับผู้ที่ไม่ใช้ยาไซบูทรามีนมีผลเสียหรืออาการข้างเคียงใดเกิดขึ้นบ้าง ซึ่งพบว่าคนที่เป็นโรคอ้วนได้รับยาไซบูทรามีนมีโอกาสเสี่ยงที่จะเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือด เช่น โรคหัวใจขาดเลือด โรคหลอดเลือดตีบตัน และโรคอัมพฤกษ์อัมพาตมากกว่าคนที่ไม่ได้ใช้ยา**

หลังจากที่ได้รายงานไปแล้ว ในวันที่ 21 มกราคม พ.ศ. 2553 ทางประเทศในยุโรปประกาศยกเลิกไม่ให้ใช้ยานี้ในคนทั่วไป และนำยาไซบูทรามีนออกจากชั้นวางขายและงดจำหน่ายทันที ยาตัวนี้จึงหาซื้อไม่ได้ตามร้านทั่วไปนอกจากในตลาดมืดที่มีการลักลอบผลิต เนื่องจากว่ายังมีคนอยากหุ่นดี ไม่ว่ายาจะเสี่ยงแค่ไหนก็ยินดีที่จะเสี่ยงเพื่อการมีรูปร่างที่ดี ฉะนั้นปัจจุบันผู้ผลิตผลิตภัณฑ์ลดน้ำหนักจึงยังแอบเจือปนสารนี้เข้าไปในผลิตภัณฑ์ยาลดความอ้วนและอาหารเสริมลดน้ำหนักอยู่

คำถามที่ตามมาคือจะทราบได้อย่างไรว่า ยาลดน้ำหนักหรืออาหารเสริมที่เรารับประทานอยู่มี

iQNewsClip www.iqnewsclip.com
บริษัท อินโฟเควสท์ จำกัด 888/178 อาคารมหาทุนพลาซ่า ชั้น 17 ถนนเพลินจิต แขวงลุมพินี เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
โทร 0-2253-5000, 0-2651-4700 แฟกซ์ 0-2253-5001, 0-2651-4701 อีเมล์: help@iqnewsclip.com

เดลินิวส์
Daily News
Circulation: 850,000
Ad Rate: 2,200

Section: First Section/เดลินิวส์วาไรตี้
วันที่: อังคาร 17 กุมภาพันธ์ 2558
ปีที่: - **ฉบับที่:** 23868 **หน้า:** 1(บนซ้าย), 4
Col.Inch: 235.47 **Ad Value:** 518,034 **PRValue (x3):** 1,554,102 **คลิป:** สี่สี
หัวข้อข่าว: รู้ทันสารอันตราย'ไซบูทรามีน' อยากผอมอย่าเสี่ยง...โทษร้ายถึงชีวิต!

สารไซบูทรามีนเจือปนหรือไม่ แน่นอนว่าหากมองด้วย

ตาเปล่าไม่มีทางทราบแน่นอน จนกว่าจะรับประทานเข้าไปแล้วมีอาการข้างเคียงที่พบได้บ่อย คือ อาการปากแห้ง รับรู้รสชาติแปลก ๆ คลื่นไส้ ท้องผูก มีปัญหาการนอนหลับ วิงเวียนศีรษะ ปวดศีรษะ ปวดประจำเดือน ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อและไขข้อ และผลข้างเคียงที่รุนแรงและจำเป็นต้องหยุดยาทันที (ไม่พบมาก) คือ การเต้นของหัวใจผิดจังหวะ อาการทางจิตประสาท เช่น ซึมเศร้า กระสับกระส่าย สับสน อาการชัก การมองเห็นผิดปกติ ร่างกายบวมน้ำ และหอบเหนื่อย

ที่สำคัญผู้ที่รับประทานยาไซบูทรามีนควรระมัดระวังการรับประทานยาอื่น ๆ ร่วมด้วย เพราะยาไซบูทรามีนจะมีผลทำให้เพิ่มซีโรโทนินในร่างกาย หากรับประทานยาในกลุ่มที่เพิ่มซีโรโทนินเข้าไปอีกอาจเกิดอันตรายหรือส่งผลให้เกิดภาวะที่เรียกว่า serotonin syndrome จะมีอาการใจสั่น ความดันโลหิตสูง และอุณหภูมิร่างกายสูงขึ้น กล้ามเนื้อกระตุก และสภาพจิตใจเปลี่ยนแปลง เช่น ซึมเศร้า กังวล หวาดระแวง

และเนื่องจากยาไซบูทรามีนเมื่อเรากินเข้าไปร่างกายเราจะต้องกำจัดและขับออก ในการกำจัดยาจะถูกกำจัดที่ตับเป็นส่วนมาก โดยเอนไซม์ที่เรียกว่า Cytochrome P450 ชนิด 3A4 หรือ CYP3A4 การรับประทานร่วมกับยาบางชนิดจะส่งผลไปยับยั้งเอนไซม์นี้ ทำให้ระดับยาไซบูทรามีนในกระแสเลือดสูงขึ้นจะได้รับอันตรายจากผลข้างเคียงของยา

อย่างไรก็ตามปัจจุบันโรคอ้วนเป็นโรคที่พบได้บ่อย เพราะวิถีชีวิตของคนเราเปลี่ยนแปลงไป เช่น การทำงานจากเดิมที่เคยใช้แรงงานก็เริ่มลดน้อยลงกลายมาทำงานหน้าจอคอมพิวเตอร์มากกว่า และเวลาว่างก็นั่งเล่นคอมพิวเตอร์ แท็บเล็ต และสมาร์ทโฟนต่าง ๆ ทำให้กิจกรรมในแต่ละวันลดลง ส่งผลให้การเผาผลาญพลังงานส่วนที่เรารับประทานเข้าไปน้อยลง นอกจากนี้ยังมีการรับประทานอาหารที่มีไขมันมาก น้ำหนักจึงขึ้นง่ายมากกว่าการลดน้ำหนัก

สุดท้ายการลดน้ำหนักที่ปลอดภัยที่สุด คือ การออกกำลังกาย แต่ถ้าเราเปรียบเทียบอาหารที่รับประทานเข้าไป เช่น นมจืด 1 กล่อง มีพลังงานประมาณ 160-220 แคลอรี ซึ่งการที่เราเดินขึ้นบันได 5 ชั้น ใช้พลังงานไม่ถึง 100 แคลอรี ฉะนั้นการออกกำลังกายสม่ำเสมอถึงแม้จะช่วยเผาผลาญพลังงานและสร้างเสริมสุขภาพได้แต่ก็เป็นการแก้ไขที่ปลายเหตุและช่วยลดน้ำหนักได้ไม่มากนัก **ดังนั้นการลดน้ำหนักให้ได้ผลดีคือควบคุมอาหารจะดีกว่า เช่น รับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่แต่ลดปริมาณลง เพราะการป้องกันย่อมดีกว่าแก้ไขแน่นอน.**

❐ ชญานิษฐ คงเดชศักดา ❐

iQNewsClip www.iqnewsclip.com
บริษัท อินโฟเควสท์ จำกัด 888/178 อาคารมหาทุนพลาซ่า ชั้น 17 ถนนเพลินจิต แขวงลุมพินี เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
โทร 0-2253-5000, 0-2651-4700 แฟกซ์ 0-2253-5001, 0-2651-4701 อีเมล์: help@iqnewsclip.com