อยากทราบว่า มีวิตามินเพิ่มน้ำหนัก จริงเหรอคะ เห็นมีโฆษณาในอินเตอร์เน็ต แล้วบอกว่าได้รับรองจาก อย.
อยากทราบอีกว่า มีวิธีตรวจสอบรึเปล่าว่า เครื่องหมาย อย.ที่ระบุบนฉลากเป็นของจริงหรือปลอม

ถามโดยคุณ น้ำ ตอบโดย ภญ. ศยามล สุขขา หน่วยคลังข้อมูลยา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

วิตามินและแร่ธาตุบางชนิดสามารถเพิ่มความอยากอาหารได้ โดยที่มีข้อมูลได้แก่วิตามินเอและวิตามินบีรวม
ซึ่งจะช่วยเร่งการเผาผลาญคาร์โบไฮเดรต ไขมัน โปรตีน เพื่อให้เป็นพลังงาน ดังนั้นผู้ที่รับประทานจะมีอาการหิวบ่อยขึ้น
รวมถึงแคลเซียม แมกนีเซียม สังกะสี ทองแดง Brewer's yeast หรืออาหารเสริมพวกโปรตีนจะช่วยในการสร้างและซ่อมแซมเนื้อเยื่อต่างๆ
และทำให้กระตุ้นความอยากอาหารได้
ส่วนข้อบ่งใช้ของยากลุ่มวิตามินและเกลือแร่ตามที่ได้ขึ้นทะเบียนส่วนใหญ่จะใช้ในรายที่มีการขาดวิตามินและเกลือแร่นั้นๆหรือในโรคที่เกิดจากการขาดวิตามิน
อย่างไรก็ตามแม้ว่าจากคุณสมบัติของตัวยาเองที่สามารถกระตุ้นความอยากอาหารได้ วิตามินบางอย่างก็มีข้อควรระวังในการใช้
เช่นวิตามินประเภทที่ละลายในไขมันได้ดี ซึ่งหากได้รับมากเกินไปร่างกายจะเก็บสะสมไว้ และทำให้เกิดพิษจากวิตามินแต่ละชนิดได้
รวมถึงผู้ป่วยที่มีโรคประจำตัว หรือกำลังมีสภาวะบางอย่าง เช่น การตั้งครรภ์ ก็มีข้อควรระวังในการใช้เช่นเดียวกัน
ดังนั้นก่อนที่จะซื้อวิตามินรับประทานเองแนะนำให้ทำการปรึกษาแพทย์
หรือเภสัชกรก่อนใช้ค่ะเนื่องจากวิตามินได้มีการขึ้นทะเบียนเป็นยา
ข้อมูลเกี่ยวกับรายละเอียดในฉลากและเอกสารกำกับยาตามที่ได้มีการขึ้นทะเบียนเป็นยาสามารถสืบค้นได้ที่
http://www.fda.moph.go.th/fda-net/html/product/drug/label-d.htm

Reference:
1. ยาในบัญชียาหลักแห่งชาติ พ.ศ. 2547 [Available at: http://www.thaifda.com/ed2547/ed-list.asp] Access date 1 Sep 2010.2. Poor Appetite [Available at: http://www.emedicinal.com/diseases/poorappetite.php] Access date 1 Sep 2010.