



ข่าวสาร ด้านยาและผลิตภัณฑ์สุขภาพ



ปีที่ ๗ ฉบับที่ ๒๑๙ ประจำเดือน กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๑

ลดความอ้วนด้วยยาดักจับไขมัน ได้ผลจริงหรือ



ยาดักจับไขมัน

- * ช่วยจับไขมันได้ ๓๐% ของปริมาณไขมันที่ทานเข้าไป
- * เป็นยาที่ทำให้ไขมันไม่ถูกย่อย ร่างกายจึงดูดซึมไขมันไปใช้งานไม่ได้

ผลข้างเคียง

- * อุจจาระค่อนข้างเหลว และมัน ทำให้เล็ดออกมาได้ง่ายกว่าปกติ เพียงแค่อุหรือจาม
- * กลิ่นอุจจาระแรงกว่าปกติ
- * เกิดอาการท้องอืด ปวดมวน ไม่สบายท้อง ผายลมบ่อย ท้องเสีย ควบคุมการถ่ายลำบาก
- * ทำให้วิตามินที่ละลายในไขมัน ได้แก่ A D E และ K ถูกดูดซึมลดลง ส่งผลให้ระดับวิตามินในเลือดต่ำกว่าปกติ ซึ่งไม่มีผลต่อคนที่มีร่างกายปกติ หรือแข็งแรงดี

ประสิทธิภาพ

ยาดักจับไขมัน ใช้ลดความอ้วนไม่ได้ผล เช่น การทานอาหารที่มีพลังงาน ๑,๐๐๐ แคลอรี เป็นพลังงานจากไขมัน ๓๐๐ แคลอรี ยาช่วยจับไขมันได้ ๙๐ แคลอรี ซึ่งอาจไม่ได้ช่วยในการลดน้ำหนัก แลก็มีผลข้างเคียงมากมาย

คำแนะนำในการลดความอ้วน

รับประทานอาหารให้ครบ ๕ หมู่ เน้นผัก และผลไม้ ร่วมกับการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ



เอกสารอ้างอิง

๑. สื่อสารองค์กร คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี. ยาดักจับไขมัน อันตรายหรือไม่. แหล่งที่มา
 ๒. <https://med.mahidol.ac.th/ramachannel/home/article/ยาดักจับไขมัน-อันตรายหรือไม่> ค้นเมื่อ ๒ กรกฎาคม ๒๕๖๑
- ผู้ตั้งบทความ : ภญ.อรุณี พานะกิจ E-mail : vck_rx@hotmail.com

