



Clubhouse EP.25

ห้อง "นมแม่"
มูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย



Speaker

ศ. นพ.สุรเดช หงส์อิง
คณะแพทยศาสตร์ รพ.รามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล
พญ.ศิริพัฒนา ศิริธนารัตนกุล
กุมารแพทย์ รพ. เซนต์หลุยส์
ดร. ภาณุ.ผกากรอง ชวิญข้าว
รพ. เจ้าพระยาอภัยภูเบศร
นพ.กุลธนิศ วนรัตน์
ผู้อำนวยการวิจัยการแพทย์แผนไทย สส.

Moderator

พญ.ศิราภรณ์ สวัสดิ์วิธ
พญ.นลินี จงวิริยะพันธ์
อ.สง่า คามาพงษ์
คุณศศิธร วัฒนกุล (ลจระ)

**"ยา/สมุนไพรอะไร ใช้กับ Covid-19
แต่ห้ามใช้ในหญิงตั้งครรภ์ & ให้นมบุตร"**



พบกันในวันพฤหัสบดีที่ 29 ก.ค. 2564
เวลา 20.00-21.30 น.
<https://thaibf.com>



Clubhouse EP25 : ห้องนมแม่ ตอน “ยา/สมุนไพรอะไร ใช้กับ Covid-19 แต่ห้ามใช้ในหญิงตั้งครรภ์ & ให้นมบุตร

วิทยากร : ศ. นพ.สุรเดช หงส์อิง คณะแพทยศาสตร์ รพ.รามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล
พญ.ศิริพัฒนา ศิริธนารัตนกุล กุมารแพทย์ รพ.เซนต์หลุยส์
ดร.ภญ.ผกากรอง ขวัญข้าว รพ.เจ้าพระยาอภัยภูเบศร์
นพ.กุลธนิต วนรัตน์ ผู้อำนวยการวิจัยการแพทย์แผนไทย กระทรวงสาธารณสุข
บันทึกสู่ Web : พญ.ศิราภรณ์ สวัสดิ์วิโร/เหมวดี พลรัฐ
วันพฤหัสบดี ที่ 29 กรกฎาคม 2564 เวลา 20.00 -21.30 น.

1. จาก EP ที่แล้ว “นมแม่ทางรอด เพื่อลูกรัก ในวิกฤติ COVID 19” มีข้อสรุปว่า ในระยะระบาดหนักของไวรัสโควิด ทารกและเด็กเล็กยังไม่สามารถได้รับวัคซีน “นมแม่” ซึ่งเป็นหนทางธรรมชาติในการถ่ายทอดภูมิคุ้มกันจากแม่สู่ลูก ถ้าแม่ได้วัคซีนหรือติดเชื้อโควิด ลูกกินนมแม่ได้ ได้ภูมิคุ้มกันด้วย นับเป็นเรื่องทำทายมาก ในช่วงที่ระบบสาธารณสุขมีขีดจำกัด สำคัญทั้งการรอตรวจ confirm ผลตรวจ และการรอเตียง ไม่ว่าจะในโรงพยาบาลหรือนอกโรงพยาบาล จึงเป็นประเด็น ในการคุยครั้งนี้

➤ มียา / สมุนไพร ไต่บ้าง ที่พ่อแม่ ลูก ติดเชื้อโควิด สามารถเริ่มกินได้ ระหว่าง “รอ”

2. ฟ้ำทะเลลายโจร เป็นทั้งสมุนไพรและยา ในงานวิจัยพบว่าสามารถยับยั้งการเพิ่มจำนวนของเชื้อไวรัสโควิดได้ แต่ไม่สามารถป้องกันการติดเชื้อ ต้องใช้เร็วตั้งแต่เริ่มรู้ว่าติดเชื้อ ตามหลักการจัดการเชื้อ **รวดเร็ว รุนแรง รวดคืบ** ใช้ได้ทั้งคนเริ่มติดเชื้อหรือผู้สัมผัสเชื้อใกล้ชิด เช่น อยู่บ้านเดียวกัน หรือ คุยกันเกิน 30 นาที ในห้องปิด กรณีกินยาเพราะ close contact แต่ผล swab ไม่มีเชื้อ การกินระยะสั้นก็ไม่มีผลเสียรุนแรงอะไร ปัจจุบันมีการซื้อสกัดสมุนไพรฟ้ำทะเลลายโจรเป็นจำนวนมาก ทำให้ไม่มียาใช้เพียงพอ ขอให้ไม่ทำ และขอเตือนว่ายาที่มีอายุเกิน 6 เดือนจะมีฤทธิ์ไม่ดีเท่ายาใหม่ เนื่องจากเป็นยาฤทธิ์เย็นถ้ากินติดต่อกันเป็นนาน อาจมีผลต่อการขยายหลอดเลือด ความดันตก ขา ระยะเวลาส่งผลร้ายกับตับไตได้ ขณะเดียวกันการกินยาหลากหลายแล้ว คนไข้มีอาการดับเสียหาย ซึ่งเป็นผลจากยาหลายตัว ไม่ใช่จะจากฟ้าอย่างเดียว

3. การกินแบบภูมิปัญญา คือกินสดๆ เคี้ยวแล้วคายกาก หรือ ทำเป็นน้ำชา สามารถใช้แก้ไข้ ท้องเสีย แต่ในการนำมารักษาโควิด ต้องได้รับจำนวนมากพอที่จะทำให้ได้ระดับสารออกฤทธิ์ คือ andrographolide วันละ 180 มก คือยาฟ้าแบบสกัดจะมีสารนี้ 20 มก ต่อเม็ด คือวันละ 3 แคปซูล 3 เวลา ถ้าเป็นแบบไม่สกัด ปริมาณจำนวนสารออกฤทธิ์ได้ยาก แต่ก็ใช้ได้ โดยให้เพิ่มเป็น วันละ 15 เม็ด แบ่งกิน 5 เม็ด 3 เวลาหลังอาหาร

4. สำหรับแม่ท้องไม่แนะนำ เพราะพบในสัตว์ทดลองมีอาการ มดลูกหด แท้งได้ รวมทั้ง iatrogenic effect สำหรับแม่ให้นม อาจส่งผลให้เกิดอันตรายกับเด็กได้ ปกติยาที่แม่กินจะผ่านไปถึงน้ำนมเพียง 1% ถ้าซั้แล้วแม่ให้นมจำเป็นต้องกินก็กินได้ เช่นติดเชื้อโควิด โดยให้หยุดให้นมแม่ระหว่างกินคือ 5 วัน แล้วหยุดต่ออีก 2-3 วัน (2-5 เท่าของ half-life ยา) แนะนำเนื่องจากแม่ให้นมให้ยาตัวไหนก็ยาก แม่ป้มนมเก็บสำรองไว้ให้เพียงพอประมาณ 7 วัน กล่าวคือสำหรับระหว่างการกินยาต่อเนื่อง 5 วัน และเว้นระยะหลังจากกินยาอย่างน้อย 2-3 วัน จึงสามารถให้นมบุตรได้ต่อตามปกติ ตามภูมิปัญญา สมุนไพรทำให้เกิด “ร้อน สุขุม และเย็น” อะไรที่ร้อนไป เย็นไป เน้นการใช้ภายนอก ใช้เฉพาะที่ เช่นกวาดคอ หรือ ใช้แบบ กินเป็นอาหาร แทนการกินยา

5. สำหรับกระชายขาวที่กำลังเป็นที่สนใจ เกิดจากความร่วมมือของคณะแพทยศาสตร์และคณะวิทยาศาสตร์มหาวิทยาลัยมหิดล ร่วมกันวิจัยสมุนไพรไทย 123 ชนิด พบ ตัวยอดฮิต 3 ตัวคือ ฟ้าทะลายโจร กระชายขาวและขิง กระชายและขิง น่าสนใจเพราะเป็นอาหารด้วย จากการทดลองในหนูสมุนไพรทั้งสามตัวมีฤทธิ์ต่อเชื้อโควิด กระชายมีข้อดีคือมีสารสำคัญคือ Pinostrobin และ Pandulatin ที่สามารถยับยั้งเชื้อไม่ให้เข้าไปในเซลล์และป้องกันเชื้อไม่ให้ออกจากเซลล์ได้ แต่ยังไม่มีการทดลองในคน(อยู่ในขั้นตอนต่อไป) แต่ถูกอ้างอิงข้อมูลงานวิจัยเพื่อขายผลิตภัณฑ์กระชาย เช่น น้ำกระชาย กระชายแคปซูล ซึ่งจากผลการศึกษาในหนูพบว่าต้องใช้ปริมาณกระชายสดมาก เทียบกับการใช้ในคนคือต้องใช้กระชายสดประมาณ 5-6 ชีดต่อวัน ดังนั้นการใช้กระชายเพื่อเป็นยาในระยะนี้ยังไม่มีข้อมูลที่ชัดเจน แนะนำให้กินแบบอาหาร

6. ปัจจุบันมีผู้แอบซื้อยา Favipiravir มาใช้เองทั้งใช้ในการรักษาและป้องกัน ซึ่งไม่แนะนำและเป็นอันตรายเพราะจะยิ่งทำให้เชื้อเกิดการดื้อยา การกินยารักษาโควิดที่ถูกต้องควรกินยาแบบ combination เช่น ฟ้าทะลายโจร กับ Favipiravir หรือ กับ Ivermectin

7. มีการศึกษาในผู้ป่วย รพ.บุษราคัม 100 คน พบว่า 51 คนมีอาการปอดอักเสบ และในคนที่ปอดอักเสบทั้งหมดนั้น พบว่ารู้จักและเคยใช้ฟ้าทะลายโจรมาแล้ว ข้อมูลนี้แสดงให้เห็นว่าการใช้ไม่ถูกวิธี ไม่ครบถ้วน ไม่เพียงพอ ไม่สามารถป้องกันไม่ให้เชื้อลงปอดได้ แต่ในขณะเดียวกันถ้ามีการใช้อย่างถูกวิธีก็จะพบว่าผู้ป่วยที่ใช้ฟ้าทะลายโจรมีอาการปอดอักเสบน้อยกว่าคนที่ไม่ได้ใช้ ขอย้ำอีกครั้ง หลักการใช้ยาฟ้าทะลายโจรเพื่อรักษาโควิด19 ในรูปแบบของสารสกัดที่มีการระบุปริมาณของตัวยา แอนโดรกราโฟไลด์ ต้องกิน 180 มิลลิกรัม/วัน/คน กินติดต่อกัน 5 วัน ในเด็กที่ป่วยติดเชื้อ อายุ 4-11 ปี ให้กินในขนาด 3-3.5 มิลลิกรัม/กิโลกรัม/วัน ส่วนในเด็กที่อายุ 12 ปีขึ้นไป ใช้ขนาดเท่ากับผู้ใหญ่

8. พญ.อัมพร เบญจพลพิทักษ์ อธิบดี กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก ได้ให้ข้อมูลว่า ผู้มีคุณปรกาการ กับการทำงานวิจัย ฟ้าทะลายโจร คือ อติตอธิตี นพ.มรุต จิรเศรษฐสิริ และท่านอดีต ปลัดกระทรวง นพ.สุขุม กาญจนพิมาย ขอขอบพระคุณ และการกินยาสมุนไพร แบบต้นตระหนก ขาดความรู้ ความเข้าใจ มีหลายครั้งที่ ตับ ไต เสียหน้าที่ เพราะยาหลายขนาน หากมีข้อสงสัยเรื่องยาฟ้าทะลายโจรในเรื่องต่างๆ สอบถามได้ที่ line @fahfirstaide เพื่อให้ได้คำตอบที่ถูกต้องและใช้อย่างปลอดภัย

ยา/สมุนไพร รักษาโควิดในขณะนี้ ที่ประเทศเราใช้ คือ Favipiravir ฟ้าทะลายโจร และ กระชายขาว ทุกตัวไม่แนะนำให้ แม่ท้อง แม่ให้นม กิน ถ้าจะกินก็ต้องชั่งความจำเป็นและพิจารณาหยุดนม แม่ชั่วคราว แม่ท้อง แม่ให้นม การได้รับวัคซีน เป็นเรื่องสำคัญมาก และควรส่งเสริมให้ลูกได้กินนมแม่ โดย แม่เป็นโควิด แม่ได้รับวัคซีน ก็ยังต้องให้ได้ เพราะจะเป็นทางที่ลูกจะได้รับภูมิคุ้มกันตรงจากแม่