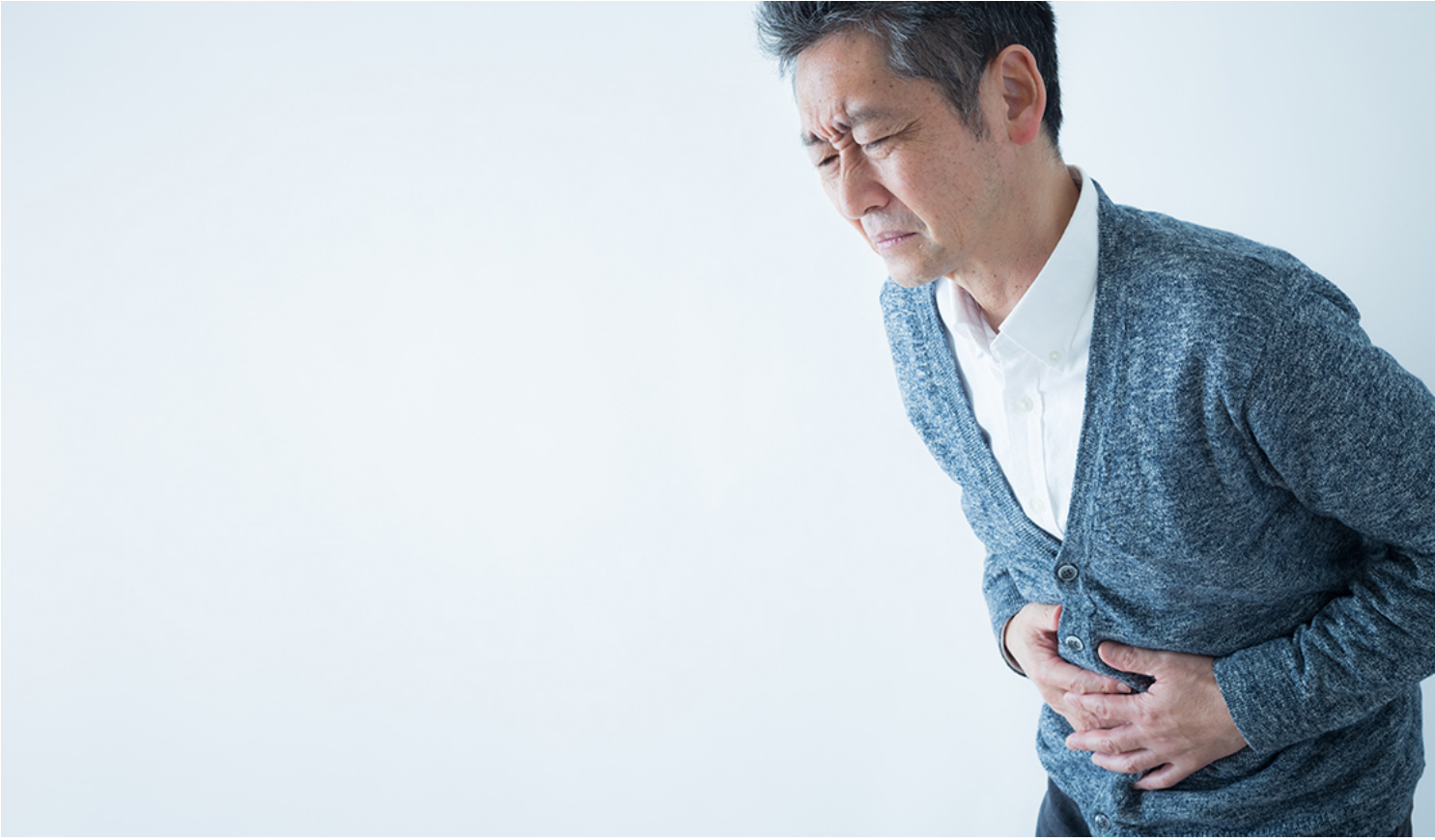


“ลำไส้อักเสบ” โรคที่คนส่วนใหญ่คิดว่าแค่อาการท้องเสียธรรมดา



ศูนย์ : ศูนย์ทางเดินอาหารและตับ

บทความโดยแพทย์ : รศ.ดร.พญ. พจมาน พิศาลประภา

ท่านเคยมีอาการเหล่านี้หรือไม่?

- มีอาการปวดบีบที่ท้อง
- อุจจาระเหลว เป็นน้ำ เป็นมูกหรือเป็นมูกเลือด บางคนอาจถ่ายวันละ 10-20 ครั้ง จนบางครั้งทำให้ผู้ป่วยต้องตื่นกลางดึกขึ้นมาเพื่อถ่าย
- มีไข้สูง หรือ ไข้ต่ำ
- รู้สึกอ่อนเพลีย

หากคุณมีอาการเหล่านี้ คุณอาจกำลังตกอยู่ในภาวะเสี่ยงที่จะเป็นโรคลำไส้อักเสบโดยไม่รู้ตัว ...
ดังนั้นเรามาทำความรู้จักกับโรคลำไส้อักเสบกันค่ะ

โรคลำไส้อักเสบคืออะไร?

โรคลำไส้อักเสบ (Ulcerative Colitis) คือ โรคที่มีการอักเสบของระบบทางเดินอาหารชนิดหนึ่ง ซึ่งเกิดการอักเสบที่เยื่อเมือกบริเวณลำไส้ใหญ่ ส่งผลให้เกิดแผลที่ผนังทางเดินอาหาร โดยอาการอักเสบที่เกิดขึ้นส่งผลให้เกิดเลือดออกที่ผนังลำไส้ ทำให้ลำไส้บีบตัวเร็วขึ้น ผู้ป่วยจึงมีอาการปวดท้อง ท้องร่วง ถ่ายมีมูกเลือดปนออกมา ทั้งนี้เกิดจากการหลุดลอกของเยื่อเมือกลำไส้ที่เกิดการอักเสบนั่นเอง

โรคลำไส้อักเสบ เกิดจากสาเหตุใด?

ทางการแพทย์ยังไม่พบสาเหตุที่ทำให้เกิดโรคลำไส้อักเสบ แต่สาเหตุที่เป็นไปได้นั้นอาจเกิดจากระบบภูมิคุ้มกันร่างกายทำงานผิดปกติ เพราะโดยปกติแล้วระบบภูมิคุ้มกันจะทำหน้าที่ป้องกันและกำจัดสิ่งแปลกปลอมที่เข้ามาในร่างกายอย่างเชื้อไวรัสหรือแบคทีเรีย แต่เมื่อระบบภูมิคุ้มกันทำงานผิดปกติจึงทำให้เชื้อโรคเข้าสู่ร่างกายได้ง่ายขึ้น ดังนั้นจึงทำให้เกิดการติดเชื้อและการอักเสบที่ลำไส้ตามมา ส่วนในกรณีที่ผู้ป่วยมีระบบภูมิคุ้มกันที่ทำงานผิดปกติเป็นระยะเวลานานๆ อาจทำให้เกิดอาการลำไส้อักเสบเรื้อรังได้

อาการที่บ่งชี้ว่าคุณกำลังเป็นโรคลำไส้อักเสบ

อาการที่พบได้บ่อยในโรคลำไส้อักเสบ คือ ท้องเสียหรือท้องร่วงร่วมกับปวดท้อง โดยอาการปวดท้องนั้นจะมีลักษณะแบบปวดบีบๆ นอกจากนั้นอาจมีอาการอื่นที่พบร่วมด้วย เช่น

- ลักษณะอุจจาระอาจเหลว เป็นน้ำ เป็นมูกหรือเป็นมูกเลือด
- มีไข้สูง หรือ ไข้ต่ำ รู้สึกหนาวสั่น
- คลื่นไส้ อาเจียน
- อ่อนเพลีย

หากท้องเสียมาก มีอาเจียนร่วมด้วย และดื่มน้ำได้น้อย อาจทำให้เกิดภาวะขาดน้ำได้ ซึ่งถ้ามีอาการดังที่กล่าวมาอย่างรุนแรง อาการไม่ดีขึ้นหรืออาการแย่ลงภายใน 24 ชั่วโมง ควรรีบไปโรงพยาบาลเพื่อพบแพทย์ แต่ถากรณีมีไข้สูง ปวดท้องมากและเกิดอาการจากภาวะขาดน้ำ เช่น ตาโหล ปากแห้ง วิงเวียน เป็นลม ใจสั่น ต้องรีบไปโรงพยาบาลโดยทันที

การตรวจวินิจฉัยโรคลำไส้อักเสบ

เมื่อมาโรงพยาบาลแพทย์จะสอบถามผู้ป่วยเกี่ยวกับอาการและประวัติการรักษา รวมทั้งอาจตรวจร่างกายผู้ป่วยว่ามีอาการอย่างอื่นหรือเกิดอาการตั้งที่ท้องรวมด้วยหรือไม่ ทั้งนี้แพทย์ต้องส่งตรวจเพิ่มเติมเพื่อแยกวินิจฉัยโรคลำไส้อักเสบออกจากโรคอื่นๆ ซึ่งบางโรคมีลักษณะอาการของโรคคล้าย โดยการวินิจฉัยโรคลำไส้ใหญ่อักเสบเรื้อรังประกอบด้วย

- การตรวจร่างกาย ตรวจอุจจาระ ตรวจเลือด (CBC) เพื่อดูว่ามีการติดเชื้อแบคทีเรียหรือไม่
- การตรวจค่าเกลือแร่ในร่างกาย เพื่อตรวจดูภาวะขาดน้ำ
- การตรวจเพาะเชื้อจากอุจจาระหรือจากเลือด และแพทย์อาจส่งตรวจรายการอื่นๆ เพิ่มเติม ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับอาการของผู้ป่วยที่แพทย์ตรวจพบและดุลพินิจของแพทย์ เช่น การเอกซเรย์ภาพของทรวงอกกรณีที่คนไข้ปวดท้องมาก เป็นต้น

โรคลำไส้อักเสบ สามารถรักษาได้อย่างไรบ้าง?

การรักษาตามอาการ คือ การป้องกันภาวะขาดน้ำด้วยการให้กินผงละลายเกลือแร่โออาร์เอส หรือถ้าขาดน้ำมากจะให้น้ำเกลือทางหลอดเลือดดำ และให้รับประทานอาหารอ่อนหรืออาหารเหลว โดยแพทย์อาจให้ทานยาแก้ปวดและยาแก้คลื่นไส้อาเจียนรวมด้วย

การรักษาโดยให้ยาปฏิชีวนะ กรณีเกิดการอักเสบจากติดเชื้อแบคทีเรีย หรือการให้ยาฆ่าเชื้อราเมื่อมีการอักเสบเกิดจากเชื้อรา เป็นต้น

โรคลำไส้อักเสบ สามารถป้องกันได้อย่างไร?

การป้องกันโรคลำไส้อักเสบที่มีสาเหตุจากการติดเชื้อสามารถป้องกันได้โดย

1. รักษาสุขอนามัยพื้นฐาน
2. รักษาความสะอาดของอาหาร น้ำดื่มโดยเฉพาะน้ำแข็ง ห้องคร้ว เครื่องใช้ในการปรุงอาหาร
3. อาหารควรปรุงให้สุกอย่างทั่วถึง
4. ล้างมือทุกครั้งก่อนรับประทานอาหารและหลังเข้าห้องน้ำ
5. ใช้สวมหมวกในการชั่บถ่าย เพื่อลดโอกาสเกิดโรคระบาดติดต่อทางอุจจาระ
6. กรณีที่ต้องเดินทางไปต่างประเทศ ควรศึกษาสุขอนามัยของประเทศที่จะไปก่อนเสมอ โดยเฉพาะเรื่องน้ำดื่มและอาหารการกิน

สำหรับการป้องกันโรคลำไส้อักเสบที่ไม่ทราบสาเหตุจากการติดเชื้อ เป็นโรคที่ไม่สามารถป้องกันได้ ดังนั้นเราจึงควรใส่ใจความสะอาดของอาหารที่รับประทานและการใช้ชีวิตประจำวัน ทั้งนี้เพื่อช่วยลดความเสี่ยงไม่ให้เกิดโรคลำไส้อักเสบ

