

อะไรคืออาหารทางการแพทย์ (Medical food)

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ทศพร นามโสง
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ

อาหารทางการแพทย์ หรือ Medical food คืออาหารที่ใช้ภายใต้การควบคุมของแพทย์ เพื่อช่วยผู้ป่วยให้ได้รับสารอาหารที่ถูกต้อง และเหมาะสมต่อโรค เช่นอาหารสำเร็จรูปที่ให้ทางสายอาหาร หรืออาหารที่รับประทานเสริมเพื่อให้เพียงพอต่อความต้องการของร่างกายและสภาวะของโรค และการใช้อาหารทางการแพทย์จำเป็นต้องอยู่ภายใต้การดูแลของแพทย์เท่านั้น สูตรอาหารทางการแพทย์พอจะแบ่งออกเป็นชนิดต่างๆ ได้ดังนี้

- ก. สูตรอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการครบถ้วน
- ข. สูตรอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการไม่สมบูรณ์
- ค. สูตรอาหารสำหรับผู้ที่มีระบบเผาผลาญผิดปกติ
- ง. สูตรสารน้ำที่ให้ทางปาก

อาหารทางการแพทย์คืออาหารที่มีสูตรพิเศษสำหรับความเจ็บป่วยที่เฉพาะ อาหารทางการแพทย์สามารถช่วยผู้ป่วยที่มีอาการแพ้ อาการเบาหวาน มีปัญหาเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร หรือผู้ที่อาการเจ็บป่วยเรื้อรัง อาหารทางการแพทย์ไม่ได้มีจุดประสงค์ในการรักษาโรค แต่ช่วยในการป้องกันปัญหาที่เกิดจากโรคหรือช่วยจัดการเกี่ยวกับโรคได้ง่ายขึ้น อาหารทางการแพทย์ต้องไม่มีผลข้างเคียงใดๆ เกิดขึ้นเมื่อใช้ อาหารทางการแพทย์ไม่สามารถหาซื้อได้ในซูเปอร์มาร์เก็ตทั่วไป หรือเป็นอาหารจากธรรมชาติแต่เป็นอาหารที่ผลิตขึ้นมาและมีสูตรผสมเฉพาะเพื่อใช้กับเงื่อนไขที่เกิดขึ้นจริง

ประวัติของอาหารทางการแพทย์

อาหารทางการแพทย์เริ่มพัฒนาขึ้นในปี 1950 โดยทำขึ้นสำหรับผู้ป่วยด้วยโรคทางพันธุกรรมที่ไม่สามารถรับสารอาหารตามปกติได้ เดิม US. FDA พิจารณาว่าอาหารทางการแพทย์คือยา เพราะอาหารทางการแพทย์มีผลโดยตรงต่อโครงสร้างหรือหน้าที่ของร่างกาย อาหารทางการแพทย์ชนิดแรกคือ Lofenalac ซึ่งเป็นสูตรอาหารที่ผลิตโดย Mead Johnson Nutrition ในปี 1957 สำหรับผู้ป่วยที่เป็นโรค phenylketonuria (PKU) ซึ่งเป็นความบกพร่องทางพันธุกรรมของเอนไซม์ phenylalanine hydroxylase enzyme ในการเปลี่ยน กรดอะมิโน phenylalanine เป็น tyrosine

ใครคือผู้ใช้อาหารทางการแพทย์

ผู้ใช้อาหารทางการแพทย์คือผู้ป่วยที่ต้องต่อสู้กับความเจ็บป่วยและไม่สามารถได้รับโภชนาการที่เพียงพอจากการกินอาหารปกติ ซึ่งอาจเป็นเพราะมีปัญหาเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร หรือโรคไต ซึ่งมีความต้องการสารอาหารเฉพาะ อาหารทางการแพทย์จึงสามารถเติมเต็มความต้องการนี้ได้

อาหารทางการแพทย์ไม่ได้ใช้แทนที่ยา แต่ใช้เสริมหรือช่วยสนับสนุนการรักษาผู้ป่วย เช่นเดียวกับการออกกำลังกายซึ่งก็ไม่ใช่ยา แต่ช่วยให้มีสุขภาพดีนอกเหนือจากการใช้ยาและพบแพทย์

อาหารทางการแพทย์มีกฎระเบียบควบคุมเช่นเดียวกับยาใช่หรือไม่

อาหารทางการแพทย์ไม่ต้องจดทะเบียนควบคุมกับ สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา การใช้อาหารทางการแพทย์ แพทย์จะเป็นผู้บอกว่าอาหารชนิดไหนที่ใช้กับสภาพผู้ป่วยแบบไหน การใช้อาหารทางการแพทย์ให้กับผู้ป่วยที่ทรمانกับโรคเรื้อรัง หรือผู้ป่วยที่อยู่ในแผนการรักษาพิเศษ U.S . FDA ได้จัดให้อาหารทางการแพทย์คืออาหารที่ใช้ในการจัดการทางคลินิกเพื่อจุดประสงค์พิเศษ ซึ่ง US.FDA ได้ตั้งเกณฑ์สำหรับอาหารทางการแพทย์ว่าต้อง

- มีสูตรเฉพาะสำหรับการให้ทั้งทางปากหรือทางสายยาง
- ใช้สำหรับการจัดการอาหารทางคลินิกกับโรคหรือสภาพที่ผิดปกติไป ซึ่งมีความต้องการทางโภชนาการอย่างเด่นชัด
- ประกอบด้วยส่วนผสมที่ถูกระบุว่าปลอดภัย (Generally Recognized as Safe, GRAS)
- ฉลาก การกล่าวอ้างผลิตภัณฑ์การผลิตต้องเป็นไปตามกฎระเบียบของ FDA ฉลากต้องระบุข้อความว่า “การใช้ต้องอยู่ในความควบคุมของแพทย์”
- ไม่กล่าวอ้างว่าใช้รักษาหรือป้องกันโรคได้
- ผลิตภัณฑ์ใช้เฉพาะกับกลุ่มเป้าหมายเท่านั้น

เป้าหมายของอาหารทางการแพทย์

โรคต่างๆต่อไปนี้เช่น โรคเกี่ยวกับระบบเผาผลาญ โรคลำไส้แปรปรวน อาการแพ้แลคโตส โรคอัลไซเมอร์ และอาการแพ้อาหารบางชนิด เกิดขึ้นกับประชากรที่มีจำนวนมากขึ้น ดังนั้นประชากรเหล่านี้จึงเป็นเป้าหมายของการพัฒนาอาหารทางการแพทย์ นอกจากนี้ผู้สูงอายุที่มีระบบย่อยอาหารและการดูดซึมอาหารเสื่อมไป กลุ่มนี้ก็เป็นเป้าหมายของผู้ผลิตอาหารทางการแพทย์เช่นเดียวกัน ปัจจุบันมีอาหารทางการแพทย์หลากหลายสำหรับสภาพทางการแพทย์ตั้งแต่โรคข้อเสื่อมจนถึงโรคอัลไซเมอร์ หรือสมองเสื่อม

ผลิตภัณฑ์อาหารทางการแพทย์ส่วนใหญ่ในตลาดสหรัฐอเมริกาคือสำหรับโรคที่เกี่ยวกับการเผาผลาญอาหาร หรือ metabolic disease อาหารทางการแพทย์ที่มีโปรตีนเป็นหลักเป็นอาหารที่มีอย่างแพร่หลาย ส่วนผสมหลักอื่น ๆ ที่มีในอาหารทางการแพทย์เช่น กรดไขมันโอเมก้า3 ไอโซพลาโวน วิตามิน D สังกะสี ฟลาโวนอยด์ ไฟโตสเตอรอล พวกรูตินอื่น ๆ เช่นไฟรดอกซิน ไทอามีน และกรดฟอริก ก็นำมาใช้ร่วมด้วย

ตัวอย่างอาหารทางการแพทย์

Limbrel เป็นอาหารทางการแพทย์ชนิดแรกที่ใช้จัดการโรคข้อเข่าเสื่อม เริ่มออกตลาดเมื่อปี 2006 Axona ได้รับการรับรองจาก FDA ว่าเป็นอาหารทางการแพทย์ที่มีเป้าหมายสำหรับผู้เป็นโรคอัลไซเมอร์ NiteBite เป็นสแนคบาร์สำหรับผู้มีภาวะน้ำตาลในเลือดสูง GEN-DM ใช้สำหรับผู้ป่วยเบาหวาน Ensure powder ใช้สำหรับผู้ป่วยทั่วไปที่ขาดสารอาหาร Peptamen ใช้สำหรับผู้ป่วยที่มีปัญหาเกี่ยวกับระบบย่อยอาหารและการดูดซึม Nepro nutrition liquid ใช้สำหรับผู้ป่วยโรคไต Nutren fiber nutrition ใช้สำหรับผู้ป่วยที่ต้องการเสริมเส้นใยอาหาร เป็นต้น

ประโยชน์ของอาหารทางการแพทย์

1. ใช้เป็นอาหารหลักแทนอาหารแต่ละมื้อ สำหรับผู้ที่กินอาหารไม่ได้ตามปกติเช่นผู้ป่วยอัมพาต อัมพฤกษ์ รวมทั้งผู้ที่ร่างกายไม่สามารถย่อยและดูดซึมสารอาหารหรือเกลือแร่บางชนิด เช่นผู้ป่วยไตวายต้องการอาหารที่จำกัดปริมาณโซเดียมและโปแตสเซียม ผู้ป่วยเบาหวานต้องการอาหารที่มีค่าดัชนีน้ำตาลต่ำ หรือผู้ที่สูญเสียกล้ามเนื้อต้องการอาหารที่มีโปรตีนสูง หรืออาหารสำหรับเด็กที่แพ้โปรตีนจากนมวัวและนมถั่วเหลือง
2. ใช้เป็นอาหารเสริมเพื่อเพิ่มพลังงานให้กับผู้ที่กินอาหารเองได้แต่มีปริมาณและพลังงานไม่เพียงพอ กับความต้องการของร่างกาย เช่นผู้สูงอายุ ผู้ป่วยหลังผ่าตัด ผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับการรักษาด้วยเคมีบำบัด อาจมีอาการข้างเคียงเช่นเบื่ออาหาร กินอาหารหลักได้น้อย
3. สารอาหารส่วนใหญ่ที่มีในอาหารทางการแพทย์คือคาร์โบไฮเดรต โปรตีน ไขมัน จะถูกดัดแปลงให้ย่อยง่ายหรือผ่านการย่อยแล้วบางส่วนเพื่อให้ดูดซึมได้ง่ายขึ้น ร่างกายนำไปใช้ได้อย่างรวดเร็ว
4. หากมีสุขภาพแข็งแรงและสามารถกินอาหารได้เอง ได้รับอาหารหลักครบทั้ง 5 หมู่เป็นประจำ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ อาหารทางการแพทย์ก็ไม่มีจำเป็น อาหารทางการแพทย์ส่วนใหญ่มีใยอาหารไม่เพียงพอ ร่างกายแต่ละคนมีความต้องการไม่เหมือนกัน อาหารทางการแพทย์แต่ละชนิดจะมีคุณสมบัติหรือสรรพคุณแตกต่างกัน ซึ่งไม่ควรใช้อาหารทางการแพทย์โดยไม่ได้รับคำแนะนำจากแพทย์

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างอาหารทางการแพทย์ ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร และยา

	อาหารทางการแพทย์	ผลิตภัณฑ์อาหารเสริม	ยา
ใช้ทางปาก	✓	✓	
การใช้ต้องอยู่ในความดูแลของแพทย์	✓		✓
เป็นความต้องการทางโภชนาการเฉพาะโรค	✓		
สำหรับคนที่มีสุขภาพดี		✓	
มีการศึกษาทางคลินิกว่าได้ผล	✓		✓

อาหารทางการแพทย์เป็นความท้าทายทางเทคโนโลยีที่จะผลิตอาหารเพื่อประโยชน์ทางสุขภาพให้กับผู้ป่วยที่มีอาการเฉพาะของโรค การวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ยังค่อนข้างจำกัดทั้งในเรื่องของคุณสมบัติทางการแพทย์ของอาหาร ลักษณะทางกายภาพ ความคงตัว ความน่ารับประทาน และปัจจัยอื่นๆอีกที่เกี่ยวข้อง โดยเฉพาะอย่างยิ่งการศึกษาทางคลินิก อนาคตทางการตลาดของอาหารทางการแพทย์ยังเป็นสิ่งที่ท้าทายเพราะมีการใช้อาหารทางการแพทย์เพิ่มขึ้นสำหรับการดูแลรักษาในระยะยาวและขณะเดียวกันประชากรสูงอายุที่มีความต้องการอาหารเฉพาะเนื่องจากความเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังมีมากขึ้น ดังนั้นอาหารทางการแพทย์จึงเป็นอนาคตที่ดีอันหนึ่งของอุตสาหกรรมอาหาร

เรียบเรียงจาก

1. <http://www.nutraceuticalsworld.com/issues> เข้าถึงเมื่อ 25/7/2560
2. <http://www.healingwell.com/library/ibs/medicalfoods.asp>. เข้าถึงเมื่อ 25/7/2560
3. <http://www.ift.org/Knowledge-Center/Focus-Areas/Food-Health-and-Nutrition/Medical-Foods/Medical-Foods-Policy-and-Regulatory-Developments.aspx> เข้าถึงเมื่อ 5/8/2560
4. www.healthtodaythailand.net เข้าถึงเมื่อ 5/8/2560
5. http://www.en.wikipedia.org/wiki/Medical_Food เข้าถึงเมื่อ 5/8/2560