



ข่าวสาร ด้านยาและผลิตภัณฑ์สุขภาพ



ปีที่ ๑๐ ฉบับที่ ๒๖๓ ประจำเดือน กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๓

ยาที่ไม่ควรกินพร้อมนม

“ไม่ควรกินยาพร้อมนม” เป็นคำแนะนำที่พบในฉลากยาหลายชนิด เนื่องจาก นมที่ได้จากสัตว์และพืช เช่น นมวัว, นมแพะ, นมถั่วเหลือง, นมข้าวโพด ทั้งในรูปแบบ นมผง, ยูเอชที (UHT), สเตอริไลซ์, พาสเจอร์ไรส์ รวมทั้งนมแม่ และผลิตภัณฑ์จากนม เช่น เนย, ชีส, โยเกิร์ต เนื่องจากมีแคลเซียมเป็นส่วนประกอบที่รบกวนการดูดซึมของยา ส่งผลให้ฤทธิ์ของยาลดลง



รายการยาที่ไม่ควรกินพร้อมนม

- ยาฆ่าเชื้อกลุ่ม *Fluoroquinolones* ได้แก่ Norfloxacin, Ofloxacin, Ciprofloxacin เป็นต้น
- ยาฆ่าเชื้อกลุ่ม *Tetracyclines* ได้แก่ Tetracycline, Doxycycline
- ยาฆ่าเชื้อ *Cefdinir*
- ยารักษาโรคกระดูกพรุนกลุ่ม *Bisphosphonates* ได้แก่ Alendronic acid, Risedronic acid เป็นต้น
- ยาบำรุงเลือด *Ferrous salt* ได้แก่ Ferrous sulfate, Ferrous fumarate เป็นต้น

คำแนะนำการกินยาเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด

- ควรกินยากับน้ำเปล่า
- หลีกเลี่ยงการกินยาพร้อมนม ผลิตภัณฑ์จากนม หรือผลิตภัณฑ์ที่มีนมเป็นส่วนประกอบ หากต้องกินร่วมกัน ควรเว้นระยะเวลา 2 ชั่วโมงก่อนหรือหลังกินยา
- ยาบางชนิดมีข้อแนะนำในการใช้ยาเพิ่มเติม ควรอ่านฉลากยาให้เข้าใจ
- หากมีข้อสงสัย ควรปรึกษาแพทย์ หรือเภสัชกรก่อนใช้ยา

เอกสารอ้างอิง

จีรัตน์ เหลืองมั่นคง. กินยาพร้อมนม ได้ผลหรือไม่. แหล่งที่มา <https://www.pharmacy.mahidol.ac.th/th/knowledge/article/460/กินยาพร้อมนม/> ค้นเมื่อ 11 กุมภาพันธ์ 2563.

ยากับ...นม. แหล่งที่มา <http://www.bangkokhealth.com/health/article/ยากับนม-1843>. ค้นเมื่อ 11 กุมภาพันธ์ 2563.

ทำไมถึงไม่ควรกินยาพร้อมนม. แหล่งที่มา <https://oryor.com/oryor2015/print-detail.php?cat=56&id=1480> ค้นเมื่อ 11 กุมภาพันธ์ 2563.

ผู้ตั้งบทความ ญญ.อรุณี พานะกิจ Email : vck_rx@hotmail.com

ดาวน์โหลดข่าวสารนี้
ที่ QR CODE ด้านล่างค่ะ



กองเภสัชกรรม สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร ๓๒๐ ม.๖ ซ.เคหะชุมชนท่าทราย แขวงทุ่งสองห้อง เขตหลักสี่ กรุงเทพฯ ๑๐๒๑๐
โทร. ๐ ๒๕๕๐ ๘๗๘๒ โทรสาร ๐ ๒๕๕๐ ๖๘๔๒

