

บทรายการวิทยุพันทอล์ค
เรื่อง กัญชากับสุขภาพช่องปาก

ผู้เขียนบทความ อาจารย์ ดร.ประวิณ วยัคฆานนท์

ภาควิชาชีววิทยาช่องปาก คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

กัญชา หรือ cannabis หรือ marijuana เป็นพืชล้มลุกจำพวกหญ้าสายพันธุ์ *Cannabis sativa* กัญชามีสารออกฤทธิ์ต่อจิตประสาทจึงถูกจัดเป็นยาเสพติดให้โทษ ในปัจจุบันหลายประเทศมีการอนุญาตให้สามารถใช้ประโยชน์จากกัญชาเพื่อการแพทย์ และมีกฎหมายควบคุมการเสพกัญชาเพื่อสันตินาการ สำหรับประเทศไทยการใช้กัญชาอย่างถูกต้องยังคงอยู่ในกระบวนการพิจารณาที่เหมาะสม ซึ่งควรยึดถือประโยชน์ในทางการแพทย์เป็นหลัก และควรมีการควบคุมการใช้ในทางที่ผิดเพื่อไม่ให้เกิดปัญหากับประชาชนในสังคม โดยเฉพาะเยาวชน

ในกัญชามีสารประกอบที่ออกฤทธิ์จำนวนมาก การใช้กัญชาทางการแพทย์จะเป็นการหวังผลจากฤทธิ์ของสารประกอบเพียงบางชนิดที่อยู่ในกัญชาเท่านั้น มิใช่หวังผลจากสารประกอบทุกชนิดในกัญชาซึ่งจะทำให้ได้รับผลเป็นโทษมากกว่าคุณประโยชน์ ตัวอย่างเช่นเกิดความผิดปกติทางจิตประสาทและร่างกายในผู้เสพหรือผู้ที่รับประทานอาหารที่ปรุงจากกัญชาทั้งใบ การสกัดสารประกอบที่มีประโยชน์จากกัญชามาใช้ต้องผ่านขั้นตอนที่ถูกต้อง และเมื่อสกัดได้แล้วก็ต้องพิจารณาใช้ในปริมาณที่เหมาะสม ภายใต้วิจารณ์ญาณของแพทย์

ในแต่ละส่วนของต้นกัญชารวมทั้งใบและดอก มีสารประกอบอยู่มากกว่า 500 ชนิด ในจำนวนสารประกอบกว่า 500 ชนิดนี้ กว่า 100 ชนิดเป็นสาร aromatic hydrocarbons ที่เรียกว่า phyto-cannabinoids ซึ่งหลายชนิดสามารถออกฤทธิ์ต่อจิตประสาท เมื่อคนเราได้รับสาร cannabinoids นี้เข้าสู่ร่างกาย สารเหล่านี้จะแทรกซึมเข้าสู่กระแสเลือดอย่างรวดเร็วภายใน 2 ถึง 3 นาที ไปออกฤทธิ์ที่อวัยวะเป้าหมายที่มี “ตัวรับสาร cannabinoids” หรือ “cannabinoid receptors” ที่มีอยู่ในเกือบทุกระบบของร่างกาย เช่น ในระบบประสาทส่วนกลางรวมถึงสมอง ระบบควบคุมอุณหภูมิ ระบบควบคุมการเผาผลาญไขมันและกลูโคส ระบบรักษาสสมดุลพลังงานของร่างกาย ระบบสมดุลการเคลื่อนไหว อัตราการเต้นของหัวใจ และระบบความดันโลหิต หากสาร cannabinoids นี้ไปออกฤทธิ์ในกระบวนการสื่อสารของเซลล์สมอง จะส่งผลกระทบต่อปฏิกิริยากระบวนการทางสรีรวิทยา ทำให้ผู้เสพกัญชาเกิดผลกระทบต่อระบบประสาทและภาวะอารมณ์ ความจำ การนอนหลับ ความอยากอาหาร และความเจ็บปวด

สาร cannabinoids ชนิดที่พบว่ามีปริมาณสูงมากกว่าร้อยละ 10 ในกัญชา คือ delta-9-tetrahydrocannabinol หรือสาร THC เมื่อสาร THC นี้เข้าสู่ร่างกายจะออกฤทธิ์ต่อจิตประสาทได้นานถึง 1 ชั่วโมง การรับกัญชาเข้าสู่ร่างกายด้วยการเสพจะทำให้ผู้เสพได้รับสาร THC ในปริมาณมาก ผู้เสพจะรู้สึก “เคลิ้มจิต” ที่เรียกว่าตกอยู่ในภาวะ “euphoric high หรือ stoned” ซึ่งมีอาการหลากหลายเริ่มตั้งแต่เกิดความตึงเครียด กังวล ต่อมาจะรู้สึกเคลิ้มจิตเคลิ้มใจ รู้สึกว่าบรรยากาศรอบตัวสงบ แล้วมีการเปลี่ยนแปลงอย่างกะทันหัน หัวเราะสลับกับอาการสงบคล้ายคนเสียสติ อาการอื่นๆ ที่พบในผู้เสพกัญชา คือ ผู้เสพจะรู้สึกล่องลอย สับสน ตอบสนองช้า ความจำลดลง ปากแห้ง กระหายน้ำ อยากอาหาร หัวใจเต้นเร็ว ตาแดง หาก

เสพติดเป็นเวลานานสมองของผู้เสพติดจะถูกชะลอการทำงาน หยุดสร้างสารเคมีที่ทำให้รู้สึกดี รู้สึกหงุดหงิด เมื่อไม่ได้เสพติด ผู้เสพติดมีสุขภาพเสื่อมลง อาจพบโรคหลอดเลือดอักเสบ ไช้น้ำอักเสบ ทางเดินหายใจอักเสบ ตะคริว ท้องร่วง รวมไปถึงพบความผิดปกติในช่องปาก สาร THC ยังมีผลต่อการพัฒนาการในด้านลบของสมองที่ยังเจริญเติบโตไม่เต็มที่ ทำให้กัญชาสามารถส่งผลกระทบโดยตรงต่อการพัฒนาสมองของเยาวชนที่อายุต่ำกว่า 20 ปี

องค์ความรู้จากกระบวนการที่สาร cannabinoids ส่งผลกระทบต่อระบบประสาทและสมอง ทำให้เราสามารถนำมาใช้เพื่อสกัดหรือสังเคราะห์สาร cannabinoids ไปใช้ประโยชน์ทางการแพทย์ เช่น ใช้ในผู้ป่วยมะเร็งที่รักษาด้วยเคมีบำบัดเพื่อบรรเทาอาการคลื่นไส้อาเจียน หรือนำไปใช้ในผู้ป่วยโรคเอดส์เพื่อเพิ่มความอยากอาหาร

ในปัจจุบัน หลายท่านอาจได้ทราบข่าวจากสื่อต่างๆ ว่ามีการนำใบและดอกของกัญชามาแปรรูปเพื่อการบริโภค เช่น ใส่ในอาหารและเครื่องดื่ม กัญชายังถูกแปรรูปอีกหลากหลาย เช่น อยู่ในรูปของครีม ของเหลว สเปรย์ และน้ำมันกัญชา การบริโภคกัญชาจึงต้องพิจารณาด้วยความระมัดระวัง และไม่ควรใช้กัญชาเพื่อการสันทนาการหรือเสพติด เพราะจะเป็นผลเสียมากกว่าผลดี

ผลเสียของการเสพติดกัญชาด้วยการสูบ สามารถกระทบต่อสุขภาพช่องปากหลายประการ โดยเฉพาะปัญหาเกี่ยวกับโรคเหงือก โรคปริทันต์ และฟันผุ ผลเสียที่พบในผู้เสพติดกัญชามักถูกเสริมด้วยปัจจัยต่างๆ จากพฤติกรรมของผู้เสพติดเอง เช่น การเสพติดร่วมกับการสูบบุหรี่และใช้สารเสพติดอื่นๆ รวมทั้งการดื่มแอลกอฮอล์ ผู้เสพติดมักจะอยู่ในภาวะที่ขาดวินัยในการดูแลสุขภาพอนามัยในช่องปาก และขาดการไปพบทันตแพทย์เพื่อตรวจสุขภาพช่องปากที่เสื่อมโทรม

หนึ่งในผลกระทบต่อสุขภาพช่องปากที่มักพบบ่อยจากผู้เสพติดกัญชา คือ ภาวะปากแห้ง หรือ xerostomia ซึ่งเกิดจากต่อมน้ำลายที่ทำหน้าที่สร้างและหลั่งน้ำลายทำงานได้ไม่เต็มที่ ภาวะปากแห้งนี้เป็นผลจากฤทธิ์ของสาร THC ที่ส่งสัญญาณไปยังตัวรับที่ต่อมน้ำลาย ทำให้ต่อมน้ำลายผลิตน้ำลายลดลง การลดลงของน้ำลายส่งผลกระทบต่อสุขภาพช่องปาก เพราะการขาดน้ำลายจะรบกวนการเคี้ยวและการกลืนอาหาร อีกทั้งการขาดน้ำลายที่ปกติกอຍทำหน้าที่ช่วยชะล้างจุลินทรีย์ในช่องปาก ยังทำให้เกิดการสะสมของคราบจุลินทรีย์ในช่องปากเพิ่มขึ้น เมื่อมีจุลินทรีย์สะสมในช่องปากมากขึ้น ก็จะทำให้มีโอกาสเกิดกลิ่นปาก และเกิดฟันผุได้ง่ายขึ้น

การเสพติดกัญชาด้วยการสูบเป็นการสูดดมควันที่มีอุณหภูมิสูง ส่งผลให้เกิดการระคายเคืองต่อเหงือก และนำไปสู่อาการเหงือกอักเสบ เหงือกบวม มีเลือดออก เหงือกกร่น และส่งผลต่อไปถึงการเกิดอาการเสียวฟันได้ การสูบกัญชายังไปกดระบบภูมิคุ้มกันภายในช่องปากทำให้กำจัดจุลินทรีย์ลดลง ยังมีจุลินทรีย์ในช่องปากมากขึ้นก็ยิ่งเสี่ยงต่อการเกิดฟันผุมากขึ้น ควันจากการสูบกัญชาอย่างต่อเนื่องยังทำให้สีของฟันเปลี่ยนไปทันตแพทย์อาจจะต้องพิจารณาแก้ไขสีฟันที่เปลี่ยนไปของผู้ป่วยด้วยการฟอกสีฟัน ยิ่งไปกว่านั้นในควันที่สูบยังมีสารก่อมะเร็งหลายชนิดที่สามารถส่งผลกระทบรุนแรงต่อเนื้อเยื่อช่องปากหากสูบในระยะยาว

เมื่อทราบถึงผลด้านลบต่อสุขภาพช่องปากหากใช้กัญชาอย่างไม่เหมาะสมแล้ว มีหลายสิ่งที่สามารถทำได้เพื่อลดผลกระทบด้านลบเหล่านั้น โดยเริ่มจากหมั่นแปรงฟันและใช้ไหมขัดฟันทุกวัน ควรแปรงฟันวันละสองครั้งด้วยยาสีฟันที่มีฟลูออไรด์ และใช้ไหมขัดฟันทุกวันเพื่อช่วยให้เหงือกแข็งแรง หากมีอาการปากแห้งควรดื่ม

น้ำมาก ๆ ตลอดทั้งวันจะช่วยให้ช่องปากชุ่มชื้น พยายามลดการรับประทานของขบเคี้ยวที่มีน้ำตาลเพราะจะทำให้ฟันผุได้ง่าย หลีกเลี่ยงเครื่องดื่มที่มีน้ำตาลและคาเฟอีน เนื่องจากจะไปรบกวนการผลิตน้ำลาย หมั่นเข้ารับการตรวจทางทันตกรรมอย่างน้อยปีละ 2 ครั้ง และปฏิบัติตามคำแนะนำของทันตแพทย์ หากเป็นผู้ใช้กัญชา ทันตแพทย์สามารถช่วยให้เข้าใจว่ากัญชาอาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพช่องปากอย่างไร ดังนั้นอย่าปกปิดการใช้กัญชา กับทันตแพทย์ เพื่อเป็นการปกป้องสุขภาพช่องปาก

พึงระลึกเสมอว่ากัญชามีทั้งคุณและโทษ การใช้กัญชาเพื่อประโยชน์ทางการแพทย์ต้องใช้อย่างเหมาะสมภายใต้คำแนะนำของแพทย์ การเข้าใจผิดว่าจะหวังผลการรักษาจากกัญชาด้วยการเสพ จะทำให้ผู้เสพได้รับปริมาณสาร THC ที่มากเกินไปจนส่งผลเสียต่อร่างกายหลายประการดังที่กล่าวมา

สุดท้ายนี้ นอกจากการหมั่นดูแลสุขภาพช่องปาก แปรงฟันวันละ 2 ครั้งเป็นอย่างน้อย และใช้ไหมขัดฟันทุกวันแล้ว อย่าลืมกำหนดตารางเวลาเพื่อตรวจสุขภาพช่องปากกับทันตแพทย์เป็นประจำด้วย

อ้างอิง:

1. บทความ Cannabinoids drugs and oral health - From recreational side-effects to medicinal purposes: A systemic review. จากวารสาร: International journal of molecular sciences ปี 2021 volume 22
2. บทความ กัญชา (cannabis) จากเว็บไซต์สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา
3. บทความ CBD และ THC ในพืชกัญชา คืออะไร จากเว็บไซต์กรมสุขภาพจิต