ผื่นแพ้ยุง: รักษา ป้องกันอย่างไร?

อ.นฤมล ศิลปอาชา

ภาควิชาตจวิทยา

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

ช่วงน้ำท่วมเช่นนี้ หลายคนคงมีปัญหารบกวนจากกองทัพยุงเป็นแน่ ยุงที่กัดส่วนใหญ่ในบ้านเรา คือ ยุงรำคาญ (*Culex quinquefasciatus*) เป็นยุงเพศเมียเพราะต้องการเลือดในการสร้างไข่ เมื่อยุงกัดจะปล่อยน้ำลายออกมาซึ่งในน้ำลายนี้เองมีสารโปรตีนที่เป็นสาเหตุของผื่นคันและการแพ้

ผื่นยุงกัดลักษณะเป็นอย่างไร

ผื่นยุงกัดมีอาการแสดงได้หลายรูปแบบ และอาการขึ้นกับปริมาณยุงที่กัดด้วย ส่วนใหญ่เมื่อโดนกัดซ้ำหลายๆครั้ง อาการมักจะน้อยลง โดยทั่วไปจะเห็นเป็นตุ่มนูน แดง คัน ขึ้นอยู่นานประมาณ 20 นาที และค่อยๆยุบไปได้เอง ตำแหน่งที่พบบ่อยคือบริเวณขา ซึ่งอาการเหล่านี้ไม่ถือว่าเป็นการแพ้ แต่เป็นปฏิกริยาต่อน้ำลายยุงเท่านั้น ส่วนในคนที่แพ้ยุงจริงๆนั้นหลังถูกกัดจะพบตุ่มนูนแดงคงอยู่นานหลายวัน หรือพบตุ่มนูนแดงขนาดใหญ่ (บางครั้งใหญ่เกิน 5 เซนติเมตร) ตุ่มน้ำพอง จ้ำเลือด ในบริเวณที่โดนกัด ในบางรายมีผื่นลมพิษทั่วตัวหรือลมพิษชนิดลึกร่วมกับมีอาการหมดสติได้ ซึ่งในกลุ่มนี้มักมีการติดเชื้อแบคทีเรียแทรกซ้อนจากการแกะเกาและมีรอยดำตามมาได้บ่อย

ใครคือบุคคลที่เสี่ยงต่อการแพ้ยุง

- เด็กเล็กซึ่งยังไม่เคยโดนยุงกัดมาก่อนเนื่องจากมีภูมิคุ้มกันตามธรรมชาติต่อยุงน้อย จะสังเกตเห็นว่าเด็กมักมีผื่นยุงกัดมากกว่าผู้ใหญ่ หรือนักท่องเที่ยวที่ไม่เคยสัมผัสกับยุงในสถานที่นั้นๆมาก่อน
- คนที่มีโรคเกี่ยวข้องกับภูมิคุ้มกันเช่น โรคเอดส์ โรคมะเร็งเม็ดเลือดบางชนิด
- คนที่ใช้ชีวิตหรือทำงานนอกบ้านเป็นส่วนใหญ่

วินิจฉัยได้อย่างไรว่าเราแพ้ยุง

อาศัยทั้งจากประวัติ ลักษณะตุ่มที่โดนกัดว่ารุนแรงกว่าคนทั่วไป นอกจากนั้นอาจทำการตรวจเพิ่มเติมเช่นทำการทดสอบภูมิแพ้ผิวหนังที่เรียกว่า skin prick test โดยใช้สารสกัดจากน้ำลายยุงมาสะกิด

ผิวหนังในบริเวณท้องแขนและดูปฏิกิริยาที่เกิดขึ้น ในรายที่มีประวัติแพ้รุนแรงมาก อาจใช้วิธีเจาะเลือดดูค่าภูมิคุ้มกันต่อยุงได้ (specific IgE)

การรักษา

ในรายเป็นตุ่มยุงกัดธรรมดา อาจใช้ยาทากลุ่ม calamine หรือ menthol เพื่อให้รู้สึกเย็นสบาย ลดอาการคัน หรือยาทากลุ่ม สเตียรอยด์ ส่วนในรายที่เป็นตุ่มขนาดใหญ่ อาจใช้ยาทากลุ่มสเตียรอยด์ โดยเลือกความเข้มข้นให้เหมาะสม เช่นในเด็กควรใช้ยาที่มีความแรงอ่อนเช่น ไฮโดรคอร์ติโซน (hydrocortisone) ร่วมกับรับประทานยาแก้แพ้เช่น chlorpheniramine, cetirizine บางครั้งถ้ามีอาการรุนแรงมากอาจจำเป็นต้องรับประทานยาสเตียรอยด์ร่วมด้วยซึ่งควรปรึกษาแพทย์ก่อนทุกครั้ง

ยุงกัดจนแขนขาลาย รักษาอย่างไรดี

รอยดำจากยุงกัด เป็นสิ่งที่ทำให้ผู้ป่วยกังวลมาก เนื่องจากเป็นเรื่องของความสวยงาม ซึ่งการรักษาแพทย์อาจใช้ยาทาที่ช่วยลดการสร้างเม็ดสีและที่สำคัญต้องป้องกันอย่างถูกวิธีเพื่อไม่ให้มีรอยโรคจากยุงกัดเพิ่ม

การป้องกัน

นอกจากการใส่เสื้อผ้าปกปิด หลีกเลี่ยงแหล่งที่มียุงชุม รวมถึงกำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ยุง ใช้ยาจุดกันยุงแล้ว บางครั้งอาจจำเป็นต้องยาทากันยุง (insect repellants) บริเวณผิวหนังร่วมด้วย ปัจจุบันสารเหล่านี้เริ่มใช้กันแพร่หลาย มีหลายยี่ห้อในท้องตลาด ทั้งครีม โลชั่น สเปรย์ แป้งและแผ่นอาบน้ำยา ซึ่งสารเหล่านี้จะระเหยเป็นกลิ่นที่ยุงไม่ชอบทำให้ยุงเข้ามากัดเราน้อยลง สารที่นิยมใช้มีดังนี้

1. DEET (N,N-diethyl-3-methylbenzamide) สามารถทาที่ผิวหนังโดยตรงหรือใช้พ่นที่เสื้อผ้าหรืออุปกรณ์ต่างๆได้ ระยะเวลาป้องกันยุงขึ้นอยู่กับความเข้มข้นของสาร โดยถ้าความเข้มข้นน้อยกว่า 10% จะป้องกันยุงได้ประมาณ 1-3 ชั่วโมง ถ้าความเข้มข้น 10-30% ป้องกันยุงได้ประมาณ 4-6 ชั่วโมง ไม่ควรทาบริเวณใกล้ตาหรือผิวหนังที่เป็นแผล ในเด็กเล็กควรใช้สารนี้เมื่ออายุมากกว่า 2 เดือนเพื่อป้องกันผลข้างเคียงต่อระบบประสาทและเลือกใช้ความเข้มข้นที่น้อยกว่า 10%

2. **ตะไคร้หอม** สามารถนำมาสกัดเป็นน้ำมันหอมระเหย citronella oil และ geraniol ข้อดีคือเป็นสารสกัดจากพืชธรรมชาติ แต่ป้องกันยุงได้ในช่วงสั้นประมาณ 20-30 นาที

3. **น้ำมันยูคาลิปตัส** (lemon eucalyptus oil) เป็นสารสกัดจากธรรมชาติเช่นกัน ป้องกันยุงได้ในช่วงประมาณ 2-5 ชั่วโมง

4. Permethrin นิยมใช้ฉีดพ่นที่ข้าวของเครื่องใช้เช่นเสื้อผ้า รองเท้า มุ้ง สามารถติดทนแม้จะทำการซักไปแล้วหลายครั้ง

5. Picaridin เป็นสารตัวใหม่ที่นิยมใช้ในต่างประเทศ มีประสิทธิภาพดี ไม่มีกลิ่นและระคายเคืองต่อผิวหนังน้อยกว่า DEET

ผู้ป่วยที่แพ้ยุงนั้นพบได้ไม่บ่อยแต่มักทำให้เกิดผลกระทบต่อการดำรงชีวิต รวมถึงผลข้างเคียงในด้านความสวยงาม นอกจากนั้น ยุงยังเป็นพาหะของโรคต่างๆอีกหลายโรค ดังนั้นทุกคนที่แพ้หรือไม่แพ้ยุงจึงควรหลีกเลี่ยงและป้องกันไม่ให้โดนยุงกัดเช่นกัน