

โรคเริม (Herpes simplex)

อ. พญ.จรัสศรี พियाพรรณ
รศ. พญ. วรัญญา บุญชัย
ผศ. ดร. นพ. สุขุม เจียมตน
ภาควิชาตจวิทยา

Faculty of Medicine Siriraj Hospital
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

โรคเริมคืออะไร ?

คือโรคติดเชื้อจากไวรัสที่มีชื่อว่า Herpes simplex virus การได้รับเชื้อไวรัสครั้งแรก เกิดจากการสัมผัสโดยตรงกับผู้ที่เป็โรคซึ่งอาจแสดงอาการหรือไม่ก็ได้ เชื้อไวรัสจะเข้าสู่ผิวหนังทำให้เกิดเป็นโรคเริมครั้งแรก หลังจากนั้นเชื้อไวรัสจะเข้าสะสมในปมเส้นประสาท และเมื่อมีปัจจัยกระตุ้น เชื้อจะเคลื่อนจากปมประสาทมาตามเส้นประสาทจนถึงปลายประสาทและเกิดโรคซ้ำที่ผิวหนังหรือเยื่อ การเกิดโรคพบได้ในหลายตำแหน่ง เช่น ที่ริมฝีปากหรือบริเวณอวัยวะเพศ

อาการของโรคเริมเป็นอย่างไร ?

โรคเริมที่เป็นครั้งแรก จะมีระยะฟักตัวประมาณ 3-7 วันหลังได้รับเชื้อ ส่วนมากผู้ป่วยมักไม่มีอาการ แต่ถ้ามีอาการจะรุนแรง พบเป็นกลุ่มของตุ่มน้ำ แตกเป็นแผลตื้นๆ มักมีอาการเจ็บ ปวดแสบร้อน แผลจะค่อยๆแห้งตกสะเก็ดและหายในระยะเวลาประมาณ 2-6 สัปดาห์ อาจมีอาการไข้ อ่อนเพลีย ปวดศีรษะ หรือต่อมน้ำเหลืองโตร่วมด้วยได้

เริมสามารถเป็นซ้ำได้ โดยอาการจะน้อยกว่า ตุ่มน้ำจะมีขนาดเล็กกว่า จำนวนตุ่มน้ำน้อยกว่าการเป็นครั้งแรก ผู้ป่วยอาจมีอาการนำ เช่น อาการคัน แสบร้อนบริเวณที่จะเป็น ต่อมาจะมีกลุ่มของตุ่มน้ำเกิดขึ้น ในตำแหน่งใกล้เคียงกับตำแหน่งเดิม การเป็นซ้ำมักไม่มีอาการอื่นๆ เช่น ไข้ร่วมด้วย

ปัจจัยใดสามารถกระตุ้นทำให้เริมเกิดเป็นซ้ำ

- ความเครียด
- แสงแดดที่มาก
- รอยถลอกขีดข่วน
- การเจ็บป่วยจากโรคอื่น

- การได้รับยากดภูมิคุ้มกัน เช่น สเตียรอยด์
- การผ่าตัดที่กระทบกระเทือนต่อเส้นประสาท

การรักษาและการปฏิบัติตัวผู้ป่วยโรคเริม

- โรคส่วนใหญ่ อาการไม่รุนแรง และหายเองได้ โดยเฉพาะเริมที่กลับเป็นซ้ำ
- ผู้ป่วยควรพักผ่อนและดื่มน้ำมาก ๆ
- ถ้ามีไข้สูง ควรใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดตัวบ่อย ๆ และรับประทานยาพาราเซตามอลบรรเทาไข้
- ใช้น้ำเกลือกลั้วปากถ้ามีแผลในปาก
- ตัดเล็บสั้น ไม่แกะเกา และอาบน้ำฟอกสบู่ให้สะอาด เพื่อป้องกันมิให้ตุ่มกลายเป็นหนองและ

แผลเป็น

- ใช้ผ้าก๊อชชุบน้ำเกลือหรือน้ำต้มสุกประคบทำความสะอาดแผล
- ยาต้านไวรัสเช่น acyclovir ไม่สามารถกำจัดเชื้อไวรัสที่แฝงตัวอยู่ในปมประสาทได้
- การรับประทานยาต้านไวรัสเร็วภายใน 48 ชั่วโมงหลังมีอาการนำ จะสามารถลดระยะเวลาการเกิดโรค ลดการแพร่เชื้อ และลดระยะเวลาเจ็บปวดได้ แต่เนื่องจากยามีผลข้างเคียงต่อไต รวมถึงต้องมีการปรับขนาดยาในผู้ป่วยที่มีการทำงานของไตบกพร่อง ผู้ป่วยควรมาพบแพทย์เมื่อเริ่มมีอาการเพื่อพิจารณาเรื่องยาต้านไวรัส
- การทายาต้านไวรัสมีประโยชน์น้อยโดยเฉพาะรอยโรคที่อวัยวะเพศ และอาจทำให้เกิดเชื้อดื้อยาได้

การป้องกันเริมกลับเป็นซ้ำ

- ผู้ป่วยควรหลีกเลี่ยงปัจจัยที่กระตุ้นให้เริมเกิดเป็นซ้ำ
- ถ้าเริมเป็นซ้ำบ่อยมากกว่า 6 ครั้งต่อปีหรือเริมที่เป็นซ้ำอาการรุนแรง หรือ การเป็นซ้ำมีผลลดคุณภาพชีวิตของผู้ป่วย ควรปรึกษาแพทย์เพื่อพิจารณาการรับประทานยาต้านไวรัสทุกวันเพื่อป้องกันเริมกลับเป็นซ้ำ

การป้องกันการแพร่เชื้อของโรคเริม

- ระยะแพร่เชื้อติดต่อให้ผู้อื่นคือ ตั้งแต่ เริ่มมีอาการนำจนกระทั่งแผลหายตกสะเก็ด
- หลีกเลี่ยงการสัมผัสแผล น้ำลาย สารคัดหลั่งของผู้ป่วย
- ผู้ป่วยที่มีรอยโรคที่อวัยวะเพศ สามารถแพร่เชื้อให้คู่นอนได้ จึงควรงดการที่เพศสัมพันธ์ตั้งแต่เริ่มมีอาการนำจนกว่าแผลจะหายสนิท
- เนื่องจากโรคเริมสามารถแพร่เชื้อสู่คู่นอนได้แม้ผู้ป่วยไม่มีอาการจึงแนะนำให้ใช้ถุงยางทุกครั้งที่มี

เพศสัมพันธ์

- การรับประทานยาต้านไวรัสทุกวันสามารถลดการแพร่เชื้อได้ แต่เนื่องจากยามีผลข้างเคียง จึงควร
ปรึกษาแพทย์ก่อนการรับประทานยา