

ภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวานที่เท้า



ศูนย์ : ศูนย์อายุรกรรม

บทความโดยแพทย์ : พญ. สุภัทรา ปวรางกูร

ผู้ป่วยโรคเบาหวานหากควบคุมระดับน้ำตาลได้ไม่ดี และมีระดับน้ำตาลในเลือดสูงเป็นระยะเวลานาน มีความเสี่ยงในการเกิดภาวะแทรกซ้อนของระบบประสาทและหลอดเลือดส่วนปลาย ที่ทำให้เส้นประสาทเท้าเสื่อม ส่งผลต่อการรับรู้ความรู้สึก และการควบคุมการทำงานของกล้ามเนื้อเล็กๆ ในเท้า จนเกิดภาวะแทรกซ้อนเรื้อรังจากโรคเบาหวาน ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดแผลเรื้อรังตามมา และอาจมีอาการรุนแรงมากขึ้น จนนำไปสู่การรักษาดวยการตัดเท้าหรือตัดขาในที่สุด

ภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวานที่เท้าเกิดจากอะไร

ภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวานที่เท้า เป็นลักษณะอาการที่ปรากฏขึ้นที่เท้า

เกิดจากภาวะแทรกซ้อนเรื้อรังที่มาจากโรคเบาหวาน เกิดจาก 2 สาเหตุ หลักๆ คือ

1. การทำลายระบบประสาทและหลอดเลือดส่วนปลาย จนทำให้เส้นประสาทเท้าทำงานได้ผิดปกติ ส่งผลต่อการรับรู้ความรู้สึก และการควบคุมการทำงานของกล้ามเนื้อเล็กๆ ในเท้า การรับรู้ความรู้สึก ร้อน เย็น เจ็บ ไตลดลง หรือไม่รู้สึกรู้หาย เช่น เมื่อเกิดบาดแผลขึ้น จะไม่รู้สึกรู้เจ็บ เมื่อตรวจดูจึงพบว่า เป็นแผลเรื้อรัง ทำให้แผลหายยาก หรือติดเชื้อไปแล้ว นอกจากนี้ยังทำให้กล้ามเนื้อเล็กๆ ในเท้าทำงานไม่สัมพันธ์กัน ทำให้เท้าผิดรูป ซึ่งจะทำการลงน้ำหนักที่เท้าไม่กระจายเหมือนปกติ มีการลงน้ำหนักที่จุดใดจุดหนึ่งในเท้ามากกว่าปกติ ทำให้เกิดแผล หน้ำแข็งๆ และเจ็บได้
2. หลอดเลือดแดงตีบหรือเสื่อม ทำให้เส้นเลือดที่นำเลี้ยงเท้าทำงานได้ลดลง ส่งผลให้ปลายเท้าคล้ำ ดำ เนื่องจากขาดเลือดไปเลี้ยง เมื่อเป็นแผล แผลจะหายช้า และเกิดแผลติดเชื้อได้ง่าย

ภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวานที่เท้ามีอาการอย่างไร

มีอาการแสดงได้หลากหลาย ในระยะแรก บางรายจะมาด้วยอาการปวดแสบปวดร้อนเหมือนโดนน้ำร้อนลวกบริเวณเท้าทั้งสองข้าง หรือ บางรายอาจมีอาการปวดแปลบๆ คล้ายเข็มตำบริเวณเท้าหรือเหมือนโดนไฟฟ้าช็อต ส่วนใหญ่มักมีอาการตอนกลางคืน ทำให่นอนไม่หลับหรือหลับไม่สนิท ถ้าเป็นรุนแรงก็อาจมีอาการทั้งกลางวันและกลางคืน สีผิวเปลี่ยน อาจซีดลง บวมแดง หรือคล้ำขึ้นก็ได้ ปลายเท้าคล้ำ หรือดำ เท้าบวม

โดยอาการที่มักพบบ่อย คือ อาการชา โดยเริ่มที่บริเวณเท้าทั้งสองข้างก่อน แล้วค่อยๆ ลูกลามไปยังมือทั้งสองข้าง อย่างช้าๆ ค่อยเป็นค่อยไป ความรุนแรงของอาการชา มีตั้งแต่อาการน้อยมากๆ คือ ไม่รู้สึกรู้หาย ต้องอาศัยการตรวจจากแพทย์ ไปจนถึงอาการรุนแรง คือ ชามากจนไม่รู้สึกรู้สัมผัส ซึ่งในบางรายอาจมีปัญหาดูการเดินและการทรงตัว ทำให้หกล้มได้ง่าย

ปัจจัยเสี่ยงของการเกิดแผลที่เท้า

- ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ดี
- มีภาวะแทรกซ้อนที่ปลายประสาทจากเบาหวาน
- สูบบุหรี่
- เท้าผิดรูป
- เท้ามีหนังหนาตัน หรือตาปลา
- หลอดเลือดส่วนปลายที่ขาตีบ
- ประวัติเคยมีแผลที่เท้า หรือถูกตัดขา หรือ เท้ามาก่อน
- มีจอตาผิดปกติจากเบาหวาน หรือสายตาสีอม
- มีภาวะแทรกซ้อนที่ไตจากเบาหวาน

ภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวานที่เท้า ส่งผลให้เกิดปัญหาที่เท้าอะไรบ้าง

เมื่อเกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวานที่เท้า จะทำให้พบกับปัญหาต่างๆ ดังนี้

- เกิดแผลเบาหวาน แผลเรื้อรังหายช้า
- หนองนา เกิดหนังแข็งๆ ที่ฝ่าเท้า
- ผิวแห้ง ผิวแตก
- เล็บขบ ในผู้ป่วยเบาหวานอาจเป็นปัญหาแผลเรื้อรังได้
- เชื้อราที่เท้า โดยเฉพาะบริเวณซอกเล็บ งามนิ้วเท้า จะมีอาการคัน ผิวหนังบวมแดง ผิวหนังแตก
- นิ้วเท้าผิดรูป เกิดจากกล้ามเนื้อเล็กๆ ในเท้าทำงานไม่สัมพันธ์กัน ทำให้นิ้วเท้าผิดรูป

การรักษาโรคโลหิตจาง

การรักษาโรคโลหิตจาง แพทย์จะทำการรักษาตามความรุนแรงของอาการผู้ป่วยแต่ละราย โดยวิธีรักษามีตั้งแต่การให้เลือดแดงทดแทน ในออกซิเจนในรายที่อาการค่อนข้างรุนแรงมาก และอาจให้ผู้ป่วยพักฟื้นในโรงพยาบาลเป็นหลัก

สำหรับผู้ป่วยโลหิตจางที่อาการไม่รุนแรง แพทย์จะรักษาตามอาการโดยให้ยาบำรุงโลหิตไปรับประทานเพื่อเพิ่มความเข้มข้นของเลือด แต่อย่างไรก็ตาม การรักษาโรคโลหิตจางที่สำคัญนั้น คือ การตรวจหาสาเหตุของโรคให้ชัดเจน เพื่อช่วยให้แพทย์เลือกวิธีการรักษาที่เหมาะสมและให้ผลการรักษาที่น่าพอใจ ที่สำคัญในบางครั้งภาวะโลหิตจางก็อาจทำให้สามารถตรวจพบโรคร้ายแรงที่ซ่อนอยู่ในผู้ป่วยภาวะโลหิตจางได้

หลักการดูแลเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน

- ทำความสะอาดเท้า และเช็ดเท้าให้แห้งทันที
- สำรองเท้า และซอกนิ้วเท้า เพื่อดูว่ามีผิวหนังแข็ง ตาปลา แผล หรือการเกิดเชื้อรา หากมีปัญหาทางสายตา ควรให้ญาติช่วยตรวจ
- หากผิวแห้งควรใช้ครีมทาบำรุง แต่ไม่ควรทาที่ซอกนิ้ว เพราะจะทำให้อับชื้น
- หากต้องแช่เท้าในน้ำร้อน ควรทดสอบอุณหภูมิ ก่อน โดยใช้ข้อศอกทดสอบระดับความร้อนก่อน
- หากมีหากมีอาการเท้าเย็นตอนกลางคืน ให้สวมถุงเท้า
- สวมรองเท้าที่มีขนาดพอดี เหมาะสมกับรูปเท้า โดยสวมถุงเท้าก่อนใส่รองเท้า
- ตรวจดูรองเท้าทั้งภายในและภายนอกก่อนใช้ทุกครั้ง

- ควบคุมระดับน้ำตาลให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ

สำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ยังไม่เกิดโรคแทรกซ้อนขึ้น

หรือเริ่มมีโรคแทรกซ้อนขึ้นแล้วควรปฏิบัติตามคำแนะนำข้างต้นอย่างเคร่งครัด สำหรับผู้ที่เริ่มมีภาวะเสี่ยง

ควรมาพบแพทย์ประเมินอาการ พร้อมทั้งแนะนำการดูแลของคุณทำอย่างถูกสุขลักษณะ

เพื่อป้องกันและช่วยลดความเสี่ยงที่จะเกิดผลที่หาได้

พญ.สุภัทรา ปวรังกูร

อายุรศาสตร์มะเร็งวิทยา/อายุรศาสตร์โรคเลือด

ศูนย์อายุรกรรม

•

นัดหมายแพทย์

ปรึกษาทุกปัญหาสุขภาพแบบออนไลน์
ไม่เสียค่าใช้จ่าย