

ยาที่ใช้ในระบบทางเดินอาหาร

วิชายาในชีวิตประจำวัน
ภาคการศึกษา 3/2557

วัตถุประสงค์การเรียนรู้

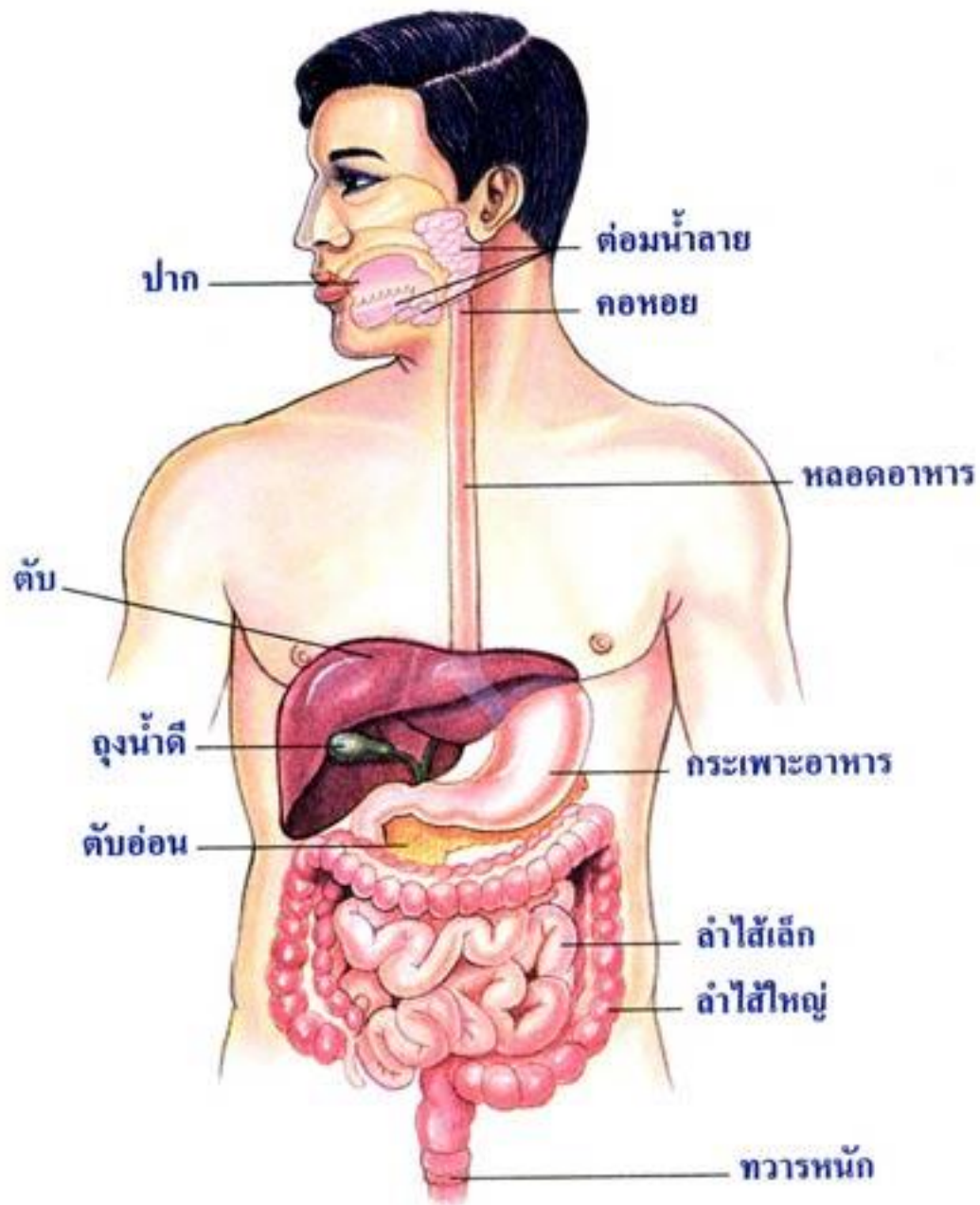
- นิสิตทราบและเข้าใจอาการ/โรคที่พบบ่อยในระบบทางเดินอาหาร
- นิสิตสามารถปฏิบัติตัวและใช้ยาสำหรับอาการ/โรคที่พบบ่อยในระบบทางเดินอาหารได้อย่างถูกต้องและเกิดประสิทธิภาพสูงสุด

เนื้อหาการเรียน

- อาการหรือโรคภายในช่องปาก
 - * แผลร้อนใน
 - * ปวดฟัน ฟันผุ
 - * เหงือกอักเสบ
- อาการหรือโรคในกระเพาะอาหารและลำไส้เล็ก
 - * โรคกระเพาะอาหารไม่ย่อย
 - * โรคแผลในทางเดินอาหาร
 - * โรคกรดไหลย้อน

เนื้อหาการเรียน

- อาการหรือโรคในลำไส้และทวารหนัก
 - * ท้องเสีย
 - * ท้องผูก
 - * โรคพยาธิ
 - * โรคริดสีดวงทวารหนัก



อาการหรือโรคภายในช่องปาก

แผลร้อนใน (Apthous ulcer)

สาเหตุ

- ไม่ทราบสาเหตุการเกิดที่แน่ชัด
- คาดว่ามีความสัมพันธ์กับปฏิกิริยาภูมิคุ้มกันตัวเอง (autoimmune) ที่เกิดกับเยื่อบุภายในช่องปาก
 - * ความเครียด
 - * ท้องผูก
 - * มีประจำเดือน
 - * เป็นไข้เรื้อรัง
 - * พักผ่อนน้อย



แผลร้อนใน (Apthous ulcer)

อาการแสดง

- แผลตื้นๆ ขอบแผลแดง ตรงกลางแผลเป็นสีขาวปนเหลือง
- รู้สึกเจ็บ ปวดมากในช่วง 2-3 วันแรก ต่อมาอีก 5-7 วันจะพบเยื่อเหลืองๆ ปกคลุมที่ผิวของแผล
- อาการปวดจะค่อยๆ หุเลา และแผลหายได้เอง ภายใน 7-14 วัน
- ตำแหน่งที่พบบ่อยคือ ริมฝีปาก กระพุ้งแก้ม บนลิ้น ใต้ลิ้น



แผลร้อนใน (Apthous ulcer)

การรักษา

- การปฏิบัติตัว

1. เลี่ยงรับประทานอาหารรสจัด
2. บ้วนปากด้วยน้ำเกลือ วันละ 2-3 ครั้ง
3. แก้ไขสาเหตุที่คาดว่าทำให้เกิดแผล



แผลร้อนใน (Apthous ulcer)

การรักษา

- **การใช้ยา**

1. ถ้ามีอาการปวด: ยาบรรเทาอาการปวด เช่น พาราเซตามอล
2. ป้ายแผลด้วยครีมสเตียรอยด์ เพื่อลดการอักเสบและช่วยให้แผลหายเร็วขึ้น



ปวดฟัน ฟันผุ (Dental caries, tooth decay)

สาเหตุ

เศษอาหารค้างอยู่ตามซอกฟัน

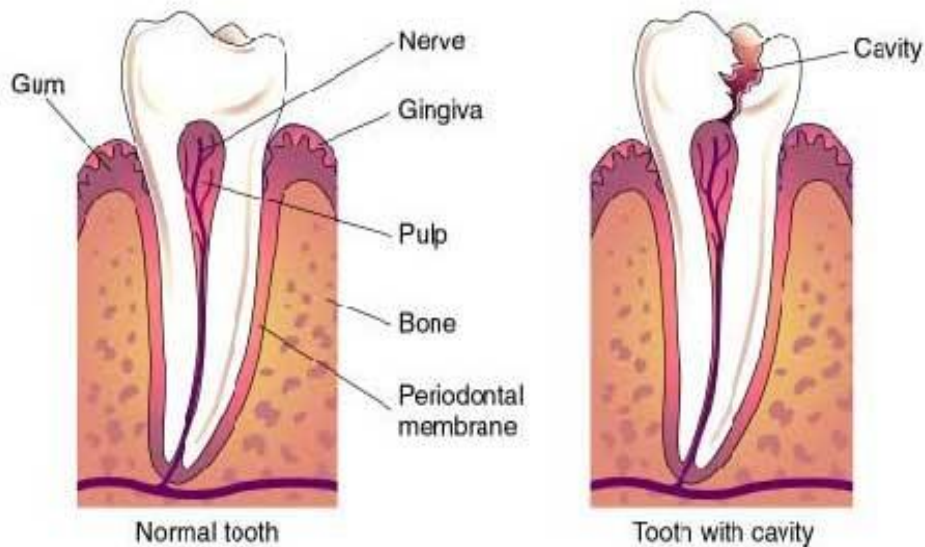


แบคทีเรียที่ผิวฟัน

กรด



กักร่อนผิวฟัน



ปวดฟัน ฟันผุ (Dental caries, tooth decay)

อาการแสดง

- ช่วงแรกจะมีอาการปวดเสียวฟันเล็กน้อยเวลารับประทานอาหารหวาน หรือของเย็นจัด
- ถ้าฟันผุมากขึ้น: เศษอาหารติด ทำให้มีกลิ่นปาก
- ถ้าฟันผุจนถึงชั้นโพรงประสาท: เกิดการอักเสบ มีอาการปวดฟันอย่างรุนแรง และรากฟันอาจอักเสบเป็นหนองได้

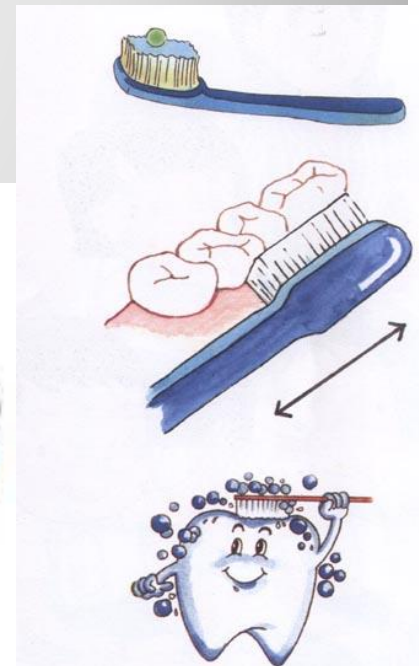


ปวดฟัน ฟันผุ (Dental caries, tooth decay)

การรักษา

- **การปฏิบัติตัว**

1. เลี่ยงรับประทานอาหารรสหวาน อาหารเย็นจัด
2. แปรงฟันให้ถูกวิธี ทำความสะอาดลิ้น และใช้ไหมขัดฟันทำความสะอาดระหว่างช่องฟัน



ปวดฟัน ฟันผุ (Dental caries, tooth decay)

การรักษา

- **การใช้ยา**

1. รับประทานยาบรรเทาอาการปวด เช่น พาราเซตามอล ยาต้านอักเสบที่ไม่ใช่สเตียรอยด์

2. กรณีที่มีการอักเสบเป็นหนอง ควรรับประทานยาฆ่าเชื้อติดต่อกันจนหมดตามระยะเวลาที่แพทย์หรือเภสัชกรกำหนด เพื่อป้องกันการดื้อยา



เหงือกอักเสบ (Gingivitis)



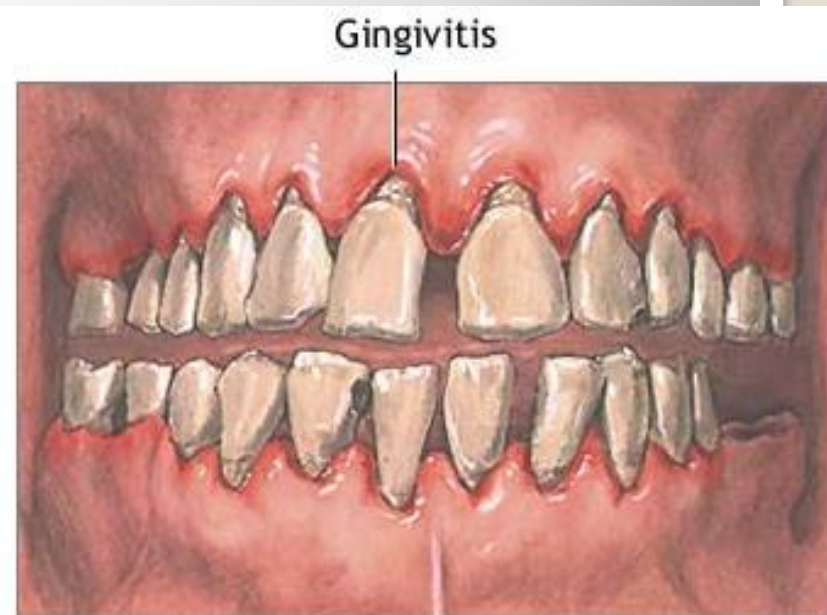
สาเหตุ

- การรักษาความสะอาดในช่องปากไม่ดี จึงเกิดการสะสมของแผ่นคราบฟัน ซึ่งเป็นแผ่นคราบบางๆ เกาะอยู่ที่ซอกฟัน คอฟัน ร่องฟัน และหินปูน
- หินปูน คือ แผ่นคราบฟันที่แข็งตัวขึ้น เพราะมีแคลเซียมเข้าไปตกตะกอน
- แบคทีเรียที่อยู่บนแผ่นคราบฟันหรือหินปูนจะปล่อยสารออกมาอยู่บนผิวของเหงือก ทำให้เกิดการอักเสบและบวมได้

เหงือกอักเสบ (Gingivitis)

อาการแสดง

- เหงือกอักเสบ บวม มีเลือดออกง่ายเวลาแปรงฟัน โดยไม่มีอาการเจ็บ
- เมื่ออาการลุกลามมากขึ้น: เหงือกร่น ฟันโยก และอาจมีกลิ่นปาก



เหงือกอักเสบ (Gingivitis)

การป้องกัน

1. แปรงฟันให้ถูกวิธี เพื่อลดการสะสมของแผ่นคราบฟัน
2. ควรหมั่นตรวจสุขภาพฟันกับทันตแพทย์ อย่างน้อยทุก 6 เดือน



อาการหรือโรคในกระเพาะอาหารและลำไส้เล็ก

โรคกระเพาะอาหารไม่ย่อย (Dyspepsia)

สาเหตุ.

- การรับประทานอาหารไม่ตรงเวลา
- อาหารรสเผ็ดจัด; อาหารที่ย่อยยาก โดยเฉพาะอาหารไขมันสูง; อาหารหรือเครื่องดื่มที่ทำให้เกิดก๊าซในท้อง เช่น ถั่ว น้ำอัดลม
- กาแฟ ชา แอลกอฮอล์
- การสูบบุหรี่
- การคุยกันระหว่างรับประทานอาหาร
- การเร่งรีบในการเคี้ยวอาหาร ทำให้เคี้ยวไม่ละเอียด
- การเคี้ยวหมากฝรั่ง
- การนอนทันทีหลังรับประทานอาหาร
- โรคบางชนิด เช่น นิ่วในถุงน้ำดี

โรคกระเพาะอาหารไม่ย่อย (Dyspepsia)

อาการและอาการแสดง

- ปวดจุกเสียด
- แสบท้อง
- ท้องอืด อึดอัดแน่นท้อง เนื่องจากอาหารไม่ย่อยหรือมีลมในท้อง
- เรอ
- คลื่นไส้ อาเจียนเล็กน้อย



โรคกระเพาะอาหารไม่ย่อย (Dyspepsia)



การรักษา

• การปฏิบัติตัว

1. รับประทานอาหารให้ตรงเวลา
2. เลี่ยงรับประทานอาหารรสเผ็ดจัด เปรี้ยวจัด อาหารที่ย่อยยาก
3. เลิกสูบบุหรี่
4. งดดื่มชา กาแฟ แอลกอฮอล์ น้ำอัดลม
5. ควรรับประทานอาหารมื้อเย็นก่อนเข้านอน อย่างน้อย 3 ชั่วโมงขึ้นไป
6. ควรเคี้ยวอาหารให้ละเอียด ไม่คุยกันระหว่างรับประทานอาหาร และ
ไม่รับประทานอาหารจนอิ่มมากเกินไป

โรคกระเพาะอาหารไม่ย่อย (Dyspepsia)

การรักษา

- **การปฏิบัติตัว (ต่อ)**

7. ถ้ามีน้ำหนักตัวมาก ควรลดน้ำหนักตัว

8. เลี่ยงการเคี้ยวหมากฝรั่ง

9. ควรออกกำลังกายสม่ำเสมอและผ่อนคลายความเครียด



โรคกระเพาะอาหารไม่ย่อย (Dyspepsia)

การรักษา

- การใช้ยา

* ระยะเวลาในการรับประทานยา ประมาณ 2 สัปดาห์ ถ้าอาการไม่ดีขึ้น แพทย์หรือเภสัชกรอาจพิจารณาให้รับประทานอีก 2 สัปดาห์ หรือเพิ่มยาตัวอื่น

1. ยายับยั้งการหลั่งกรด

2. ยาช่วยบรรเทาอาการปวดเสบท้อง ได้แก่ ยาลดกรด (antacid)

ยายับยั้งการหลั่งกรด



ยาลดกรด



โรคกระเพาะอาหารไม่ย่อย (Dyspepsia)

การรักษา

● การใช้ยา

3. ยาช่วยเพิ่มการเคลื่อนไหวของทางเดินอาหาร
4. ยาขับลมหรือก๊าซในทางเดินอาหาร
 - * สมุนไพรร เช่น น้ำตะไคร้ น้ำขิง
 - * ยารับประทาน เช่น ยารธาตุน้ำแดง, simethicone
5. ยาช่วยย่อย ซึ่งประกอบด้วยเอนไซม์ต่างๆ รวมกันเป็นยาเม็ด

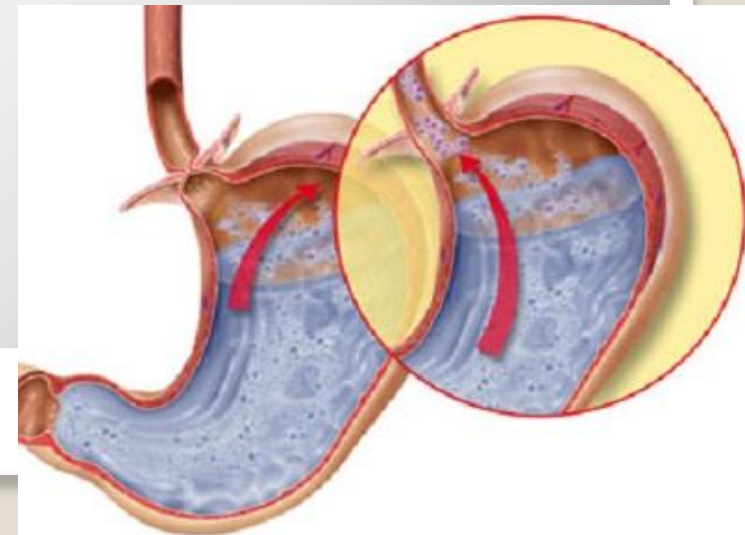
ยาขับลมหรือก๊าซในทางเดินอาหาร



โรคกรดไหลย้อน (Gastroesophageal reflux disease: GERD)

สาเหตุ

- ความผิดปกติเกี่ยวกับการไหลย้อนของกรดในกระเพาะอาหารและ gastric content เข้าไปในหลอดอาหาร ทำให้เนื้อเยื่อของหลอดอาหารถูกทำลาย
- มักเป็นเรื้อรัง และกลับเป็นซ้ำได้ ใช้เวลาในการรักษานาน



โรคกรดไหลย้อน (Gastroesophageal reflux disease: GERD)

สาเหตุ (ต่อ)

- กล้ามเนื้อหูรูดหลอดอาหารส่วนล่างซึ่งต่อกับกระเพาะอาหารหย่อนตัว :
 - * อาหารประเภทมันส์ กาแฟ อาหารมันมาก ช็อคโกแลต
 - * ความอ้วน
 - * แอลกอฮอล์
 - * การนอนทันทีหลังรับประทานอาหารมื้อใหญ่
 - * ยาบางชนิด เช่น theophylline
- การเปลี่ยนแปลงทางกายวิภาค เช่น hiatal hernia



โรคกรดไหลย้อน (Gastroesophageal reflux disease: GERD)

อาการและอาการแสดง

- อาการแสบยอดอก (heartburn)
- เรอเปรี้ยว
- เจ็บหน้าอกซึ่งไม่ใช่จากโรคหัวใจ กลืนลำบาก



โรคกรดไหลย้อน (Gastroesophageal reflux disease: GERD)

การรักษา

- **การปฏิบัติตัว**

1. ควรนอนเตียงที่ยกศีรษะให้สูงขึ้น 15 เซนติเมตร หรือ 6-8 นิ้ว
2. ปรับพฤติกรรมการรับประทานอาหารให้เหมาะสมกับผู้ป่วยแต่ละราย
3. เลี่ยงการนอนทันทีหลังรับประทานอาหาร อย่างน้อย 2 ชั่วโมง
4. เลี่ยงรับประทานอาหารปริมาณๆ ในหนึ่งมือ
5. เลิกสูบบุหรี่
6. ลดน้ำหนักตัวในผู้ที่เป็นโรคอ้วน



โรคกรดไหลย้อน (Gastroesophageal reflux disease: GERD)

การรักษา

- การใช้ยา

1. ยายับยั้งการหลั่งกรด

* ระยะเวลาในการรับประทานยาจะขึ้นกับความรุนแรงของโรค
อย่างน้อย 4 สัปดาห์ขึ้นไป

2. ยาลดกรด: ช่วยบรรเทาอาการแสบยอดอกได้เร็ว โดยรับประทานยา
บ่อยทุกชั่วโมงหรือเมื่อมีอาการแสบร้อนอก

อาการหรือโรคในลำไส้และทวารหนัก

ท้องเสีย (Diarrhea)

สาเหตุ

- อุจจาระร่วง
- การถ่ายอุจจาระที่มีปริมาณน้ำเพิ่มขึ้นหรือเนื้ออุจจาระลดลง หรือถ่ายอุจจาระ 3 ครั้งต่อวันหรือมากกว่า หรือถ่ายมีมูกหรือมูกปนเลือด อย่างน้อย 1 ครั้ง หรือถ่ายเป็นน้ำจำนวนเกิน 1 ครั้งภายใน 24 ชั่วโมง



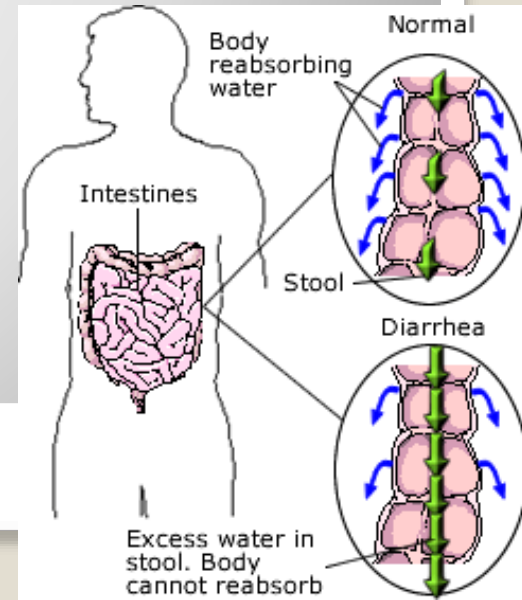
ท้องเสีย (Diarrhea)

สาเหตุ

- **ท้องเสียเฉียบพลัน (acute diarrhea):** ท้องเสียน้อยกว่า 14 วัน

โดยสาเหตุเกิดจาก

- * การติดเชื้อ
- * การได้รับโลหะหนักบางชนิด เช่น สารหนู ตะกั่ว
- * แพ้พิษ
- * ยาบางชนิด เช่น amoxicillin



ท้องเสีย (Diarrhea)

สาเหตุ

- **ท้องเสียเรื้อรัง (chronic diarrhea):** ท้องเสียนานเกิน 4 สัปดาห์ เป็นๆ หายๆ อาจมีสาเหตุจาก
 - * ความเครียด
 - * มะเร็งลำไส้
 - * ความผิดปกติเกี่ยวกับการดูดซึมของลำไส้ โดยเฉพาะอาหารประเภทไขมัน
 - * การขาดเอนไซม์ lactase
 - * โรคเรื้อรัง เช่น โรคเบาหวาน โรคไทรอยด์ฮอร์โมนสูง (hyperthyroidism)

ท้องเสีย (Diarrhea)

สาเหตุ

- ท้องเสียจากการติดเชื้อ : แบคทีเรีย ไวรัส แบ่งออกเป็น 2 ประเภท

1. ท้องเสียที่ถ่ายเป็นน้ำ

* อาหารเป็นพิษ (food poisoning): สารพิษของเชื้อแบคทีเรียปนเปื้อนอยู่ในอาหาร

- มักมีอาการหลังรับประทานอาหาร 6-24 ชั่วโมง โดยมีประวัติรับประทานอาหารที่หึ่งค้างไว้นาน เช่น ขนมจีน ขนมปัง
- เริ่มด้วยอาการอาเจียน ปวดท้อง แต่มักไม่มีไข้ ต่อมาจึงมีอาการอุจจาระเป็นน้ำ

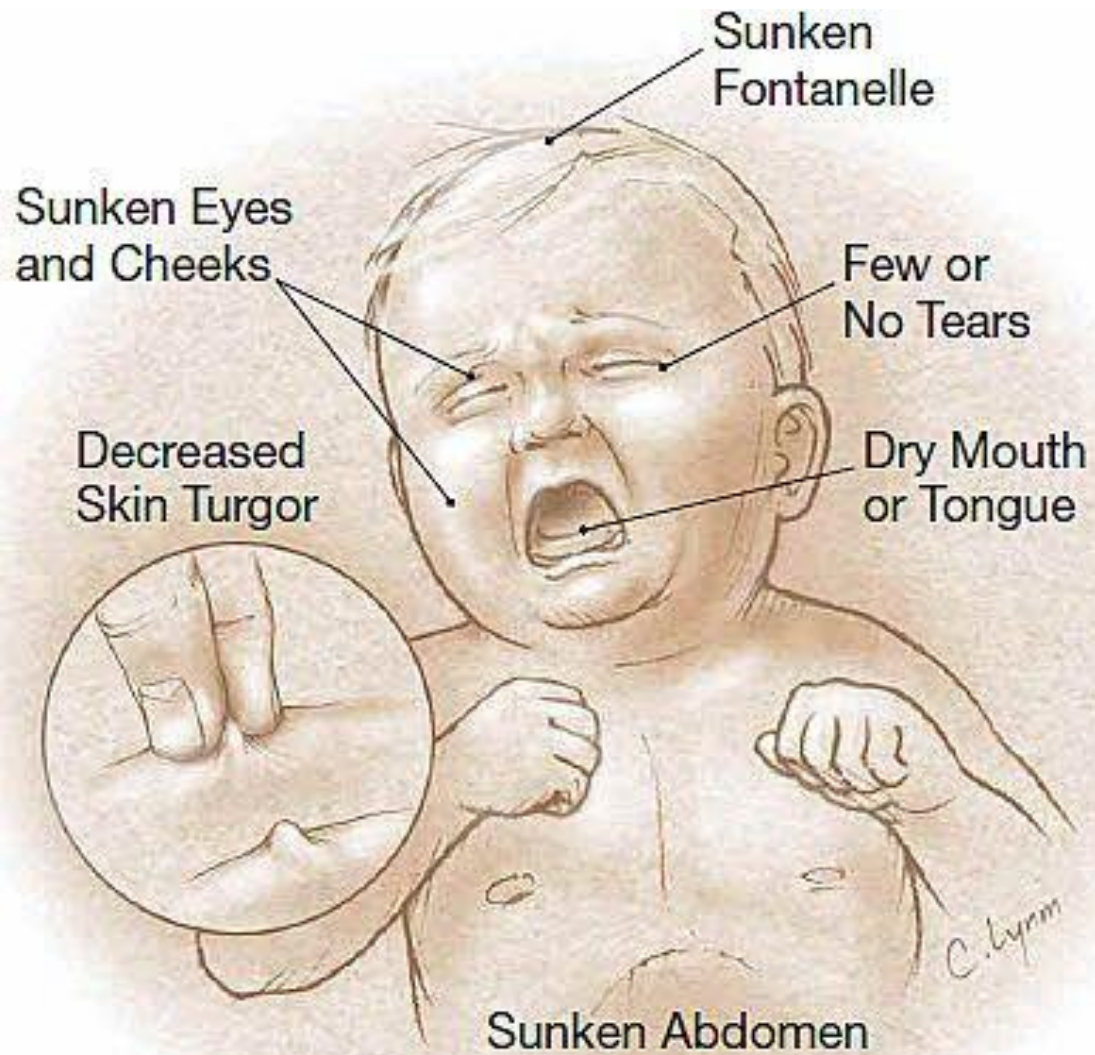
- อาการไม่ค่อรุนแรง อาการจะดีขึ้นเร็ว ภายใน 24-48 ชั่วโมง

ท้องเสีย (Diarrhea)

สาเหตุ

2. ท้องเสียที่ถ่ายเป็นมูกปนเลือด:

- มักมีอาการปวดท้อง ถ่ายเป็นน้ำหรือถ่ายเหลวบ่อยครั้ง บางรายอาจมีไข้ คลื่นไส้ อาเจียนร่วมด้วย หรืออาจถ่ายเป็นมูกหรือมูกปนเลือด
- **ความรุนแรงของอาการ ขึ้นกับภาวะขาดน้ำ** สังเกตจาก มีอาการอ่อนเพลีย ถ้าขาดน้ำระดับปานกลางถึงรุนแรง: ชีพจรจะเต้นเบา เร็ว ความดันโลหิตต่ำ มือเย็น ริมฝีปากและลิ้นแห้ง



ท้องเสีย (Diarrhea)

การรักษา

1. ป้องกันและทดแทนการสูญเสียน้ำและอิเล็กโทรไลต์

- * เป็นขั้นตอนที่สำคัญที่สุดในการรักษาอาการท้องเสีย
- * สารละลายเกลือแร่ (oral rehydration solution; ORS)
 - ผงน้ำตาลเกลือแร่สำหรับแก้อาการท้องเสีย
 - 1 ซองใหญ่ผสมน้ำต้มสุกที่เย็นแล้ว ปริมาตร 750 มิลลิลิตร หรือ 1 ซองเล็กกับปริมาตรน้ำ 250 มิลลิลิตรแล้วจิบแทนน้ำ
 - เตรียมเองโดยใช้น้ำตาลทราย 2 ช้อนโต๊ะ เกลือป่นครึ่งช้อนชา ละลายในน้ำต้มสุกที่เย็นแล้ว 750 มิลลิลิตร
 - น้ำอัดลมที่ไม่มีคาเฟอีน 1 ขวด (ปริมาตร 375 มิลลิลิตร) ใส่เกลือป่นครึ่งช้อนชา

ท้องเสีย (Diarrhea)

การรักษา (ต่อ)

1. ป้องกันและทดแทนการสูญเสียน้ำและอิเล็กโทรไลต์

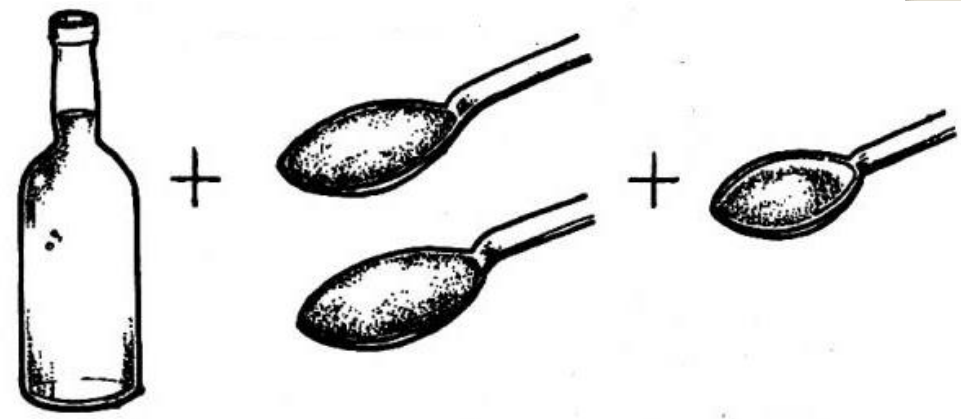
- สารละลายเกลือแร่ที่ผสมแล้ว ควรใช้ภายใน 24 ชั่วโมง
- ควรระวังการใช้ในผู้ป่วยโรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง โรคไตวาย

* ไม่ต้องงดอาหารหรือนม ให้รับประทานได้ตามปกติ โดยเลือกอาหารอ่อน ย่อยง่าย เช่น ซุป โจ๊ก ข้าวต้ม หลังจากได้สารละลายเกลือแร่ไปแล้ว 4 ชั่วโมง

* นมสดไม่ควรดื่มในช่วงแรก เพราะอาจเกิดอาการท้องเสียเพิ่มขึ้นจากภาวะพร่องเอนไซม์ lactase

* เลี่ยงรับประทานอาหารรสเผ็ดจัด เปรี้ยวจัด และอาหารไขมัน

* อาการที่แสดงว่าผู้ป่วยดีขึ้น: ถ่ายอุจจาระน้อยลง ภาวะขาดน้ำน้อยลง
หน้าตาแจ่มใส



น้ำ 1 ขวด น้ำตาล 2 ช้อนโต๊ะ เกลือ 1/2 ช้อนกาแฟ

ท้องเสีย (Diarrhea)

การรักษา (ต่อ)

2. รักษาหรือแก้ไขสาเหตุของท้องเสีย

* ถ้าท้องเสียจากการติดเชื้อ: ยาฆ่าเชื้อที่ตรงกับชนิดของเชื้อที่เป็นสาเหตุ โดยรับประทานติดต่อกันจนหมดตามที่แพทย์หรือเภสัชกรจ่ายให้ในระยะเวลาที่เหมาะสมกับการฆ่าเชือนั้นๆ เพื่อป้องกันการดื้อยา

ท้องเสีย (Diarrhea)

การรักษา (ต่อ)

3. รักษาหรือบรรเทาอาการท้องเสียด้วยยา

- * การรักษาด้วยยาไม่มีความจำเป็นในรายที่มีอาการไม่รุนแรง
- * ยังไม่มีหลักฐานที่ยืนยันได้แน่ชัดว่าได้ผลดีในการลดระยะเวลาเจ็บป่วยหรือลดปริมาณการถ่ายอุจจาระอย่างมีนัยสำคัญ

ท้องเสีย (Diarrhea)

การรักษา (ต่อ)

3. รักษาหรือบรรเทาอาการท้องเสียด้วยยา

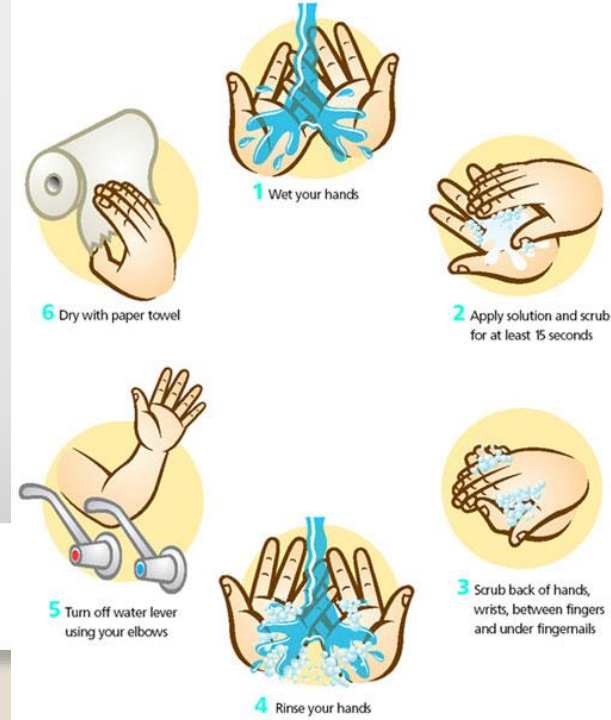
* ยาออกฤทธิ์ดูดซับสารพิษ (adsorbents): โดยยาจะดูดซับสารพิษของเชื้อไม่ให้ไปเกาะกับผนังลำไส้

- ควรใช้ยาให้เร็วที่สุด ภายใน 24-48 ชั่วโมงแรก
- ยาจะช่วยให้อุจจาระมีลักษณะเป็นเนื้อมากขึ้น ไม่เป็นน้ำ ส่วนใหญ่จะลดปริมาณอุจจาระได้ไม่มากหรือไม่ทำให้ท้องเสียหายเร็วขึ้น

ท้องเสีย (Diarrhea)

การป้องกันการเกิดอาการท้องเสีย

- ควรรับประทานอาหารที่สุกและสะอาด
- ควรล้างมือก่อนรับประทานอาหารและหลังถ่ายอุจจาระทุกครั้ง
- ถ่ายอุจจาระลงในส้วมที่มิดชิด เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อ



ท้องผูก (Constipation)

สาเหตุ

- ความถี่ในการถ่ายอุจจาระ น้อยกว่า 3 ครั้งต่อสัปดาห์ โดยอุจจาระมีลักษณะแข็ง แห้ง ก้อนใหญ่ผิดปกติ และถ่ายลำบาก
- ปัจจัยที่มีผลต่อการถ่ายอุจจาระ เช่น ปริมาณอาหารที่รับประทานในแต่ละวัน เครื่องดื่ม กิจกรรมที่ทำในแต่ละวัน ยาที่ใช้
- ไม่จำเป็นต้องถ่ายอุจจาระทุกวัน แต่คนส่วนใหญ่มักจะถ่ายอุจจาระวันละครั้ง



ท้องผูก (Constipation)

สาเหตุ (ต่อ)

- การเคลื่อนไหวที่ผิดปกติของลำไส้ใหญ่ เนื่องจาก
 - * การกลั่นอุจจาระเป็นประจำเมื่อปวดถ่ายอุจจาระ อุจจาระจึงถูกสะสมในลำไส้ใหญ่ นานขึ้น น้ำในอุจจาระจะถูกดูดกลับมากเกินไป ทำให้อุจจาระแห้งแข็ง
 - * โรคของลำไส้หรือทวารหนัก เช่น การอุดตันของลำไส้ใหญ่
 - * โรคของระบบประสาทและภาวะเครียด วิตกกังวล
 - * ความผิดปกติทางเมตาบอลิซึม เช่น โรคเบาหวาน โรคไทรอยด์ฮอร์โมนต่ำ (hypothyroidism)
 - * ยาบางชนิด เช่น ธาตุเหล็ก
 - * การรับประทานอาหารที่มีกากและใยอาหารน้อย
 - * การขาดการออกกำลังกาย

ท้องผูก (Constipation)

อาการและอาการแสดงที่อาจพบร่วมด้วย

- เบื่ออาหาร
- ท้องอืดเฟ้อ
- ปวดมวนท้อง
- เรอบ่อย
- หงุดหงิด
- นอนไม่หลับ
- รู้สึกไม่สบายตัว
- ริดสีดวงทวารหนัก



ท้องผูก (Constipation)

การรักษา

- หลักการรักษาคือ ต้องหาสาเหตุและแก้ไขสาเหตุไม่ว่าจากโรคหรือความผิดปกติอื่นๆ หรือจากการใช้ยาที่ทำให้เกิดอาการท้องผูก
- **การรักษาอาการท้องผูก แบ่งออกเป็น 3 ระยะคือ**

ระยะที่ 1 ฝึกนิสัยการขับถ่ายให้เป็นเวลา ออกกำลังกาย และรับประทานอาหารที่มีกากและเส้นใยอาหาร เช่น ข้าวกล้อง ธัญพืช ร่วมกับดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 7-8 แก้ว



ท้องผูก (Constipation)

การรักษา

ระยะที่ 2 การใช้ยาระบาย (laxatives) ควรใช้เมื่อจำเป็นเท่านั้น ถ้าอาการท้องผูกหาย ก็ควรหยุดใช้ยาทันที ถ้าใช้ยาระบายปริมาณมากเกินไป อาจเกิดอาการท้องเสียได้

ยาระบายแบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม ได้แก่

1. ยาที่มีฤทธิ์เพิ่มปริมาณเนื้ออุจจาระ (bulk-forming laxatives)

- ปริมาณเนื้ออุจจาระเพิ่มขึ้นและนุ่มขึ้น และยาช่วยดึงน้ำไว้ภายในลำไส้ มีผลเพิ่มแรงดันออสโมติกในลำไส้ จึงกระตุ้นให้เกิดการขับถ่าย
- เป็นยาระบายที่มีความปลอดภัยมากที่สุด
- ยาออกฤทธิ์ช้า ใช้เวลาประมาณ 2-3 วัน
- อาการข้างเคียงที่พบบ่อย: ท้องอืด แน่นท้อง

ท้องผูก (Constipation)

การรักษา

ระยะที่ 2 การใช้ยาระบาย (laxatives)

2. ยาที่มีฤทธิ์กระตุ้นลำไส้ใหญ่ (stimulant laxatives)

- ยากระตุ้นให้มีการหลั่งและการซึมผ่านของน้ำและอิเล็กโทรไลต์เข้าสู่ลำไส้ใหญ่ จึงเกิดการสะสมภายในลำไส้
- ยากระตุ้นปมประสาทบริเวณลำไส้ใหญ่ ทำให้เกิดการเคลื่อนไหวและขับถ่ายออกจากระ
- ยาออกฤทธิ์เร็ว ภายใน 6-8 ชั่วโมง
- ถ้าใช้ติดต่อกันเป็นเวลานาน จะทำให้เกิดการติดยาและระบบขับถ่ายเสียไป กลับมีอาการท้องผูกอีก

ท้องผูก (Constipation)

การรักษา

ระยะที่ 2 การใช้ยาระบาย (laxatives)

3. ยาที่มีฤทธิ์เพิ่มแรงดันออสโมติกในลำไส้ (osmotic/saline laxatives)

- เช่น ยา glycerin อยู่ในรูปยาเหน็บทวาร ออกฤทธิ์ภายใน 30 นาที จัดเป็นยาที่ปลอดภัยและแนะนำให้ใช้ในเด็ก
- ยาออกฤทธิ์เร็ว ภายใน 1-3 ชั่วโมง

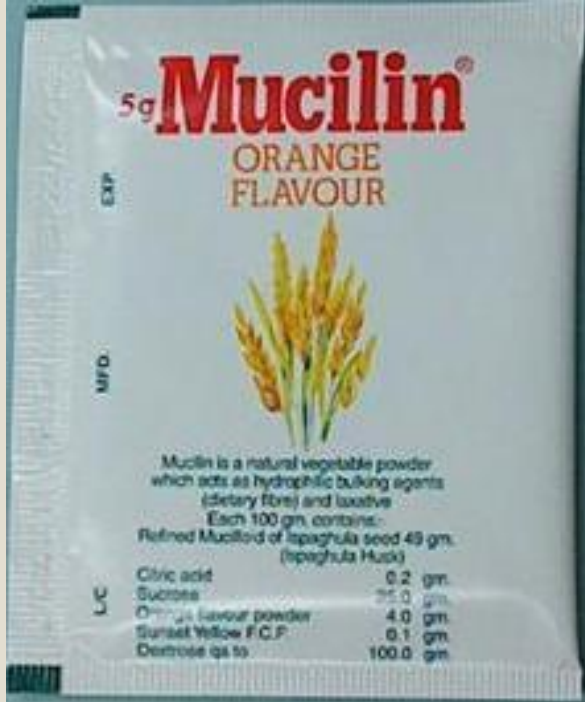
ท้องผูก (Constipation)

การรักษา

ระยะที่ 2 การใช้ยาระบาย (laxatives)

4. ยาที่มีฤทธิ์หล่อลื่นและทำให้อุจจาระนุ่ม (stool softener/surfactant laxatives)

- ยามีคุณสมบัติเป็นสารลดแรงตึงผิวประจุลบ จึงสามารถลดแรงตึงผิวบนเนื้ออุจจาระ ทำให้น้ำซึมเข้าไปในเนื้ออุจจาระ อุจจาระจึงนุ่มขึ้น
- ยายังมีฤทธิ์เพิ่มการหลั่งน้ำและอิเล็กโทรไลต์เข้าสู่ลำไส้ด้วย
- ยาออกฤทธิ์ช้า ใช้เวลาประมาณ 24-72 ชั่วโมง



ท้องผูก (Constipation)

การรักษา

ระยะที่ 3 การผ่าตัด: ในกรณีท้องผูกที่เป็นมานานและ/หรือรุนแรง และทำการรักษาในระยะที่ 1 และ 2 แล้วไม่ได้ผล

ท้องผูก (Constipation)

วิธีป้องกันการเกิดอาการท้องผูก

- อย่ากลั้นอุจจาระเมื่อมีอาการปวดถ่าย
- ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ จะช่วยกระตุ้นการบีบตัวของลำไส้
- ดื่มน้ำสะอาด อย่างน้อยวันละ 7-8 แก้ว
- รับประทานอาหารที่มีกากและเส้นใยเป็นประจำ ได้แก่ ผัก ผลไม้ที่มีเส้นใยสูง เช่น ผักโขม มะเขือพวง ผักกวางตุ้ง ฝรั่ง ส้ม มะละกอ ลูกพรุน



โรคพยาธิ

สาเหตุ

- มักพบในผู้ที่มีสุขอนามัยไม่ดี เช่น ไม่ล้างมือก่อนรับประทานอาหาร
เดินเท้าเปล่าในที่เปียกชื้น

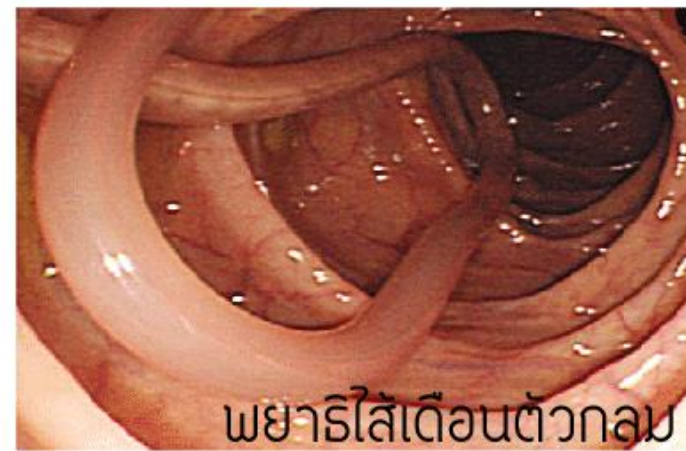
โรคพยาธิ

การติดต่อและอาการของพยาธิที่พบบ่อย

- พยาธิไส้เดือน

- * มักได้รับพยาธิจากการรับประทานผักที่ไม่สะอาดหรือไม่ล้างมือก่อนรับประทานหลังสัมผัสดินที่ชุ่มชื้น

- * ทำให้เกิดอาการปวดท้อง ท้องอืด ท้องเสียบ่อย บางรายอาจมีลมพิษเรื้อรัง แต่ส่วนใหญ่มักไม่ค่อยแสดงอาการใดๆ



พยาธิไส้เดือนตัวกลม

โรคพยาธิ

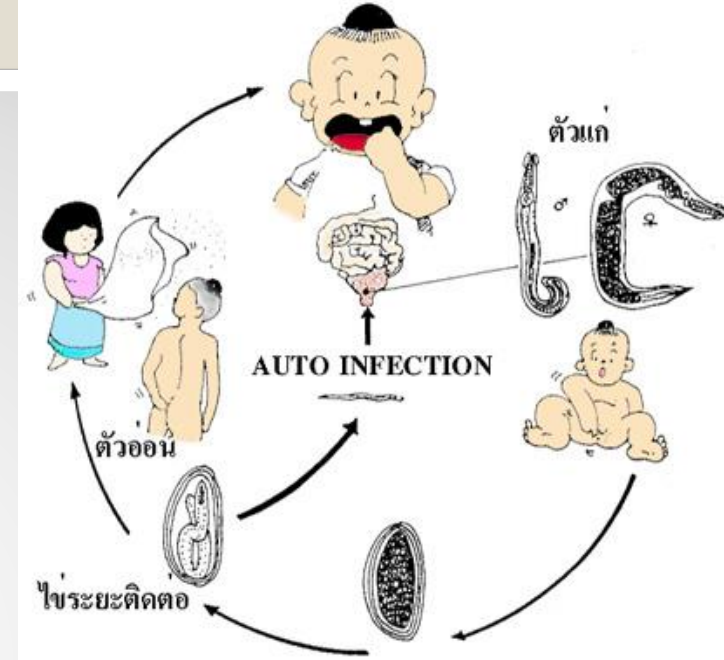
การติดต่อและอาการของพยาธิที่พบบ่อย

- พยาธิเข็มหมุด

- * มักพบในเด็กเล็ก

- * พยาธิจะเคลื่อนตัวออกมาวางไข่ที่ก้นของเด็กในเวลากลางคืน

- * อาการคันก้นมากบริเวณทวารหนัก เด็กบางคนอาจอแง ร้องกวน นอนหลับไม่สนิท

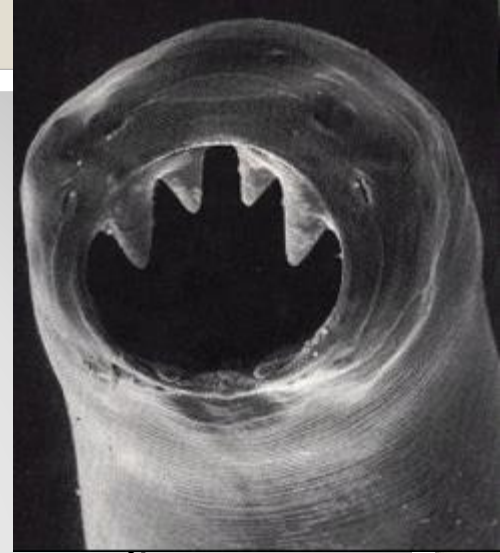


โรคพยาธิ

การติดต่อและอาการของพยาธิที่พบบ่อย

- พยาธิปากขอ

- * พยาธิเข้าสู่ร่างกายโดยการไชเข้าที่ผิวหนังบริเวณฝ่าเท้า ง่ามนิ้ว หรือจากการรับประทานอาหารหรือดื่มน้ำที่มีตัวอ่อนพยาธิ
- * พยาธิจะเคลื่อนไปยังลำไส้เล็ก และเกาะที่ผนังลำไส้ เพื่อดูดเลือด
- * ผู้ป่วยจึงมีอาการซีด อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร น้ำหนักตัวลด ปวดท้อง



โรคพยาธิ

การติดต่อและอาการของพยาธิที่พบบ่อย

- พยาธิตัวจิ๋ว

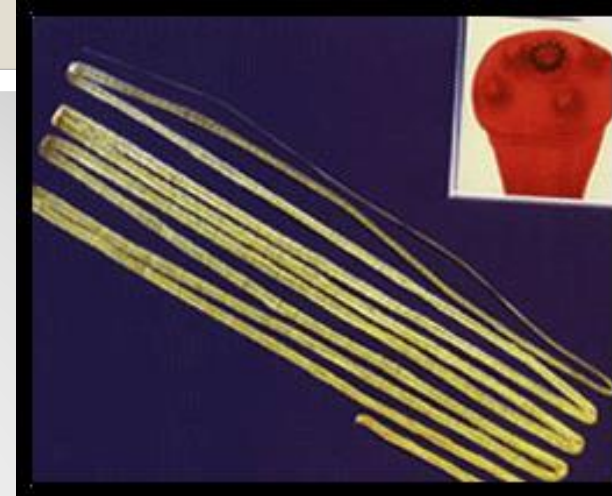
- * พบในสัตว์น้ำจืด เช่น ปลา กุ้ง กบ เขียด
- * พยาธิสามารถเคลื่อนที่ไปตามส่วนต่างๆ ของร่างกาย เช่น ใต้ผิวหนัง ตา สมอง ปอด เป็นต้น
- * อาการและอาการแสดงที่พบ ขึ้นกับอวัยวะที่พยาธิอยู่ เช่น
 - ใต้ผิวหนัง: รอยแดง ตึงตามผิวหนัง บวม คัน
 - ตา: อาจทำให้หนังตาบวมจนตาปิด ตาบอด
 - สมอง: ปวดศีรษะอย่างรุนแรง คลื่นไส้ อาเจียน คอแข็ง ชีพ หมดสติ
- * การรักษาทำได้เพียงรักษาตามอาการ ร่วมกับยาถ่ายพยาธิ albendazole

โรคพยาธิ

การติดต่อและอาการของพยาธิที่พบบ่อย

- พยาธิตัวตืด

- * พยาธิตัวตืดหมู พยาธิตัวตืดวัว
- * ตัวอ่อนของพยาธิที่ติดอยู่ตามเนื้อสัตว์ในรูปของเม็ดสีขาวคล้ายเม็ดสาकुจะเข้าสู่ร่างกายและเจริญเติบโตในลำไส้เล็ก
- * ส่วนใหญ่มักไม่ค่อยแสดงอาการใดๆ มีเพียงปล้องของพยาธิหรือตัวของพยาธิหลุดออกมาในอุจจาระ
- * อาการอื่นๆ เช่น หิวบ่อย รับประทานมากแต่น้ำหนักตัวลดลง อ่อนเพลีย ปวดท้อง ท้องอืด
- * ตัวอ่อนของพยาธิอาจไชเข้าสู่กระแสเลือดไปอยู่ตามเนื้อเยื่อของร่างกาย เช่น กล้ามเนื้อ ระบบประสาทส่วนกลาง ตา



โรคพยาธิ

การรักษา

การใช้ยาฆ่าพยาธิที่เหมาะสมกับแต่ละชนิดของพยาธินั้น เช่น

- ยา albendazole

- * ยาเม็ดและยาน้ำแขวนตะกอน
- * ออกฤทธิ์กว้าง ครอบคลุมพยาธิหลายชนิด โดยเฉพาะพยาธิตัวกลม นอกจากนี้ยังเป็นยาตัวเลือกในการฆ่าพยาธิตัวตืดด้วย
- * สามารถรับประทานได้ตั้งแต่เด็กอายุ 2 ปีขึ้นไป
- * ขนาดรับประทานจะแตกต่างกันขึ้นกับชนิดของพยาธิ

โรคพยาธิ

การรักษา

- ยา mebendazole
 - * ยาเม็ดและยาน้ำแขวนตะกอน
 - * ออกฤทธิ์กว้าง ได้ผลดีมากกว่าพยาธิตัวกลม
 - * สามารถรับประทานได้ตั้งแต่เด็กอายุ 2 ปีขึ้นไป
 - * ขนาดรับประทานจะแตกต่างกันขึ้นกับชนิดของพยาธิ

โรคพยาธิ

การรักษา

- ยา niclosamide

- * ออกฤทธิ์ได้ดีกับพยาธิตัวตืด

- * ต้องรับประทานยาระบายหลังจากรับประทานยาฆ่าพยาธิ 3-4 ชั่วโมง เพื่อให้แน่ใจว่าปล้องของพยาธิและไข่พยาธิที่หลุดจากปล้องถูกขับออกจากทางเดินอาหารหมด

โรคพยาธิ

การรักษา

- คำแนะนำในการใช้ยาฆ่าพยาธิ

- * ควรเคี้ยวยาก่อนกลืน เพื่อช่วยเพิ่มการแตกตัวและเนื้อที่สัมผัสกับพยาธิมากขึ้น
- * ควรรับประทานยาในขณะท้องว่าง



โรคพยาธิ

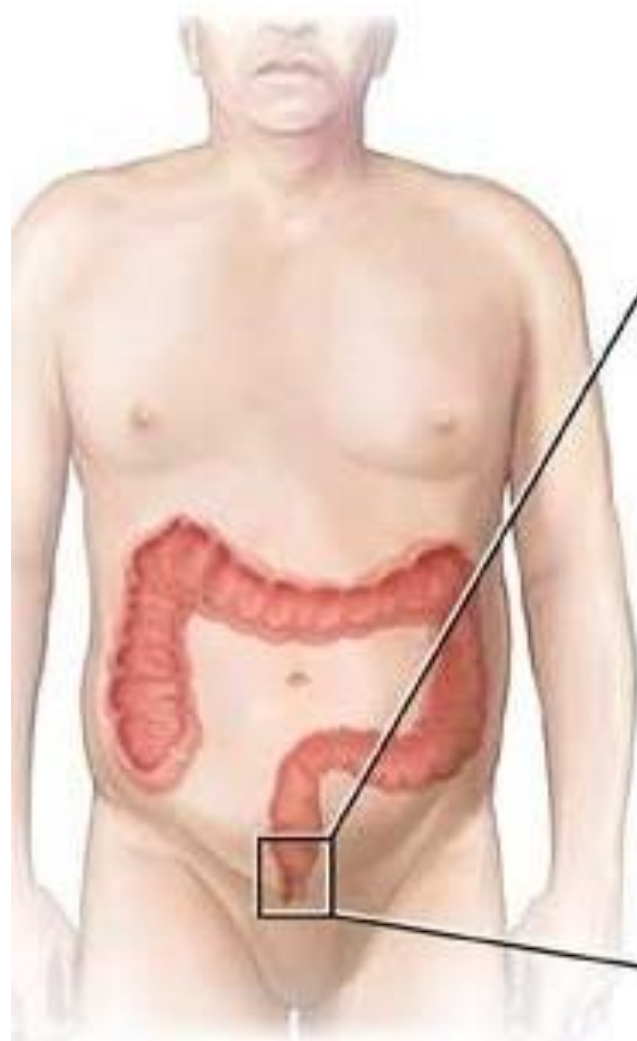
การป้องกันการติดพยาธิ

- ควรตัดเล็บมือให้สั้น และล้างมือให้สะอาดหลังจากเข้าห้องน้ำทุกครั้ง
- ทำความสะอาดส้วมและห้องน้ำทุกวันด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อโรค
- ถ่ายอุจจาระลงในส้วมที่มิดชิด
- ควรล้างมือก่อนรับประทานอาหาร
- ควรรับประทานอาหารที่สุก ดื่มน้ำสะอาด ผักและผลไม้สดควรล้างให้สะอาดก่อนรับประทาน
- ควรสวมรองเท้าทุกครั้งที่ออกจากบ้าน
- ซักล้างเสื้อผ้า และผ้าปูที่นอนให้สะอาด

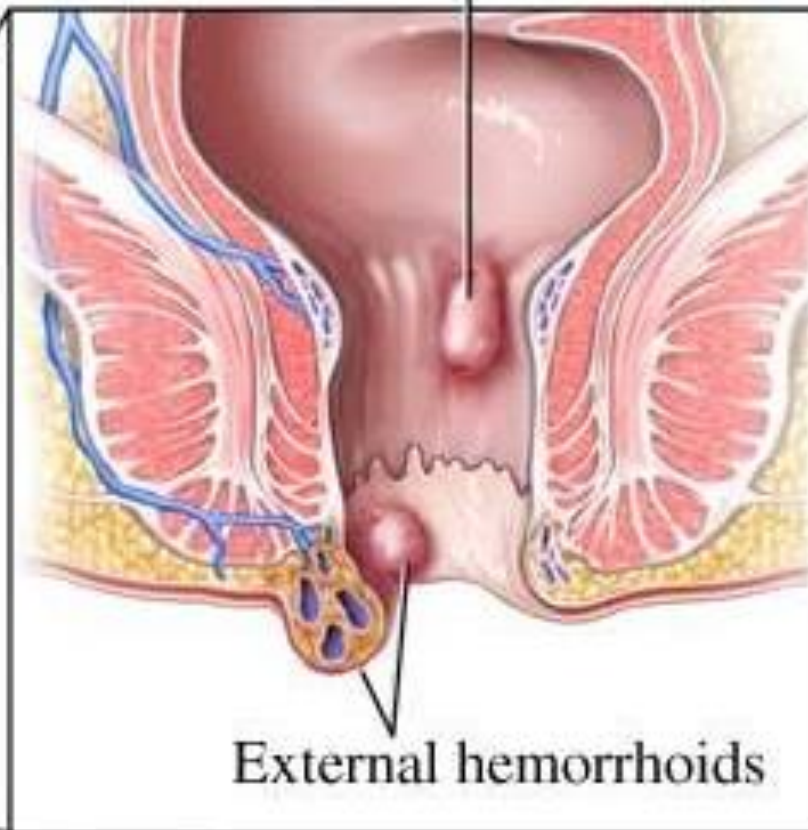
โรคริดสีดวงทวารหนัก (Hemorrhoid)

สาเหตุ

- การโป่งพองของเส้นเลือดดำบริเวณทวารหนัก เกิดจากแรงดันภายในเส้นเลือดมากขึ้นคล้ายคลึงกับอาการเส้นเลือดขอดที่บริเวณขา
- ริดสีดวงภายนอก (external hemorrhoid) สามารถมองเห็นได้ เกิดขึ้นที่บริเวณกลุ่มเส้นเลือดปากทวารหนักนอกกล้ามเนื้อหูรูด
- ริดสีดวงภายใน (internal hemorrhoid) ต้องใช้กล้องส่องตรวจไส้ตรงหรือคลำเจอเมื่อทำความสะอาดรูทวารหนักหลังถ่ายอุจจาระ จากนั้นจะหดกลับไป



Internal hemorrhoid



External hemorrhoids

โรคริดสีดวงทวารหนัก (Hemorrhoid)

สาเหตุ

- การเบ่งถ่ายอุจจาระบ่อย
- ท้องผูก
- ท้องเสียเรื้อรัง ทำให้ลำไส้เคลื่อนไหวมากกว่าปกติ
- ภาวะตั้งครรภ์ ในช่วงอายุครรภ์ 7-9 เดือน เพราะมดลูกมีขนาดใหญ่ขึ้น กดทับ ทำให้เลือดดำไหลถ่ายเทลำบาก เกิดการคั่งได้ง่าย นอกจากนี้ยังกดลำไส้ใหญ่ ทำให้ท้องผูกบ่อย
- การนั่งหรือยืนนานๆ ทำให้ความดันในหลอดเลือดที่ทวารหนักสูงขึ้น มีการคั่งของเลือดมากขึ้น
- การรับประทานอาหารที่มีเส้นใยน้อยไป

โรคริดสีดวงทวารหนัก (Hemorrhoid)

อาการ

- อาการคัน ปวดบริเวณทวารหนัก เนื่องจากการอักเสบ
- อาจมีเลือดออกทางทวารหนักจากการปริแตกของผนังหลอดเลือดขณะเบ่งถ่าย
อุจจาระ
- คลำได้ก้อนนุ่มบริเวณทวารหนัก



โรคริดสีดวงทวารหนัก (Hemorrhoid)

การรักษา

- **การปฏิบัติตัว**

- * นั่งแช่น้ำอุ่น 10-15 นาที วันละ 3 เวลา เพื่อช่วยลดความปวด และรักษาความสะอาด
- * แก้ไขอาการท้องผูกด้วยการรับประทานอาหารที่มีเส้นใยมาก จะช่วยให้อุจจาระนุ่ม และการบีบรัดตัวของลำไส้มีประสิทธิภาพมากขึ้น
- * เลี่ยงการรับประทานอาหารรสเผ็ดจัด ทำให้เกิดการระคายเคืองในผนังลำไส้ใหญ่
- * ดื่มน้ำสะอาด อย่างน้อยวันละ 7-8 แก้ว เพื่อให้อุจจาระอ่อนนุ่ม
- * เลี่ยงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพราะจะทำให้ร่างกายขาดน้ำ อุจจาระแข็งและขับถ่ายลำบาก

โรคริดสีดวงทวารหนัก (Hemorrhoid)

การรักษา

- **การปฏิบัติตัว (ต่อ)**

- * งดดื่มชา กาแฟ เนื่องจากคาเฟอีนมีฤทธิ์ทำให้ท้องผูกได้
- * อย่ากลั้นอุจจาระ และไม่ควรนั่งหรือเบ่งถ่ายอุจจาระเป็นเวลานานๆ หากไม่รู้สีกปวดเบ่ง เพื่อไม่ให้มีแรงกดที่ทวารหนักมากเกินไป
- * ถ้าหัวริดสีดวงทวารโผล่ออกมาข้างนอก ให้ใส่ถุงมือ ใช้ปลายนิ้วชุบสบู่เพื่อหล่อลื่น แล้วดันหัวกลับเข้าไป
- * ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เพื่อช่วยให้การไหลเวียนของเลือดดีขึ้นและช่วยให้ลำไส้บีบตัวเพื่อขับถ่ายได้ตามปกติ
- * เลี่ยงการนั่งหรือยืนนานเกินไป
- * ป้องกันไม่ให้เกิดอาการท้องเสียเรื้อรัง

โรคริดสีดวงทวารหนัก (Hemorrhoid)

การรักษา

- การใช้ยา มีหลายรูปแบบ ได้แก่

1. ยารับประทาน จะเพิ่มความคงทนของหลอดเลือดฝอย ได้แก่

- ยาที่มีส่วนประกอบเป็นสารประกอบธรรมชาติที่ได้จากพืช
- ยาที่มีส่วนประกอบเป็นสมุนไพรไทย เช่น เพชรสังฆาต

2. ยาเฉพาะที่ ใช้ทาภายนอกบริเวณทวารหนักหรือยาเหน็บทวารหนัก

- มีส่วนผสมของยาชาเฉพาะที่ เพื่อบรรเทาอาการปวด แสบ คันของริดสีดวงทวาร และ/หรือมีياسเตียรอยด์ เพื่อบรรเทาอาการคันและปวดได้ดี

- ควรใช้ระยะสั้นไม่เกิน 14 วัน

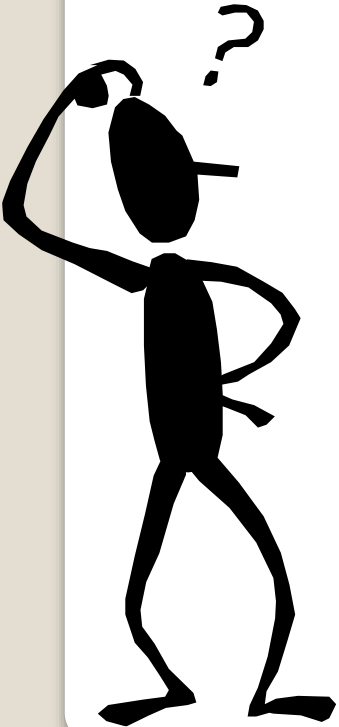


โรคริดสีดวงทวารหนัก (Hemorrhoid)

การรักษา

- การรักษาอื่นๆ ในรายที่ริดสีดวงมีขนาดใหญ่มาก ยื่นยาวออกมาจนไม่สามารถดันกลับเข้าไปในรูทวารหนักได้ ต้องทำการผ่าตัด หรือรัดด้วยห่วงยาง ซึ่งจะช่วยให้หัวของริดสีดวงหลุดไปได้
- ไม่ว่าจะรักษาด้วยวิธีใดๆ โรคนี้อาจไม่หายขาด ถ้ายังกลับไปมีพฤติกรรมหรือสาเหตุที่ก่อโรค

QUESTIONS ?



ติดต่อสอบถามและ download เอกสารประกอบการเรียน

<http://www.facebook.com/DruginDailyLife>

<http://www.DruginDailyLife.wordpress.com>