

มารู้จักไวรัสตับอักเสบ ซี กันเถอะ

ผศ.นพ.ทวิศักดิ์ แทนวันดี

สาขาวิชาโรคระบบทางเดินอาหาร ภา.อายุรศาสตร์

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

ไวรัสตับอักเสบ ซี เป็นอาร์เอ็นเอไวรัส ที่เป็นภัยเงียบที่คุกคามสุขภาพของประชากรทั่วโลก โดยคาดว่าจะมีประชากรราวร้อยละ 1-2 ทั่วโลกติดเชื้อไวรัส ซี โดยที่คนส่วนใหญ่ไม่มีอาการใดๆ เลยจนกว่าจะมีการเสื่อมของตับมากๆ จึงเริ่มมีอาการอ่อนเพลียบ้าง ซึ่งตอนนั้นก็มักเกิด ตับแข็งแล้ว ซึ่งพบว่าประมาณ 20 ปี ราวร้อยละ 20 ของผู้ป่วยจะเกิดภาวะตับแข็งตับแข็ง รวมถึงอาจเกิดมะเร็งตับตามมาได้ประมาณร้อยละ 1-3 ต่อปี สำหรับประเทศไทยก็พบผู้ป่วยร้อยละ 1-2 ของประชากรเช่นกันและจะพบมากขึ้น ในภาคเหนือ และภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

ไวรัสตับอักเสบ ซี น่ากลัวจริงหรือ

เชื้อไวรัสชนิดนี้มีขนาดเล็กมาก แม้ว่าจะใช้กล้องจุลทรรศน์อิเล็กตรอนส่องก็ไม่สามารถมองเห็นได้ มีเพียงวิธีสกัดเอาสารพันธุกรรมของไวรัสแล้วนำมาขยายเพิ่มจำนวนล้าน ๆ เท่าเท่านั้น จึงจะมองเห็น นอกจากนี้ ผู้ป่วยส่วนใหญ่จะไม่แสดงอาการใด ๆ ในกรณีที่ติดเชื้อจากการได้รับเลือด จะมีระยะฟักตัวประมาณ 6 - 8 สัปดาห์ ผู้ป่วยน้อยกว่าร้อยละ 25 อาจมีอาการอ่อนเพลีย และบางครั้งอาจเป็นโรคดีซ่าน ซึ่งจะต้องตรวจเลือดเพื่อดูการทำงานของตับ เพราะตับของผู้ป่วยทุกรายจะทำงานผิดปกติ โดยเฉพาะการตรวจหาระดับ AST (SGOT) และ ALT (SGPT)

ปัจจุบันพบว่าผู้ป่วยเพียงร้อยละ 15 เท่านั้นที่สามารถกำจัดไวรัสออกไปจากร่างกายได้ ส่วนอีกร้อยละ 85 จะมีอาการเรื้อรัง ซึ่งผู้ป่วยกลุ่มนี้จะไม่มีอาการ หรืออาจมีเพียงอ่อนเพลียเล็กน้อยเท่านั้น และหากเป็นเรื้อรังก็จะค่อยๆ กลายเป็นตับแข็งดังกล่าวดังกล่าวแล้วข้างต้น

การติดต่อของไวรัสตับอักเสบ ซี เกิดขึ้นได้อย่างไร

เราสามารถติดเชื้อไวรัสชนิดนี้ได้จากการรับเลือดและส่วนประกอบของเลือด (ไม่ใช่การบริจาคเลือด) นอกจากนี้ยังพบในผู้ที่ติดยาเสพติดชนิดฉีดเข้าเส้น ผู้ที่สักตามร่างกาย เจาะหู ผ่าตัดฝังเข็มรักษาโรค หากเครื่องมือไม่ได้รับการฆ่าเชื้อที่ถูกต้อง ก็อาจเป็นสาเหตุของการติดต่อได้ ในผู้ป่วยที่ฟอกเลือดล้างไตก็พบบ่อยขึ้น การติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการติดต่อจากมารดาไปสู่ทารกพบได้แต่น้อยมาก

หากต้องการทราบว่าเป็นไวรัสตับอักเสบ ซี หรือไม่จะต้องทำอย่างไร

การวินิจฉัยสามารถทำได้โดยการตรวจเลือดแล้วนำส่วนที่เป็นน้ำเหลืองไปตรวจหาภูมิต่อต้านไวรัสตับอักเสบ ซี หรือที่เรียกว่า "แอนติ เอช ซี วี (Anti-HCV) "โดยเสียค่าใช้จ่ายประมาณ 300 - 400 บาท และรอผลประมาณ 3 - 7 วัน ในรายที่ผลเป็นบวกควรตรวจยืนยันด้วยการการตรวจไวรัสโดยตรง

เราสามารถใช้ชีวิตประจำวันร่วมกับผู้ป่วยไวรัสตับอักเสบ ซี ได้หรือไม่

โดยปกติผู้ป่วยสามารถใช้ชีวิตในสังคมร่วมกับผู้อื่นได้โดยไม่มีผลกระทบต่อ anybody เช่น การรับประทานอาหารร่วมกัน เป็นต้น ในเพศหญิงสามารถมีบุตรได้โดยการติดต่อไปยังทารกพบได้น้อยมาก และสามารถให้นมบุตรได้ตามปกติ

เมื่อเป็นไวรัสตับอักเสบ ซี จะปฏิบัติตัวอย่างไรจึงจะเหมาะสม

ผู้ที่ติดเชื้อไวรัสชนิดนี้สามารถใช้ชีวิตและออกกำลังกายได้ตามปกติ แต่ต้องไม่ดื่มพิกม่อนให้พอเพียง ควรงดเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เพราะแอลกอฮอล์จะทำให้ไวรัสแบ่งตัวมากขึ้นและตับเสื่อมเร็วขึ้น ไม่รับประทานยาสู่มึสุมห่าโดยปราศจากคำสั่งของแพทย์ และควรไปพบแพทย์เพื่อตรวจระดับ AST และ ALT เพื่อทราบระดับของการอักเสบ แต่ถึงกระนั้นก็ไม่ต้องตกใจกับระดับค่าที่วัดได้ เพราะไม่มีส่วนสัมพันธ์กับความรุนแรงของอาการอักเสบ เพราะโดยธรรมชาติ ไวรัสชนิดนี้จะมีระดับขึ้น ๆ ลง ๆ เป็นปกติอยู่แล้ว หากแพทย์พบว่าตับท่านอักเสบ ต่อเนื่องอาจพิจารณาให้การรักษาซึ่งในปัจจุบันมียาฉีด อินเตอร์เฟอรอน ร่วมกับยารับประทาน ไรบาไวริน ทำให้โรคหายขาดได้สูง

เมื่อเราได้ทำความรู้จักกับไวรัสชนิดนี้แล้ว อาจคลายความกังวลในด้านของการแพร่เชื้อได้ส่วนหนึ่ง แต่นั่นก็ไม่สำคัญเท่ากับการที่เราควรหมั่นตรวจสุขภาพเป็นประจำทุกปี เพื่อหาทางรักษาและป้องกันในกรณีที่ตรวจพบความผิดปกติได้อย่างทัน่วงที