

# แผลเบาหวาน (Diabetic Foot) และการดูแลเท้า

ผศ.พญ.สุภาพร โอภาสานนท์  
สาขาวิชาศัลยศาสตร์อุบัติเหตุ ภาควิชาศัลยศาสตร์  
Faculty of Medicine Siriraj Hospital  
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

## เหตุใดแผลเบาหวานถึงหายยาก???

มีหลายปัจจัยด้วยกันโดยปัจจัยหลักๆได้แก่

### 1. ปลายประสาทเสื่อม โดยสามารถแบ่งย่อยออกไปอีก 3 ข้อ

1.1 **ประสาทรับความรู้สึกเสื่อม** ผู้ป่วยเบาหวานจะสูญเสียการรับความรู้สึกเจ็บปวดหรือความรู้สึกร้อนเย็น ดังนั้นเมื่อเป็นแผลขึ้นแล้วผู้ป่วยมักไม่หยุดใช้เท้าเนื่องจากขาดความรู้สึกเจ็บปวด แผลจึงเกิดการอักเสบลุกลามมากขึ้น

1.2 **ประสาทควบคุมกล้ามเนื้อเสื่อม** ทำให้กล้ามเนื้อเล็กๆที่เท้าลีบลง กล้ามเนื้อที่เท้าไม่อยู่ในสภาพสมดุล ทำให้เกิดเท้าผิดรูป (Charcot Foot) ทำให้จุดรับน้ำหนักผิดไป มีโอกาสเกิดตาปลาหรือแผลเป็นได้ง่าย

1.3 **ประสาทอัตโนมัติเสื่อม** ทำให้ระบบประสาทควบคุมเกี่ยวกับการหลั่งเหงื่อ การหดและขยายตัวของหลอดเลือดเสียไป ผิวหนังแห้ง มีเหงื่อออกน้อย และผิวหนังแห้งแตกง่าย เชื้อโรคอาจเข้าไปตามรอยแตกแล้วเกิดเป็นแผลลุกลามมากขึ้น และยังทำให้เท้าบวม รongเท้าจึงค้ำขึ้นและกดเท้าจนเป็นแผลได้

### 2. ความผิดปกติของหลอดเลือด

เนื่องจากเกิดภาวะเส้นเลือดตีบแข็งจนบางครั้งก็อุดตัน ซึ่งเกิดขึ้นได้ทั้งในหลอดเลือดแดงใหญ่และหลอดเลือดฝอย ทำให้เกิดแผลที่เท้าขึ้นเองได้เนื่องจากเนื้อเยื่อขาดเลือดไปเลี้ยง ซึ่งจะพบมากที่สุดที่ปลายนิ้วเท้าทั้งห้าหรือสันเท้า ในผู้ป่วยบางรายซึ่งเกิดแผลจากสาเหตุอื่น เช่น อุบัติเหตุ ของมีคม เล็บขบ ยุงกัด และการเกา เป็นต้น การรักษาแผลให้หายเป็นไปได้ยากขึ้น ทั้งนี้เนื่องจากหลอดเลือดตีบไม่มีเลือดไปหล่อเลี้ยงเพียงพอ ทำให้ไม่มีการสมานแผล การตีบตันของหลอดเลือดในผู้ป่วยเบาหวานไม่ได้เกิดเพียงเฉพาะที่เท้าเท่านั้น ยังเกิดกับหลอดเลือดอื่นๆด้วย เช่น หลอดเลือดหัวใจและสมอง นอกจากนี้ยังมีปัจจัยเสริมที่ทำให้มีการตีบตันเร็วและมากขึ้นอีก คือการสูบบุหรี่ ไขมันในเลือดสูง และความดันโลหิตสูง เป็นต้น

### 3. การติดเชื้อแทรกซ้อน

แผลที่เท้าของผู้ป่วยเบาหวานมักจะมีการติดเชื้อร่วมด้วยอยู่เสมอ โดยเฉพาะการมีเชื้อแบคทีเรียแทรกซ้อน ทำให้การอักเสบลุกลามมากขึ้น เกิดเส้นเลือดฝอยอุดตันทำให้เนื้อเยื่อที่ขาดเลือดส่งกลิ่นเหม็น

เน่าได้ ยิ่งหากมีภาวะแทรกซ้อนทางประสาทและหลอดเลือดด้วยแล้ว โอกาสที่จะรักษาให้หายยิ่งยากมากขึ้น ซึ่งเป็นปัจจัยร่วมที่ทำให้ผู้ป่วยต้องถูกตัดขา

## การรักษาแผลที่เท้า

**1.การรักษาเบื้องต้น** เมื่อเป็นแผลจากของมีคมหรือแผลขีดข่วน ควรล้างแผลให้สะอาดด้วยน้ำอุ่นและสบู่ เช็ดให้แห้งและใส่ยาฆ่าเชื้อ เช่น เบตาดีนอย่างเจือจาง ปิดแผลด้วยผ้าปิดแผลที่แห้งและผ่านการฆ่าเชื้อแล้ว ไม่ควรใช้พลาสติกปิดแผลโดยตรง ถ้าหากแผลบวมแดงขึ้นมีน้ำเหลืองออกมา แม้ว่าจะไม่มีความเจ็บปวดก็ควรรีบไปพบแพทย์โดยเร็ว

**2.การรักษาโดยแพทย์** ทั้งนี้ขึ้นกับความรุนแรงของแผล

**2.1 การทำแผล** หากมีหนอง ต้องกรีดเปิดแผลให้กว้างเพื่อระบายหนองออก ตัดเนื้อเน่าตายออกล้างด้วยน้ำเกลือ แล้วปิดแผลด้วยผ้าก๊อซชุบน้ำเกลือหรือน้ำเกลือผสมน้ำยาเบตาดีน ควรทำแผล 2-4 ครั้งต่อวัน ตามที่แพทย์แนะนำ

**2.2 การใช้ยาปฏิชีวนะ** แพทย์จะพิจารณาว่าผู้ป่วยควรได้รับยาปฏิชีวนะหรือไม่ ควรใช้ยาชนิดใด และให้ยาโดยการรับประทาน หรือฉีดเข้ากล้ามเนื้อหรือหลอดเลือด โดยแพทย์จะพิจารณาตามลักษณะและความรุนแรงของแผล

**2.3 การหยุดพักบริเวณที่เป็นแผล** โดยหากเป็นจุดที่ลงน้ำหนักควรนอนพักเฉยๆ พยายามเดินเท่าที่จำเป็น หรือสวมรองเท้าที่ทำขึ้นเป็นพิเศษ เพื่อหลีกเลี่ยงการลงน้ำหนักในบริเวณที่เป็นแผล

**2.4 การผ่าตัดหลอดเลือด** ในกรณีที่แผลนั้นได้รับการตรวจสืบค้นเพิ่มเติมและวินิจฉัยแล้วว่า มีสาเหตุมาจากการขาดเลือดเนื่องจากมีเส้นเลือดตีบแข็ง หากผ่าตัดรักษาเพื่อให้มีเลือดไปหล่อเลี้ยงบริเวณแผลได้ดีขึ้นก็จะทำให้แผลหายเร็วขึ้น ทั้งนี้แพทย์จะเป็นผู้ประเมินพยาธิสภาพของโรคและความพร้อมของผู้ป่วยว่าเหมาะสมที่จะเข้ารับการผ่าตัดหรือไม่

**2.5 การผ่าตัดเท้าทิ้ง** จะทำต่อเมื่อไม่สามารถรักษาแผลด้วยวิธีที่กล่าวมาแล้วให้ได้ผล ระดับที่ผ่าตัดจะอยู่ใต้เข่าหรือเหนือเข่าขึ้นอยู่กับแผล หลังการผ่าตัดแล้วสามารถประกอบขาเทียมได้ ทำให้ผู้ป่วยเดินและเคลื่อนไหวได้ดังเดิม

นอกจากนี้ยังมีการรักษาด้วยออกซิเจนความดันบรรยากาศสูง (Hyperbaric Oxygen Therapy) ซึ่งปัจจุบันเข้ามามีบทบาทและเป็นที่ยอมรับในการร่วมรักษาแผลเบาหวานเรื้อรังอีกด้วย (อ่านต่อบทความเรื่องการรักษาผู้ป่วยด้วยออกซิเจนความดันบรรยากาศสูง (Hyperbaric Oxygen Therapy))

จะเห็นได้ว่า การรักษาแผลที่เท้านั้นนอกจากทำให้เกิดผลเสียทางด้านจิตใจแล้วยังเสียเวลาและเสียค่าใช้จ่ายจำนวนมากตามมา ดังนั้นการป้องกัน และการรักษาให้ถูกต้องที่ต้นเหตุของการเกิดโรค คือการ

ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ระดับไขมันในเลือด และควบคุมความดันโลหิตให้ดี จึงเป็นวิธีที่การที่สำคัญที่สุดที่สามารถลดโอกาสการเกิดแผลเรื้อรังจากเบาหวานได้ดีที่สุด

### การป้องกัน

1. ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้ดีที่สุด
2. งดการสูบบุหรี่
3. ออกกำลังกายโดยสม่ำเสมอ
4. ควบคุมไขมันในเลือดไม่ให้สูงเกินปกติรักษา
5. โรคความดันโลหิตสูงให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ
6. ลดน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ
7. หมั่นดูแลเท้าอย่างสม่ำเสมอ