

โรคงูสวัด (HERPES ZOSTER) เกิดจากอะไร อันตรายแค่ไหน?

‘งูสวัด’ เป็นโรคผิวหนังที่เกิดจากเชื้อ Herpes Varicella Zoster ซึ่งเป็นชนิดเดียวกับเชื้อที่ทำให้เกิดไข่อสุกอีใส ผู้ที่เคยเป็นโรคอีสุกอีใสมาก่อนจะยังคงมีเชื้อไวรัสหลงเหลืออยู่ในปมประสาทสันหลังเมื่อถูกกระตุ้นจะสามารถทำให้เกิดเป็นโรคงูสวัดได้

บริเวณที่พบบ่อย คือ บริเวณเอว คอ ก้นกบ ตา ใบหน้า ผู้ที่มีภูมิคุ้มกันต่ำ เช่น ผู้สูงอายุ หรือจากโรค เช่น โรคเอดส์ ผู้ที่เปลี่ยนถ่ายอวัยวะ การรับประทานยาสเตียรอยด์ ยารักษาโรคมะเร็ง จะมีปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคนี้ ผู้สูงอายุมักมีอาการรุนแรงกว่าผู้ที่อยู่ในวัยเด็ก

อาการเตือน โรคงูสวัด

- ปวดศีรษะ
- ปวดกล้ามเนื้อ
- ปวดแสบ ปวดร้อน
- มีผื่นตุ่มน้ำตามเส้นประสาทข้างใดข้างหนึ่ง

ภาวะแทรกซ้อน

- หากมีอาการปวดรุนแรง อาจพบเส้นเลือดหัวใจและสมองอุดตันภายหลังได้
- อาการปวดปลายประสาทภายหลังรอยโรคหายแล้ว บางรายอาจทำให้มีอาการอัมพาตบริเวณใบหน้า ซิกที่ยังมีอาการ แต่พบไม่บ่อยนัก
- อาการแทรกซ้อนทางตา ทำให้เกิดกระจกตาอักเสบ
- การติดเชื้อแบคทีเรียที่แผล
- ในผู้ที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่อง อาจพบภาวะสมองอักเสบ ไขสันหลังอักเสบ ผื่นที่ผิวหนังกระจาย ปอดบวม
- งูสวัดในผู้ป่วยโรคเอดส์ ผื่นจะมีอาการรุนแรงมากกว่าในคนปกติ

การรักษาโรคงูสวัด

ให้ยาบรรเทาอาการปวดจากปลายประสาทอักเสบ ร่วมกับยาทาเพื่อป้องกันการติดเชื้อแบคทีเรียซ้ำซ้อนยาต้านเชื้อไวรัส รับประทานภายใน 48 ชั่วโมง หลังจากผื่นขึ้น ซึ่งจะทำให้ผื่นหายเร็ว ลดอาการเจ็บปวดและลดจำนวนเชื้อ

วิธีป้องกัน 'โรคงูสวัด'

การฉีดวัคซีนป้องกันโรคงูสวัด เป็นวิธีที่ดีที่สุดในปัจจุบัน แนะนำให้ฉีดในผู้สูงอายุ 50 ปีขึ้นไป โดยฉีด 2 เข็ม ห่างกัน 2-6 เดือน สามารถป้องกันการเกิดโรคได้ถึง 97% แม้ในผู้ป่วยที่เคยเป็นแล้ว แนะนำให้ฉีดวัคซีนได้หลังจากเป็นโรคไปแล้วอย่างน้อย 6 เดือน แต่ในผู้ป่วยที่ภูมิคุ้มกันต่ำ เช่น ผู้ป่วยมะเร็ง เปลี่ยนไต สามารถฉีดได้ ตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป

ที่มา : <https://thainakarin.co.th/article-from-doctor/herpes-zoster/>

‘โรคสะเก็ดเงิน’ ปัญหาผิวหนัง...ที่ไม่ควรมองข้าม

นพ. สุรพล ลิขิตวัฒนานุรักษ์

หัวหน้าแผนกผิวหนังและเลเซอร์ โรงพยาบาลไทยนครินทร์

การรักษาโรคสะเก็ดเงิน (Psoriasis)

‘สะเก็ดเงิน’ เป็นโรคเรื้อรัง รักษาไม่หายขาด การรักษาต้องวางแผนระยะยาวและรักษาอย่างต่อเนื่อง เพื่อป้องกันการกำเริบของโรค ถ้าเป็นผื่นไม่มาก รักษาโดยใช้ยาทา TAR, Anthralin, คอร์ติโคสเตียรอยด์, วิตามินดี 3 ถ้าอาการไม่ดีขึ้นอาจใช้ร่วมกับการฉายแสงอัลตราไวโอเล็ต ถ้าผู้ป่วยมีอาการรุนแรง อาจต้องรับประทานยาร่วมด้วย ซึ่งยาในการรักษาเหล่านี้มีผลข้างเคียง ไม่ควรซื้อมาทาหรือรับประทานเอง ส่วนผื่นบริเวณหนังศีรษะควรใช้แชมพูยาที่ส่วนผสมของ TAR ร่วมกับยาทา

สาเหตุของการเกิดโรคสะเก็ดเงิน

- เป็นโรคผิวหนังที่ไม่ติดต่อ พบได้ทุกเพศทุกวัย และพบได้ในคนทุกเชื้อชาติทั่วโลก สาเหตุที่แท้จริงยังไม่ทราบแน่ชัด
- มีความผิดปกติของภูมิคุ้มกัน ทำให้การแบ่งตัวของเซลล์ผิวหนังเร็วกว่าปกติ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของผิวหนังจึงไม่สมบูรณ์
- เป็นโรคผิวหนังที่ถ่ายทอดทางพันธุกรรมได้
- กระตุ้นโดยสิ่งแวดล้อม เช่น เป็นไข้หวัด ความเครียด พักผ่อนไม่เพียงพอ

อาการของโรคสะเก็ดเงิน

- เป็นผื่นแดงหนาขอบเขตชัดเจน มีสะเก็ดสีเงินปกคลุม
- เมื่อขูดลอกสะเก็ดออกจะพบจุดเลือดเล็กๆ ใต้ผิวหนัง
- มักเป็นบริเวณข้อศอก หัวเข่า หน้าแข้ง
- ผื่นอาจมีขนาดเล็กหรือใหญ่กระจายทั่วร่างกาย
- ที่ศีรษะมีผื่นแดงลอกเป็นขาวคล้ายรังแค
- อาจมีการเปลี่ยนแปลงของเล็บร่วมด้วย เช่น มีเล็บหนา เนื้อเล็บผุกร่อน ร้อนเป็นปื้นขาวหรือหลุมเล็กๆ บริเวณผิวเล็บ
- อาจมีอาการปวดข้อร่วมด้วย

ปัจจัยที่ทำให้โรคสะเก็ดเงินกำเริบ

- บาดแผลบนผิวหนัง ผู้ป่วยโรคสะเก็ดเงินถ้าถูกของมีคมเป็นแผลหรือแม้แต่เกิดรอยถลอกเพียงเล็กน้อย อาจทำให้เกิดผื่นของโรคที่บริเวณนั้น
- การเปลี่ยนแปลงของฤดูกาล ผู้ป่วยจะมีอาการดีขึ้นในช่วงฤดูร้อนเพราะได้รับรังสีอัลตราไวโอเล็ต และอาจกำเริบในช่วงฤดูหนาวซึ่งอากาศแห้ง
- ความเครียดที่มีผลต่อร่างกาย เช่น ภาวะติดเชื้ เป็นไข้หวัด พักผ่อนน้อย ทำให้ผื่นกำเริบได้

การดูแลตนเองเบื้องต้น

- ทาครีมหรือโลชั่นให้ความชุ่มชื้นแก่ผิวหนังเป็นประจำทุกวัน เพื่อลดอาการผิวแห้งและระคายเคือง
- ใช้สบู่อ่อนๆ เพื่อหลีกเลี่ยงอาการระคายเคืองของผิวหนัง ซึ่งจะทำให้โรคสะเก็ดเงินกำเริบมากขึ้น
- ห้ามใช้น้ำยาฆ่าเชื้อในการทำความสะอาดผิว เพราะโรคสะเก็ดเงินไม่ใช่โรคติดต่อ และน้ำยาฆ่าเชื้อจะทำให้เกิดอาการระคายเคืองและทำให้ผื่นกำเริบได้
- อาหารไม่มีผลต่อโรคนี้ แต่การดื่มเหล้าหรือแอลกอฮอล์จะทำให้ผื่นกำเริบมากขึ้น
- อย่าเกาหรือพยายามแกะสะเก็ดออกจากผื่น จะทำให้เลือดออก และผื่นกำเริบได้
- ดูแลสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง ไม่เป็นหวัด ไม่เครียด

ที่มา <https://thainakarin.co.th/knowledge-for-health/psoriasis/>