

โรคภูษ หรือเอสแอลอี (SLE)

ภาควิชาตจวิทยา

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

โรคเอสแอลอี เป็นโรคที่เกิดจากความผิดปกติของระบบภูมิคุ้มกัน ทำให้มีการสร้างภูมิคุ้มกันหลายชนิดต่อเนื้อเยื่อของตนเอง มีผลทำให้เกิดการอักเสบของเนื้อเยื่อและอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย

สาเหตุ

พยาธิกำเนิดยังไม่ทราบแน่ชัด พบว่าปัจจัยด้านพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อมมีบทบาทร่วมกันในการก่อโรค

อาการและอาการแสดง

โรคนี้มักพบในวัยหนุ่มสาว อายุ 15-40 ปี เพศหญิงมากกว่าเพศชาย อาการและอาการแสดงอาจแตกต่างกันได้มาก ผู้ป่วยบางรายอาจมีอาการน้อยเช่น มีไข้ อ่อนเพลีย ปวดข้อ มีผื่นแดงตามใบหน้า ผื่นแพ้แดด ผื่นวง มีแผลในปาก รายที่เป็นมากขึ้นอาจมีอาการซีด ติดเชื้อง่าย มีจุดเลือดออกหรือเส้นเลือดอักเสบ นิ้วซีดเขียวเวลาถูกความเย็น ขาบวม ปัสสาวะผิดปกติ มีความผิดปกติทางไต เหนื่อยหอบ เจ็บหน้าอก ชักหรือมีปัญหาทางระบบประสาทได้ ผู้ป่วยไม่จำเป็นต้องมีทุกอาการดังที่กล่าวมา

การรักษา

ยาที่ใช้ในการรักษามีหลายชนิด แพทย์จะเลือกให้ยาใดขึ้นกับลักษณะและความรุนแรงของโรคในแต่ละบุคคล แพทย์จะให้ยาเพื่อควบคุมอาการของโรคให้สงบ และผู้ป่วยอยู่ได้อย่างปกติ

การปฏิบัติตัวของผู้ป่วย

* ผู้ป่วยควรทราบว่า โรคนี้มีความรุนแรงแตกต่างกัน บางคนอาจมีอาการเล็กน้อย แต่บางคนอาจมีอาการรุนแรงได้ แม้ว่าผู้ป่วยมีอาการเล็กน้อย ถ้าไม่ได้รับการรักษา อาการอาจรุนแรงมากขึ้นได้ โรคนี้เป็นโรคเรื้อรัง ซึ่งมีอาการกำเริบและสงบสลับกันไป ดังนั้นควรมารับการตรวจรักษาจากแพทย์โดยสม่ำเสมอ รับประทานยาตามสั่งโดยเคร่งครัด ไม่ควรหยุดยาหรือลดยาเอง เพราะอาจทำให้โรคกำเริบขึ้น

* เวลาไม่สบายไม่ควรซื้อยากินเอง ควรพบแพทย์และบอกแพทย์ด้วยว่าเป็นเอสแอลอี เพื่อการดูแลรักษาที่เหมาะสม และแพทย์จะได้หลีกเลี่ยงยาบางตัวที่อาจทำให้โรคกำเริบขึ้น

* หลีกเลี่ยงการใกล้ชิดกับผู้ป่วยที่เป็นโรคติดเชื้อ เนื่องจากผู้ป่วยเอสแอลอีอาจติดเชื้อได้ง่าย และโรคเอสแอลอีอาจกำเริบขึ้นได้

* ถ้ามีอาการที่บ่งถึงการติดเชื้อ เช่น ไข้สูง ไอ

* ควรตรวจสุขภาพฟันอย่างสม่ำเสมอ การทำฟัน ถอนฟัน ควรรับประทานยาปฏิชีวนะก่อนและหลังทำ เพื่อป้องกันการติดเชื้อ ทั้งนี้ต้องอยู่ภายใต้ความดูแลของแพทย์

* ถ้ามีอาการผิดปกติ ที่อาจบ่งว่าโรคกำเริบ เช่น ไข้ อ่อนเพลีย ผอมร่วง ผื่นผิวหนังเห่อแดง ปวดข้อ ควรมาพบแพทย์ก่อนนัดได้

* หลีกเลี่ยงแสงแดด โดยเฉพาะอย่างยิ่งระหว่าง 10.00-16.00 น. เนื่องจากแสงแดดจะทำให้โรคกำเริบได้ ผู้ป่วยที่แพ้แสงมาก ควรใช้ยากันแดด ใส่หมวก กางร่ม สวมเสื้อแขนยาว ถ้าจะต้องออกไปถูกแสงแดด

* หลีกเลี่ยงภาวะเครียดทั้งร่างกายและจิตใจ

* ควรพักผ่อนให้เพียงพอ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ

* ไม่รับประทานอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ หรือไม่สะอาด สถานที่แออัด เพราะเสี่ยงต่อการติดเชื้อ

* ถ้าโรคยังไม่สงบ ไม่ควรตั้งครรรภ์ เนื่องจากโรคอาจกำเริบขณะตั้งครรรภ์ได้ อาจเป็นอันตรายต่อผู้ป่วยและทารก นอกจากนี้ยาที่รับประทานเพื่อควบคุมโรคในผู้ป่วยบางรายอาจมีผลต่อทารกในครรรภ์ ถ้าโรคสงบแล้ว สามารถตั้งครรรภ์ได้แต่ควรปรึกษาแพทย์ก่อน และขณะตั้งครรรภ์ ควรมารับการตรวจร่างกายอย่างใกล้ชิดมากกว่าเดิม เพราะบางครั้งโรคอาจกำเริบ

* การคุมกำเนิด ควรหลีกเลี่ยงการใช้ยาคุมกำเนิด เนื่องจากอาจทำให้โรคกำเริบ สำหรับการใส่ห่วงคุมกำเนิดอาจเพิ่มอุบัติการณ์ของการติดเชื้อ แนะนำว่าให้ใช้ถุงยางอนามัย

* ผู้ป่วยที่ได้รับยาลดอาการปวดข้อ (NSAIDs) ถ้ามีอาการปวดท้อง ควรแจ้งให้แพทย์ทราบ

* ดื่มนมสด หรือรับประทานอาหารที่มีแคลเซียมสูงป้องกันกระดูกพรุน