



## ผลิตภัณฑ์สมุนไพร ใช้อย่างไรให้ปลอดภัย

พรชนก เจนศิริศักดิ์

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพัทลุง

ตามพระราชบัญญัติผลิตภัณฑ์สมุนไพร พ.ศ. 2562 “สมุนไพร” หมายความว่า ผลิตภัณฑ์ธรรมชาติที่ได้จากพืช สัตว์ จุลชีพ หรือแร่ ที่ใช้ ผสม ประจุ หรือแปรสภาพ เป็นผลิตภัณฑ์สมุนไพร<sup>1</sup>

ผลิตภัณฑ์สมุนไพร” หมายความว่า (1) ยาจากสมุนไพร และให้หมายความรวมถึงยาแผนไทย ยาพัฒนาจากสมุนไพร ยาแผนโบราณที่ใช้กับมนุษย์ตามกฎหมายว่าด้วยยา หรือยาตามองค์ความรู้การแพทย์ทางเลือก ตามที่รัฐมนตรีโดยคำแนะนำของคณะกรรมการประกาศกำหนด เพื่อการบำบัด รักษา และบรรเทาความเจ็บป่วยของมนุษย์ หรือการป้องกันโรค (2) ผลิตภัณฑ์จากสมุนไพรหรือผลิตภัณฑ์ที่มีส่วนประกอบสำคัญที่เป็นหรือแปรสภาพ จากสมุนไพร ซึ่งพร้อมที่จะนำไปใช้แก่มนุษย์เพื่อให้เกิดผลต่อสุขภาพหรือการทำงานของร่างกายให้ดีขึ้น เสริมสร้างโครงสร้างหรือการทำงานของร่างกาย หรือลดปัจจัยเสี่ยงของการเกิดโรค<sup>1</sup>

ปัจจุบันมีการส่งเสริมการใช้ผลิตภัณฑ์สมุนไพรเพิ่มมากขึ้น ตามแผนปฏิบัติการด้านสมุนไพรแห่งชาติฉบับที่ 2 พ.ศ. 2566 – 2570 เพื่อส่งเสริมให้ประเทศไทยเป็นประเทศที่มีการผลิตยาสมุนไพรสำหรับการดูแลสุขภาพ การส่งออกวัตถุดิบสมุนไพรที่มีคุณภาพ สร้างผลิตภัณฑ์สมุนไพรชั้นนำในอาเซียน และเพิ่มมูลค่าวัตถุดิบสมุนไพรไทย ประกอบกับกระทรวงสาธารณสุขมีนโยบายส่งเสริมการใช้ยาสมุนไพรในการดูแลสุขภาพประชาชน ลดการนำเข้ายาจากต่างประเทศ ใช้วัตถุดิบที่มีในประเทศมาใช้ผลิตยารักษาโรค เกิดการพึ่งพาตนเองในระบบสุขภาพ ช่วยสนับสนุนเกษตรกรในการผลิตวัตถุดิบเพื่อนำมาใช้ทำยาสมุนไพร รวมทั้งต้องการให้ยาสมุนไพรและผลิตภัณฑ์จากสมุนไพร ช่วยขับเคลื่อนเศรษฐกิจและการท่องเที่ยว อีกทั้งในช่วงสถานการณ์โควิด – 19 การใช้ผลิตภัณฑ์สมุนไพรมีความจำเป็นและมีประสิทธิภาพในการบรรเทา รักษาได้เป็นอย่างดี จึงทำให้ประชาชนสนใจ และศึกษาการใช้ผลิตภัณฑ์สมุนไพรเพิ่มมากขึ้น การได้รับข้อมูลที่ไม่ครบถ้วนถูกต้อง อาจทำให้มองข้ามเรื่องความปลอดภัยในการเลือกใช้ให้ถูกวิธี ถูกขนาด เช่น กระจายข่าวโซเชียลของการป้องกันโรคไวรัสโควิด-19 ด้วยการรับประทานฟ้าทะลายโจร โดยข้อเท็จจริงนั้น ฟ้าทะลายโจรเป็นสมุนไพรที่ได้รับการศึกษาว่ามีฤทธิ์ในการรักษาไข้หวัดธรรมดา (Common cold) อาการไอ เจ็บคอในโรคติดเชื้อเฉียบพลันของระบบทางเดินหายใจ ไม่แนะนำให้รับประทานเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันหรือรับประทานติดต่อกันเกิน 7 วัน ไม่ควรซื้อหาสมุนไพร หรือผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่มีส่วนผสมของสมุนไพรมารับประทานเองจากสื่อออนไลน์ อาจเสี่ยงต่อการได้รับสารปนเปื้อน ไม่มีมาตรฐานในการผลิต ทำให้เสียโอกาสในการรักษาอย่างเหมาะสม และอาจก่อให้เกิดอันตรายต่อชีวิตได้ ฉะนั้น การใช้ยาสมุนไพรเพื่อให้มีประสิทธิภาพในการรักษา และมีความปลอดภัย ควรใช้ให้ถูกโรค ถูกขนาด ถูกวิธี และได้รับคำแนะนำจากบุคลากรทางการแพทย์ โดยคำนึงถึงภาวะโรคเดิม ยาแผนปัจจุบันหรือผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่ใช้ร่วมกัน เนื่องจากยาสมุนไพรมีข้อห้ามใช้ และข้อควรระวังในผู้ป่วยบางโรคและการเกิดอันตรกิริยากับยาแผนปัจจุบัน รายละเอียดดังตารางที่ 1<sup>2-4</sup>



ตารางที่ 1 ข้อควรระวังในการใช้ผลิตภัณฑ์สมุนไพร

ผลิตภัณฑ์สมุนไพร	สรรพคุณ/ข้อบ่งใช้	ข้อห้ามใช้	ข้อควรระวัง
1. ยาฟ้าทะลายโจร	ลดอาการไข้ ไอ เจ็บคอ จากการติดเชื้อไวรัส (Viral infection)	1. หญิงตั้งครรภ์ 2. หญิงให้นมบุตร 3. ผู้ที่แพ้ฟ้าทะลายโจร	1. เกิดอันตรกิริยากับยากันเลือด เป็นลิ่ม เช่น Warfarin, NOACs ยาต้านการจับตัวของเกล็ดเลือด และยาลดความดันโลหิต 2. ระวังอาการไม่พึงประสงค์ รุนแรง การแพ้ยา เช่น เกิดลมพิษ ใจสั่น แน่นหน้าอก
2. ยาปราบชมพูทวีป	บรรเทาอาการหวัด ภูมิแพ้ากาศ (Anti- histamine)	1. หญิงตั้งครรภ์ 2. เด็ก 3. ผู้ป่วยไต 4. ผู้ที่มีไข้	1. ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง 2. โรคหัวใจ 3. โรคกระเพาะอาหาร
3. ยาแก้ไอมะขามป้อม	บรรเทาอาการไอ ขับเสมหะ	ผู้ป่วยเบาหวานที่คุมน้ำตาล ไม่ได้	ผู้ป่วยโรคไต เนื่องจากมะขามป้อม มีโพแทสเซียมสูง
4. ยาขมิ้นชัน	บรรเทาอาการแน่น จุก เสียด ท้องอืด ท้องเฟ้อ	1. หญิงตั้งครรภ์ 2. หญิงให้นมบุตร 3. ผู้ป่วยท่อน้ำดีอุดตัน นิ่วในถุงน้ำดี	1. เกิดอันตรกิริยากับยากันเลือด เป็นลิ่ม เช่น Warfarin, NOACs ยาต้านการจับตัวของเกล็ดเลือด 2. ควรหลีกเลี่ยงการรับประทาน ประจำติดต่อกันทุกวันนาน เกิน 3 เดือน เพราะเพิ่มความ เสี่ยงเป็นนิ่ว
5. ยาธาตุน้ำขาว	ขับลม บรรเทาอาการ ท้องอืด ท้องเฟ้อ	1. ผู้ป่วยโรคตับ 2. ผู้ป่วยไตระยะรุนแรง (Stage 4 – 5)	1. ระวังการใช้ยาอย่าง ต่อเนื่อง เนื่องจากอาจเกิด การสะสมของการบูรและเกิด พิษต่อตับและไตได้ 2. เกิดอันตรกิริยากับ สารกันเลือด เป็นลิ่ม, ยาต้านการจับตัวของ เกล็ดเลือด, Digoxin, Diuretics (Loop diuretics และ Thiazide diuretics) อาจทำให้เกิดอาการ ไฮโปคาลิเมีย



ตารางที่ 1 ข้อควรระวังในการใช้ผลิตภัณฑ์สมุนไพร (ต่อ)

ผลิตภัณฑ์สมุนไพร	สรรพคุณ/ข้อบ่งใช้	ข้อห้ามใช้	ข้อควรระวัง
6. ยามะขามแขก	บรรเทาอาการท้องผูก	1. หญิงตั้งครรภ์ 2. หญิงให้นมบุตร 3. ผู้ป่วยมีภาวะทางเดินอาหารอุดตัน	เกิดอันตรกิริยากับ สารกันเลือดเป็นลิ่ม, ยาต้านการจับตัวของเกล็ดเลือด, Digoxin, Diuretics (Loop diuretics และ Thiazide diuretics) อาจทำให้เกิดอาการไฮโปคาลิเมีย
7. ยาผสมเพชรสังฆาต	ริดสีดวงทวารหนัก	1. หญิงตั้งครรภ์ 2. หญิงให้นมบุตร 3. ผู้ป่วยไต	-
8. ยาชิง	1. ขับลม บรรเทาอาการท้องอืด ท้องเฟ้อ 2. ป้องกันบรรเทา อาการคลื่นไส้ อาเจียน	1. ผู้ป่วยโรคหัวใจในถุงน้ำดี 2. เด็กอายุต่ำกว่า 6 ปี	เกิดอันตรกิริยากับสารกันเลือดเป็นลิ่ม ยาต้านการจับตัวของเกล็ดเลือด เนื่องจากมีรายงานว่าการให้ร่วมกันของชิง และ Nifedipine ยับยั้งการเกาะกลุ่มของเกล็ดเลือด
9. ยามะระขึ้นก	อาการเบื่ออาหาร	1. เด็ก 2. หญิงให้นมบุตร	1. ไม่แนะนำให้ใช้ในผู้ที่สงสัยว่าเป็นไข้เลือดออก เนื่องจากอาจบดบังอาการของไข้เลือดออก 2. เกิดอันตรกิริยากับยาลดน้ำตาลในเลือดชนิดรับประทาน (Oral Hypoglycemic Agents) อื่น ๆ หรือร่วมกับการฉีดอินซูลิน เพราะอาจทำให้เกิดการเสริมฤทธิ์กันได้ 3. ควรระวังการใช้ในผู้ป่วยโรคตับ
10. ยาเถาวัลย์เปรียง	บรรเทาอาการปวดกล้ามเนื้อ และปวดข้อ	1. หญิงตั้งครรภ์ 2. ผู้ป่วยที่เป็นแผลในกระเพาะอาหาร	-
11. ยาหอมเทพจิตร	ช่วยให้นอนหลับ	-	1. เกิดอันตรกิริยากับยาในกลุ่มสารกันเลือดเป็นลิ่ม และยาต้านการจับตัวของเกล็ดเลือด 2. ระวังการใช้ในผู้ป่วยตับและผู้ป่วยไต เนื่องจากอาจเกิดการสะสมของการบูรเกิดพิษได้ 3. ควรระวังการใช้ยาในผู้ป่วยที่แพ้ละอองเกสรดอกไม้



ตารางที่ 1 ข้อควรระวังในการใช้ผลิตภัณฑ์สมุนไพร (ต่อ)

ผลิตภัณฑ์สมุนไพร	สรรพคุณ/ข้อบ่งใช้	ข้อห้ามใช้	ข้อควรระวัง
12. ยาแก้ลมแก้เส้น	คลายกล้ามเนื้อ	1. หญิงตั้งครรภ์ 2. หญิงให้นมบุตร 3. ผู้ที่มีอายุต่ำกว่า 16 ปี (เนื่องจากมีส่วนผสมของกัญชา)	1. ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง 2. ผู้ป่วยโรคหัวใจ 3. ผู้ป่วยโรคแผลเปื่อยเพปติก โรคกรดไหลย้อน, ผู้ที่มีใช้ 4. เกิดอันตรกิริยากับยา Phenytoin, Propranolol, Theophylline และ Rifampicin รวมถึงยาในกลุ่มสารกันเลือดเป็นลิ่ม และยาต้านการจับตัวของเกล็ดเลือด
13. รางจืด	ขับสารพิษ	ผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง	เกษตรกรที่ใช้สำหรับขับยาฆ่าแมลง แนะนำให้ใช้เฉพาะช่วงที่สัมผัสย ฆ่าแมลงเท่านั้น

การใช้ผลิตภัณฑ์สมุนไพรให้ถูกต้อง และปลอดภัยจะเกิดประโยชน์ในการบรรเทา รักษา และปรับสมดุลของร่างกายได้เป็นอย่างดี หากมีข้อสงสัยในการใช้ ควรปรึกษาแพทย์ เภสัชกร และแพทย์

แผนไทย รวมทั้งเลือกรับบริการในสถานพยาบาลที่มีบุคลากรทางการแพทย์ดูแล ให้คำแนะนำ เพื่อได้รับผลิตภัณฑ์สมุนไพรที่ผ่านมาตรฐานในการผลิต มั่นใจในการใช้ผลิตภัณฑ์สมุนไพรอย่างเหมาะสม



## เอกสารอ้างอิง

1. พระราชบัญญัติผลิตภัณฑ์สมุนไพร พ.ศ. 2562. ราชกิจจานุเบกษา เล่ม 136 ตอนที่ 56 ก (ลงวันที่ 30 เมษายน พ.ศ.2562).
2. คณะกรรมการแห่งชาติด้านยา. บัญชียาหลักแห่งชาติด้านสมุนไพร พ.ศ. 2566 ตามประกาศคณะกรรมการพัฒนาระบบยาแห่งชาติ. ประกาศในราชกิจจานุเบกษา เล่มที่ 140 ตอน 130 (ลงวันที่ 2 มิถุนายน 2566).
3. ยาสมุนไพร ในบัญชียาหลักแห่งชาติ ที่สามารถใช้ทดแทนยาแผนปัจจุบัน ฉบับแก้ไข กรกฎาคม 2567 [อินเทอร์เน็ต]. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก; 2567 [เข้าถึงเมื่อ 2 ก.พ. 2568]. เข้าถึงได้จาก: <https://www.dtam.moph.go.th/ebook/14749/>
4. ยาสมุนไพร ปลอดภัย เมื่อใช้ถูกหลัก. ความรู้แผนไทย มหาวิทยาลัยมหิดล คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ศูนย์การแพทย์กาญจนาภิเษก [อินเทอร์เน็ต]. 15 เม.ย. 2563 [เข้าถึงเมื่อ 9 ก.พ. 2568]. เข้าถึงได้จาก: <https://www.gj.mahidol.ac.th/main/ttm/herb-right/>