

กินอย่างไรให้ห่างไกลพยาธิตัวติด

ผศ.นพ.โกศล รุ่งเรืองชัย

ภาควิชาปรสิตวิทยา

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

หลายท่านเกิดข้อสงสัยว่า คนที่เป็นโรคพยาธิตัวติดเกิดขึ้นได้อย่างไร และไม่ยอมให้คนในครอบครัวเป็นโรคนี้ จะมีวิธีการดูแลตัวเอง หรือป้องกันจากโรคนี้ได้อย่างไร มีคำแนะนำเกี่ยวกับเรื่องนี้มาฝาก

วิธีป้องกันให้ห่างไกลโรคพยาธิตัวติด

พยาธิตัวติดที่พบได้บ่อยในบ้านเราก็คือ พยาธิตีตหมู และพยาธิตีตวัว ซึ่งทั้งสองชนิดนี้เกิดจากการรับประทานเนื้อหมู เนื้อวัว หรือเนื้อควายที่ปรุงไม่สุก ซึ่งภายในกล้ามเนื้อจะมีถุงซิสต์ถุงน้ำซึ่งภายในมีตัวอ่อนของพยาธิอยู่ภายใน ตัวอ่อนจะเจริญเติบโตเป็นพยาธิโตเต็มวัยในลำไส้เล็ก แล้วแยงดูดซึมอาหาร ซึ่งพยาธิระยะตัวเต็มวัยจะมีขนาดใหญ่สามารถมองเห็นด้วยตาเปล่าและมีความยาวได้หลายเมตร

โรคพยาธิตัวติดอีกแบบหนึ่ง มาจากผักสด หรือน้ำ ที่เรารับประทานโดยไม่ผ่านความร้อน แล้วมีการปนเปื้อนของไข่พยาธิตีตหมู ตัวอ่อนที่อยู่ในไข่สามารถฟักตัวและเข้าสู่กระแสเลือด แล้วไปฝังตัวสร้างเป็นซิสต์ถุงน้ำที่มีตัวอ่อนอยู่ภายใน ซึ่งจะพบได้ในอวัยวะต่าง ๆ เช่น กล้ามเนื้อ ลูกนัยน์ตา สมอ หรือไขสันหลังได้

จะทราบได้อย่างไรว่ามีพยาธิตัวติดอยู่ในร่างกาย

พยาธิตัวติดที่อยู่ในร่างกายมี 2 รูปแบบ คือ การมีพยาธิระยะตัวเต็มวัยอาศัยในลำไส้เล็กของคน ผู้ป่วยอาจมีอาการปวดท้อง มวนท้อง คลื่นไส้ อาจจะได้รับประทานอาหารได้จุกมากขึ้น และน้ำหนักลด ซึ่งอาการมักจะไม่ใช่รุนแรง อีกรูปแบบหนึ่งของการติดโรคพยาธิตัวติด คือ การที่มีซิสต์ถุงน้ำของพยาธิตีตหมูอยู่ในอวัยวะต่าง ๆ ของเราเช่น หากอยู่ที่กล้ามเนื้อจะมีอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ อยู่ที่ลูกนัยน์ตาก็อาจจะรบกวนการมองเห็น อยู่ในสมอง หรือไขสันหลังผู้ป่วยจะมีอาการปวดศีรษะรุนแรง มีอาการชัก หรือในบางรายอาจทำให้เสียชีวิตได้

เป็นโรคพยาธิตัวติดจะรักษาได้อย่างไร

ถ้าสงสัยว่าจะติดโรคพยาธิตัวติด ข้อสำคัญไม่แนะนำให้ซื้อยามารับประทานเอง ควรมาพบแพทย์เพื่อรับการตรวจวินิจฉัย เพราะยาที่ใช้รักษาโรคนี้อาจมีหลายชนิด หากไม่ใช้ยารักษาโรคพยาธิตัวติดโดยเฉพาะ การรักษาจะไม่ได้ผล เพราะส่วนหัวของพยาธิตัวติดก็ยังคงเกาะอยู่กับผนังลำไส้ จะเจริญเติบโตงอกปล้องได้เรื่อย ๆ ออกมาได้เช่นเดิม

ดังนั้น การรับประทานอาหารปรุงสุก จะช่วยให้เราห่างไกลจากโรคพยาธิตัวติดได้