

ภญ.นันทพร เล็กพิทยา  
งานเภสัชกรรมคลินิก  
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี  
มหาวิทยาลัยมหิดล

# ยา ต่างกัน อย่างไร?

ก่อน  
อาหาร

พร้อม  
อาหาร

หลัง  
อาหาร



## ยาก่อนอาหาร

ควรรับประทานในช่วงที่ท้องว่าง  
ซึ่งก็คือก่อนรับประทานอาหารเช้าอย่างน้อย 30 นาที

### เหตุผลที่ต้องรับประทานยาก่อนอาหาร

- ยาอาจถูกทำลายและประสิทธิภาพลดลงในสภาวะกรดที่กระเพาะอาหารหลังออกมาหลังมื้ออาหาร เช่น ยา omeprazole
- อาหารอาจส่งผลให้ลดการดูดซึมของยาเข้าสู่ร่างกาย เช่น ยา norfloxacin levothyroxine
- ยาที่ออกฤทธิ์เพิ่มการเคลื่อนไหวของระบบทางเดินอาหาร ยาลดอาการคลื่นไส้ อาเจียน รวมทั้งยาที่ออกฤทธิ์เพิ่มการหลั่งอินซูลินจะใช้เวลาประมาณ 30 นาทีก่อนที่จะออกฤทธิ์ เช่น domperidone metoclopramide และยากลุ่ม Sulfonylureas

### หากลิมรับประทานยา

ให้รับประทานยาประมาณ 2 ชั่วโมง  
หลังรับประทานอาหารเช้า แต่ยาที่ต้อง  
รับประทานในมื้อถัดไปอยู่แล้ว ให้  
รับประทานยาก่อนอาหารมื้อถัดไปแทน  
ได้เลย ต้องรับประทานยาซ้ำ และไม่ต้อง  
เพิ่มขนาดยาเป็น 2 เท่าในมื้อต่อไป

## ยาพร้อมอาหาร

ให้รับประทานยาพร้อมอาหารคำแรก

### เหตุผลที่ต้องรับประทานยาพร้อมอาหาร

- ยาบางชนิดมีคุณสมบัติหรือการออกฤทธิ์เฉพาะ ออกฤทธิ์ยับยั้งการสลายตัวของอาหารจำพวกแป้งไปเป็นน้ำตาลโมเลกุลเดี่ยวจึงต้องรับประทานเมื่อมีแป้งในทางเดินอาหาร เช่น ยา acarbose
- ยามีคุณสมบัติระคายเคืองทางเดินอาหาร

### หากลิมรับประทานยา

ให้รับประทานพร้อมอาหารมื้อถัดไป  
โดยไม่ต้องเพิ่มขนาดยาเป็น 2 เท่า

## ยาหลังอาหาร

ควรรับประทานยาหลังอาหารทันทีและไม่ควรนานเกิน 15 นาทีหลังรับประทานอาหาร

### เหตุผลที่ต้องรับประทานยาหลังอาหาร

- ยามีคุณสมบัติ ระคายเคืองต่อระบบทางเดินอาหาร ทำให้คลื่นไส้ อาเจียน การรับประทานยาพร้อมหรือหลังรับประทานอาหารทันที จะช่วยลดอาการเหล่านี้ได้ ตัวอย่างยา เช่น metformin และ ยากลุ่ม NSAIDs
- ยาบางชนิดต้องการกรดในกระเพาะอาหารช่วยในการดูดซึมยาเข้าสู่ร่างกาย ซึ่งกรดในกระเพาะอาหารจะหลั่งสูงสุดในระหว่างที่รับประทานอาหารเช้าทันที ตัวอย่างยา เช่น ketoconazole cefditoren และ pivoxil

### หากลิมรับประทานยา

- สามารถรับประทานยาได้ทันทีที่นึกได้ไม่เกิน 15 นาที
- หากเกิน 15 นาทีแล้ว ควรรับประทานยาหลังอาหารในมื้อถัดไป โดยไม่ต้องเพิ่มขนาดยาหรือรับประทานอาหารเช้าก่อนรับประทานยา