

## โรคกระเพาะอาหารภัยเงียบสู่มะเร็งร้าย

ปวดท้อง จุกเสียด อาหารไม่ย่อย อาการเหล่านี้เป็นอาการของโรคกระเพาะอาหาร หรือทางการแพทย์เรียกกันว่า **โรคแผลเปปติก (Peptic Ulcer)**

ซึ่งจะเกิดเป็นแผลบริเวณกระเพาะอาหารโดยตรงหรือเกิดเป็นแผลที่บริเวณลำไส้เล็กส่วนต้นซึ่งอยู่ติดกับกระเพาะอาหาร ผู้ป่วยส่วนใหญ่จะประสบปัญหาเป็นๆหายๆ หลังจากการรักษาแผลให้หายแล้วก็มักจะกลับมาเป็นแผลอีกเรื่อยๆ ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ ซึ่งสาเหตุสำคัญพบว่าโรคกระเพาะเกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรียที่ชื่อ **เฮลิโคแบคเตอร์ ไพโลไร** หรือ **เอช.ไพโลไร (Helicobacter pylori)**

### เฮลิโคแบคเตอร์ ไพโลไร คืออะไร

เฮลิโคแบคเตอร์ ไพโลไร หรือ อีกชื่อ เอส.ไพโลไร เชื้อแบคทีเรีย ร้ายในกระเพาะอาหาร โดยปกติแล้วกระเพาะอาหารจะมีสภาพเป็นกรดอย่างแรง จะช่วยทำหน้าที่ทำลายแบคทีเรียทำให้แบคทีเรียส่วนใหญ่ไม่สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ แต่เนื่องจากเชื้อ เฮลิโคแบคเตอร์ ไพโลไร จะมีลักษณะพิเศษที่สำคัญ คือ สร้างต่างมาหักล้างกับกรดได้ ทำให้เชื้อนี้อยู่เจริญเติบโตในกระเพาะอาหาร ทำให้เกิดการอักเสบของกระเพาะอาหาร และเป็นสาเหตุที่สำคัญของ โรคแผลในกระเพาะอาหาร ลำไส้ส่วนต้นยังเป็นปัจจัยเสี่ยง **โรคมะเร็งกระเพาะอาหาร**

### อาการของโรคกระเพาะอาหาร

ส่วนใหญ่มียอาการปวดท้องบริเวณยอดอกหรือใต้ลิ้นปี่โดยมีประวัติเป็นเรื้อรังมานาน โดยสุขภาพทั่วไปไม่ทรุดโทรม ผู้ป่วยบางรายมี อาการจุกเสียดแน่น เจ็บ แสบหรือร้อน โดยอาการจะสัมพันธ์กับการกินอาหาร โดยเฉพาะอาหารรสเผ็ดจัด เปรี้ยวจัด บางรายอาจมีอาการปวดท้องตอนบ่าย เย็น กลางคืน

### การรักษาเพื่อป้องกันการเกิดเชื้อเฮลิโคแบคเตอร์ ไพโลไร

แนวทางในการรักษาโดยทั่วไป แพทย์จะทำการซักประวัติและตรวจร่างกายพร้อมกับหาเชื้อ เฮลิโคแบคเตอร์ ไพโลไร ในผู้ป่วยที่ได้รับการยืนยันว่าเป็นโรคแผลในกระเพาะอาหารทุกราย เพิ่มเติมด้วยการส่องกล้องตรวจกระเพาะอาหารและลำไส้เล็กส่วนต้น ผู้ป่วยที่เป็นๆ หายๆ การรักษาที่นิยมใช้กันมากที่มีประสิทธิภาพสูง ประกอบด้วย การใช้ยาลดการหลั่งกรด 1 ชนิด ร่วมกับยาปฏิชีวนะอีก 2 ชนิด เป็นระยะเวลา 1-2 สัปดาห์ สามารถกำจัดเชื้อมากกว่า 90 %

### การดูแลรักษาตัวเองจากโรคกระเพาะอาหาร

1. รับประทานอาหารอ่อน ย่อยง่าย ให้ตรงต่อเวลาทุกมื้อ
2. รับประทานอาหารจำนวนน้อยๆ แต่บ่อย ไม่ควรกินอิ่มในแต่ละมื้อ
3. หลีกเลี่ยงอาหารรสเผ็ดจัด เปรี้ยวจัด ของหมักดอง น้ำอัดลม
4. งดบุหรี่ แอลกอฮอล์ ชา กาแฟหรือเครื่องดื่มกาเฟอีน
5. หลีกเลี่ยงการใช้ยาแอสไพริน ยาแก้ปวดข้อ ปวดกระดูกทุกชนิด (NSAID)

โรคแผลในกระเพาะอาหารหรือลำไส้เล็กส่วนต้น มักเป็นโรคเรื้อรัง เมื่อรักษาแผลหายแล้วยังมีโอกาสเป็นซ้ำอีกได้ หากมีอาการของภาวะแทรกซ้อน เช่น อาเจียนเป็นเลือด ถ่ายอุจจาระสีดำ ปวดท้องรุนแรง หรือเบื่ออาหาร น้ำหนักลงโดยไม่มีสาเหตุ ควรรีบไปพบแพทย์ เพราะนำไปสู่โรคมะเร็งกระเพาะอาหารได้

ที่มา : <https://www.praram9.com/peptic-ulcer>

## รู้ทัน “ไวรัสอะดีโน (Adenovirus)” โรคใกล้ตัวลูกน้อย

แพทย์หญิง ปราญชลี ศรีกาญจนวัชร

แพทย์ผู้ชำนาญการด้านกุมารเวชศาสตร์ เฉพาะทางต่อมไร้ท่อและเมตาบอลิซึม

การติดเชื้อ “ไวรัสอะดีโน” เป็นเชื้อไวรัสที่พบได้ทั่วไปในเด็ก ตั้งแต่อายุ 6 เดือนถึง 5 ปี แต่เป็นปัญหาที่มีผลกระทบต่อสุขภาพของเด็กเป็นอย่างมาก เนื่องจากระบบภูมิคุ้มกันของเด็กยังไม่แข็งแรงเท่าในผู้ใหญ่ ทำให้การติดเชื้อไวรัสอะดีโน สามารถเข้าทำลายร่างกายของเด็กได้ง่าย โดยไวรัสชนิดนี้สามารถก่อให้เกิดการติดเชื้อในระบบต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น ระบบทางเดินหายใจ, ระบบทางเดินอาหาร, ดวงตา และบางครั้งระบบทางเดินปัสสาวะ

### อาการของอะดีโนไวรัสในเด็ก

- ระบบทางเดินหายใจ : มีไข้สูง ไอ น้ำมูกไหล เจ็บคอ หลอดลมอักเสบ และอาจมีอาการปอดบวมในกรณีที่ มีอาการรุนแรง
- ระบบทางเดินอาหาร : อาจเกิดอาการปวดท้อง ท้องเสีย หรืออาเจียนได้
- ดวงตา : มีอาการเยื่อぶตาอักเสบ (ตาแดง, น้ำตาไหล, ขี้ตาเยอะ)
- ระบบทางเดินปัสสาวะ : มีภาวะกระเพาะปัสสาวะอักเสบ

### การแพร่เชื้อ

- ไวรัสแพร่กระจายผ่านการสัมผัสโดยตรง เช่น การไอหรือจาม (ละอองฝอยจากทางเดินหายใจ)
- การสัมผัสสิ่งของหรือพื้นผิวที่ปนเปื้อนเชื้อ
- การรับประทานอาหารหรือน้ำที่มีเชื้อไวรัสปนเปื้อน

### การรักษา

- ไม่มีการรักษาเฉพาะเจาะจง สำหรับอะดีโนไวรัส การรักษาส่วนใหญ่เป็นการประคับประคองตามอาการ
- ให้ยาลดไข้ เช่น พาราเซตามอล
- ให้เด็กดื่มน้ำมาก ๆ เพื่อป้องกันภาวะขาดน้ำ
- พักผ่อนให้เพียงพอ
- ในกรณีที่อาการรุนแรง เช่น ปอดบวมหรือขาดน้ำ อาจต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล

## การป้องกัน

- ล้างมือให้สะอาดเป็นประจำ
- หลีกเลี่ยงการใช้ของร่วมกับผู้อื่น เช่น แก้วน้ำ ช้อน หรือผ้าเช็ดตัว
- สอนเด็กให้ปิดปากและจมูกเวลาไอหรือจาม
- ทำความสะอาดสิ่งของและพื้นผิวที่เด็กสัมผัสบ่อย

ดังนั้น เพื่อการป้องกันบุตรหลานให้ห่างจากเชื้อไวรัสอะดีโน การใส่หน้ากากอนามัย เว้นระยะห่าง และหมั่นล้างมือให้สะอาด ยังคงเป็นมาตรการที่ช่วยลดการแพร่เชื้อ และลดโอกาสการรับเชื้อโรคไวรัสทางเดินหายใจทุกชนิดอีกด้วย

ที่มา : <https://theworldmedicalhospital.com/adenovirus>