



# Pharmacy PRN Newsletter

ปีที่ 2 ฉบับที่ 6 มิถุนายน 2556

ข่าวสาร เนื้อหา สาระพัน

## ★ รู้ไหม...ยาตัวไหนต้องรับประทานก่อนอาหาร ★

โดยมากแล้วยาที่รับประทานมักจะให้รับประทานหลังอาหาร เพื่อ  
ความสะดวกและกันลึ้ม แต่นอกเหนือจากเหตุผลดังกล่าวแล้ว ยาหลายชนิด  
จำเป็นต้องรับประทานก่อนอาหารหรือตอนท้องว่าง



“ยาก่อนอาหาร” หมายถึง ให้รับประทานยานี้ก่อนอาหารครึ่งชั่วโมงถึงหนึ่งชั่วโมง  
(อย่างน้อยที่สุดคือครึ่งชั่วโมง) การให้ยาก่อนอาหารมีเหตุผลต่างๆ กันดังนี้

๑๐๑ ต้องการให้ยาถูกดูดซึมเข้าสู่กระแสเลือดได้อย่างสมบูรณ์ เช่น ยาปฏิชีวนะบางชนิดจะถูกทำลาย  
ได้ง่ายโดยน้ำย่อยอาหารที่หลั่งออกมาเมื่อเริ่มรับประทานอาหาร จึงต้องรับประทานขณะท้องว่าง



จริงๆ ถ้าลึ้มรับประทานยาในช่วงดังกล่าว ให้รับประทานหลังอาหารมือนั้นไป  
แล้วอย่างน้อย 1 - 2 ชั่วโมง หากกินยาเมื่อมีอาหารอยู่ในกระเพาะอาหาร จะทำ  
ให้ปริมาณการดูดซึมของยาลดลง อาจทำให้ยาออกฤทธิ์ได้ไม่ดีเท่าที่ควรหรือไม่  
ได้ผลเลย เช่น Penicillin V, Cloxacillin, Dicloxacillin, Roxithromycin เป็นต้น

๑๐๒ เพื่อให้ยาแตกตัวและออกฤทธิ์พอดี เช่น ยาลดระดับน้ำตาลในเลือดกลุ่ม Sulfonylureas ได้แก่  
Glipizide, Glibenclamide เป็นต้น เมื่อรับประทานยากลุ่มนี้แล้ว ยาจะผ่านการแตกตัว ดูดซึม และ  
ออกฤทธิ์กระตุ้นการหลั่ง insulin ออกมาในกระแสเลือด อาหารจำพวกคาร์โบไฮเดรตที่เรา  
รับประทานเข้าไปจะถูกย่อย



ให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงขึ้น  
หน้าที่นำน้ำตาลไปเลี้ยงเซลล์

เป็นน้ำตาลและถูกดูดซึมเข้าสู่กระแสเลือด ทำ  
insulin ที่ถูกยากระตุ้นให้หลั่งออกมาก็จะทำ  
ทำให้น้ำตาลในเลือดลดลงได้พอดี

๑๐๓ ยาแก้คลื่นไส้ อาเจียน เช่น Metoclopramide, Domperidone ควรให้รับประทานก่อนอาหารเป็น  
เวลาประมาณ 30 นาที เพราะต้องการให้ออกฤทธิ์ป้องกันการเกิดอาการคลื่นไส้ อาเจียน เมื่อ  
รับประทานอาหารเข้าไป

๑๐๔ ยายับยั้งการหลั่งกรดในกระเพาะอาหารกลุ่ม Proton-pump  
อาหารมีผลทำให้การดูดซึมช้าลง จึงควรรับประทานก่อนอาหาร  
1 ชั่วโมง หรือตอนท้องว่างเพื่อให้ยาถูกดูดซึมได้เร็วขึ้นและออก



inhibitors  
อย่างน้อย  
ฤทธิ์

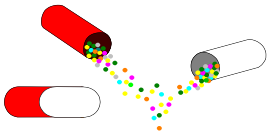
ทันเวลาที่กรดหลั่งขณะรับประทานอาหาร เช่น Omeprazole ส่วนยากลุ่ม H<sub>2</sub>-receptor antagonists  
เช่น Ranitidine อาหารไม่มีผลต่อการดูดซึม จึงสามารถรับประทานก่อนหรือหลังอาหารก็ได้

☞ ยาระบาย Bisacodyl ยาถูกผลิตแบบ enteric coating เพื่อป้องกันการระคายเคืองกระเพาะอาหาร โดยปกติแล้วยานี้จะรับประทานตอนก่อนนอนเพื่อให้ออกฤทธิ์ตอนเช้า แต่ยานี้ห้ามรับประทานพร้อมนม หรือภายใน 1 ชั่วโมงหลังดื่มนม เพราะนม ทำให้ enteric coating แตกตัวและเกิดการระคายเคืองกระเพาะ



☞ ยาลดไขมันในเลือด Gemfibrozil ควรรับประทานก่อนอาหาร เพราะยาจะถูกดูดซึมเข้าสู่กระแสเลือดและพร้อมที่จะออกฤทธิ์ลดระดับ triglyceride ในเลือดเมื่อเรา รับประทานอาหารจำพวกไขมันเข้าไป

☞ ยารักษาโรคขาดฮอร์โมนไทรอยด์ (hypothyroidism) ได้แก่ Thyroxine ควรรับประทาน ก่อนอาหารเช้า เพราะอาหารมีผลรบกวนการดูดซึมยา และเพื่อให้ สอดคล้องกับช่วงเวลาการทำงานของฮอร์โมนนี้ในร่างกาย



☞ ยาลดกรด Alumina-Magnesia (*Alum milk*<sup>®</sup>, *Belcid*<sup>®</sup>) ถึงแม้ว่าจะไม่ใช่ยาที่ต้องรับประทานก่อน อาหารก็ตาม แต่ก็ควรรับประทานหลังอาหารไปแล้ว 1 ชั่วโมง เพราะว่าระดับกรดในกระเพาะ อาหารจะมีปริมาณสูงสุดภายใน 1 ชั่วโมงหลังมื้ออาหาร เมื่อรับประทานยาหลังอาหาร 1 ชั่วโมง ยา จึงไปออกฤทธิ์ลดกรดได้พอดี และอีกเหตุผลหนึ่งก็คือ เพื่อไม่ให้ยาลดกรดขัดขวางการดูดซึมของยา อื่นๆ ที่รับประทานหลังอาหาร

