

ทำอย่างไรเมื่อเป็น ..เริม งูสวัด

รศ.พญ.วรัญญา บุญชัย

ภาควิชาตจวิทยา

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

เคยมีเวลาเกิดผื่นแดง ตุ่มพองน้ำใส คนโน้นว่าเป็นงูสวัด คนนี้ว่าเป็นเริม แต่พอไปหาหมอ บอกอาการเสร็จสรรพแล้ว หมออธิบายให้เข้าใจความแตกต่างที่เหมือนกันอย่างแจ่มแจ้ง เลยอยากให้คุณได้ความรู้ด้วย

โรคเริม

1.เกิดจากเชื้อไวรัส “เฮอร์ปีส์” ชนิดที่ 1 หรือ 2 พบได้บ่อยบริเวณริมฝีปาก อวัยวะเพศ และก้น

2.การติดเชื้อครั้งแรก อาการจะค่อนข้างรุนแรง มีไข้ ปวดเมื่อย ต่อม้ำเหลืองในบริเวณใกล้เคียงมีการอักเสบ เช่น ถ้าเป็นเริมที่อวัยวะเพศ ต่อม้ำเหลืองบริเวณขาหนีบจะอักเสบ ถ้าเป็นเริมที่ริมฝีปาก ต่อม้ำเหลืองที่คอจะอักเสบ ลักษณะจะเป็นตุ่มน้ำขนาดเล็ก พองใส มีขอบแดง มักขึ้นรวมกันเป็นกลุ่ม แต่ไม่เรียงตามแนวเส้นประสาท และตุ่มน้ำนี้จะแตกเป็นแผลถลอก ตื้น ๆ และหายไปในที่สุด ภายใน 1-2 สัปดาห์

3.เชื้อไวรัส “เฮอร์ปีส์” หรือเริม สามารถกระจายสู่ผู้อื่นได้ด้วยการสัมผัสทางกาย การจูบ การมีเพศสัมพันธ์ โดยเชื้อจะแทรกเข้าทางเยื่อหุ้มหรือผิวหนังที่ถลอกเป็นแผล แล้วก่อให้เกิดผื่นเริม ภายใน 2-20 วัน หลังรับเชื้อ หรือในรายที่มีร่างกายแข็งแรงอาจไม่ปรากฏรอยโรคเริมเลยก็ได้ หลังจากนั้นเชื้อจะหลบแฝงตัวที่ปมประสาท จนกว่าจะถูกกระตุ้นก็จะกลับมาเป็นโรคเริมอีกครั้ง

4.ผู้ที่เคยเป็นโรคเริมแล้ว จะมีโอกาส เป็นซ้ำในตำแหน่งเดิมได้บ่อย และสิ่งที่กระตุ้นให้เกิดซ้ำ คือภาวะเครียด มีภูมิคุ้มกันร่างกายต่ำลง พักผ่อนไม่เพียงพอ อ่อนเพลีย ขาดสารอาหาร วิตามินขาด หากหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงเหล่านี้ ความถี่ของการเป็นโรคเริมจะน้อยลง

5.สำหรับผู้ที่ เป็นโรคเริม ควรหลีกเลี่ยงการสัมผัสตุ่มน้ำหรือแผล เพราะอาจแพร่เชื้อไปสู่บริเวณอื่นของร่างกายหรือติดต่อไปยังผู้อื่นได้ เมื่อมีแผลเริมที่ริมฝีปาก ห้ามจูบ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็ก ผู้หญิงมีครรภ์ งดการมีเพศสัมพันธ์ ตั้งแต่เริ่มมีอาการคันจนกระทั่งแผลหาย เพราะเป็นช่วงปล่อยเชื้อ ถึงแม้ใช้ถุงยางอนามัยก็ไม่ปลอดภัย 100% และล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่ หลังเข้าห้องน้ำ อย่าขยี้ตาหากเป็นเริม

6.ในปัจจุบันยังไม่มียาใดที่ทำให้โรคนี้หายขาดได้ ถึงแม้ว่ายาต้านไวรัสจะมี

ประสิทธิภาพสูง ในรายที่เป็นเริ่มถี่มากกว่า 6 ครั้งต่อปี ควรปรึกษาแพทย์ซึ่งจะพิจารณาใช้ยาต้านไวรัสขนาดต่ำ เพื่อป้องกันการกลับเป็นซ้ำ หรือลดความถี่ของเริ่ม ปัญหาของโรคเริ่มคือ การกลับเป็นซ้ำทำให้เกิดความเบื่อหน่าย ขาดความมั่นใจ รู้สึกไม่สบาย เสียบุคลิกภาพ

โรคงูสวัด

1.เกิดจากเชื้อไวรัส “เฮอร์ปีส์” ชนิดที่ 3 หรือชื่อเดิม คือ Varicella-zoster virus ซึ่งเป็นไวรัสตัวเดียวกับที่ทำให้เกิดโรคสุกใส

2.เริ่มแรกจะรู้สึกไม่ค่อยสบาย อาจมีไข้ขึ้น ปวดร้าวตามผิวหนัง โดยเฉพาะตามแนวเส้นประสาทที่จะเกิดเป็นงูสวัด บางคนอาจปวดมาก หรือปวดแสบปวดร้อน 3-4 วัน ต่อมาจะมีเม็ดผื่นแดง ๆ ขึ้นตรงบริเวณที่ปวดแล้วกลายเป็นตุ่มน้ำใส จากนั้นจะเป็นตุ่มเหลืองขุ่น **มักเรียงกันเป็นแถวตามแนวเส้นประสาท** และจะแตก ค่อย ๆ ยุบไปจนแห้ง และเมื่อหายแล้ว ภายหลังอาจมีอาการปวดตามแนวเส้นประสาทได้

3.ถึงแม้ว่าเราสามารถตรวจพบเชื้อไวรัส^{นี้}จากตุ่มน้ำรอยโรคแต่การรับเชื้อครั้งแรกจะรับทางการหายใจ และออกผื่นเป็นโรคสุกใสก่อน ต่อมาเมื่อร่างกายอ่อนแอจึงกำเริบ ออกผื่นเป็นแบบงูสวัด

4.ในคนส่วนมาก **งูสวัดเกิดครั้งเดียวในชีวิต** มีเพียงส่วนน้อยที่มีความผิดปกติในระบบภูมิคุ้มกัน จึงจะเป็นซ้ำได้

5.เมื่อเกิดตุ่มน้ำงูสวัด ควรจะทำแผลโดยการประคบน้ำเกลือ (0.9% normal saline) ครั้งละประมาณ 10 นาที ประมาณ 2-3 ครั้ง/วัน ถ้าตุ่มน้ำแตกให้ทำความสะอาดแผลเหมือนแผลทั่วไป เพื่อป้องกันการติดเชื้อแบคทีเรียซ้ำเติม

6.ในปัจจุบันมียาต้านไวรัสที่มีประสิทธิภาพสูงทำให้โรคหายได้ ลดอาการเจ็บปวดและแผลหายไวขึ้น ลดระยะเวลาแพร่เชื้อ แต่ผู้ป่วยต้องมารับยาเร็วที่สุด จะได้ประสิทธิภาพการรักษาสูงสุด

อย่างไรก็ตามทั้งเริ่มและงูสวัด ไม่ถือเป็นโรคที่ร้ายแรง และจะหายได้เองหากร่างกายแข็งแรงดี ภายใน 1-2 สัปดาห์ สำหรับการรักษาจะบรรเทาตามอาการ ซึ่งมีทั้งยากินแก้ปวด แก้ติดเชื้อแบคทีเรียกรณีเป็นหนองลูกกลม และยาทาแก้ผื่น อากาศปวดแสบปวดร้อน ในรายผู้สูงอายุและผู้ที่มีภาวะภูมิคุ้มกันต่ำ เช่น เป็นโรคเอดส์ อายุมาก มีความเครียด ทำงานหนัก พักผ่อนไม่พอ เป็นมะเร็งใช้ยาต้านมะเร็งหรือยากดภูมิคุ้มกัน ควรได้รับยาต้านไวรัสอย่างรวดเร็ว ซึ่งมีทั้งยากินหรือยาฉีดเข้าทางหลอดเลือดดำ เพื่อป้องกันการแพร่กระจายทั่วตัวและอาจมีการติดเชื้อของอวัยวะภายในร่วมด้วยได้เช่น ปอดบวม สมออักเสบ เป็นต้น

“ทั้งนี้จะหายได้เร็วหรือไม่ ขึ้นอยู่กับความเร็วของการรักษาค่ะ”