



โรคท้องร่วง (Diarrhea)

โรคท้องร่วง หมายถึง ผู้ป่วยมีอาการถ่ายเป็นน้ำ ถ่ายเหลว ถ่ายมูก หรือมูกปนเลือด

ในทารกที่กินนมแม่ปกติอาจถ่ายเหลวบ่อยครั้งได้ ถือว่าเป็นอาการท้องร่วง แต่ถ้าถ่ายเป็นน้ำจำนวนมากและบ่อยครั้งกว่าที่เคยเป็น ก็ถือว่าผิดปกติ

ท้องร่วงเป็นอาการที่พบได้บ่อย และมีสาเหตุได้หลายประการ ส่วนใหญ่อาการไม่รุนแรง และมักจะหายได้เอง ส่วนน้อยอาจมีอาการรุนแรง ทำให้มีภาวะขาดน้ำและเกลือแร่ เป็นอันตรายถึงขั้นเสียชีวิตได้ โดยเฉพาะกับเด็กเล็กและผู้สูงอายุ นอกจากนี้อาการถ่ายเป็นน้ำ ถ่ายเหลวหรือถ่ายมีมูกเลือดปนแล้ว อาจมีอาการไข้ ปวดท้อง อาเจียนร่วมด้วย ขึ้นอยู่กับสาเหตุที่ทำให้เป็นโรค

- สาเหตุ

1. ท้องร่วงชนิดเฉียบพลัน เกิดจาก

1. การติดเชื้อ ซึ่งพบได้บ่อยกว่าสาเหตุอื่น ๆ อาจเกิดจากเชื้อไวรัส บิด ไทฟอยด์ อหิวาต์ มาลาเรีย พยาธิบางชนิด เช่น ไทอาร์เดีย พยาธิแส้ม้า

2. อาหารเป็นพิษ โดยการปะปนของเชื้อโรคที่อยู่ในอาหาร

3. สารเคมี เช่น สารตะกั่ว สารหนูไนเตรท ยาฆ่าแมลง ทำให้อาเจียน ปวดท้องรุนแรง และชักร่วมด้วย

4. ยา เช่น ยาถ่าย ยาระบาย ยาปฏิชีวนะ

5. พิษพิษ เช่น เห็ดพิษ กลอย

2. ท้องร่วงเรื้อรัง

หมายถึง การที่มีอาการท้องร่วงติดต่อกันเกิน 3 สัปดาห์ หรือเป็นๆ หายๆ นานหลายๆ เดือน หรือเกือบทั้งปี ทั้งที่ร่างกายยังแข็งแรงดี อาจเกิดจากปัจจัย ดังนี้

1. อารมณ์ ความเครียด

2. การติดเชื้อ เช่น บิด อะมีบา วัณโรคลำไส้ และพยาธิแส้ม้า

3. โรคเรื้อรัง เช่น เบาหวาน คอพอกเป็นพิษ

4. ขาดน้ำย่อย สำหรับย่อยน้ำตาลที่อยู่ในนม จึงทำให้เกิดอาการท้องเสียหลังดื่มนม

5. ความผิดปกติของการดูดซึมอาหารที่ลำไส้

6. เนื้องอก มะเร็งลำไส้ หรือมะเร็งตับอ่อน

7. ยา เช่น รับประทานยาถ่าย หรือยาลดกรดเป็นประจำ

8. สาเหตุอื่น ๆ เช่น ผ่าตัดกระเพาะอาหาร ทำให้การย่อยอาหารผิดปกติ การฝังแร่อาจทำให้เกิดอาการท้องเดินเรื้อรังได้

- อาการแทรกซ้อน

อาการที่สำคัญคือ ภาวะขาดน้ำและเกลือแร่ ซึ่งเป็นสาเหตุของอาการช็อก ภาวะเลือดเป็นกรด ภาวะเกลือแร่ในร่างกายต่ำ

- ภาวะขาดน้ำแบ่งได้ 3 ระดับ ดังนี้

1. ภาวะขาดน้ำเล็กน้อย ผู้ป่วยจะกระหายน้ำ และอ่อนเพลียเล็กน้อย ชีพจรและความดันโลหิตปกติ

2. ภาวะขาดน้ำปานกลาง ผู้ป่วยจะอ่อนเพลียมาก ตาลึก ปากแห้ง ผิวหนังเหี่ยว ชีพจรเบาแต่เร็ว ความดันโลหิตต่ำ

3. ภาวะขาดน้ำรุนแรง ผู้ป่วยจะอ่อนเพลียมาก ลุกนั่งไม่ได้ ไม่ค่อยรู้สึกตัว กระสับกระส่าย ตัวเย็น มือเย็น เท้าเย็น ความดันต่ำมาก ปัสสาวะออกน้อยหรือไม่ออกเลย ปากแห้ง ลิ้นแห้ง หายใจเร็ว

- การรักษา

1. งดอาหารรสจัดและอาหารที่มีกาก ให้กินอาหารอ่อน ย่อยง่าย ถ้าเป็นเด็กเล็กที่กินนมผง ให้ดนม 2 - 4 ชั่วโมง แล้วจึงให้กินนมได้ ส่วนเด็กเล็กที่กินนมแม่ ให้กินได้ตามปกติ

2. ถ้ายังดื่มไม่ได้ ให้ดื่มน้ำเกลือแร่

3. สังเกตดูอาการของผู้ป่วย ซึ่งส่วนใหญ่จะค่อยๆ ดีขึ้น และหายเองภายใน 2 - 3 วัน แต่ถ้าไม่ดีขึ้น ควรรีบพาไปโรงพยาบาลทันที

4. ในรายที่มีอาการท้องร่วงเรื้อรัง ถ้ามีอาการอ่อนเพลีย เบื่ออาหาร น้ำหนักลด หรือถ่ายเป็นมูกเลือด ควรรีบไปพบแพทย์

- ขออนุญาต

1. โรคท้องร่วงนี้ ถ้าพบในเด็กเล็กและผู้สูงอายุ อาจมีอันตรายถึงเสียชีวิตได้ ถ้าให้การดูแลเบื้องต้นแล้วอาการไม่ดีขึ้น ให้รีบพาไปโรงพยาบาล

2. เมื่อเริ่มมีอาการท้องร่วง ควรสังเกตภาวะการขาดน้ำ ได้แก่ หิวน้ำบ่อย ปัสสาวะได้น้อย ผิวหนังแห้ง ควรดื่มน้ำเกลือแร่เป็นระยะ เพื่อช่วยลดอาการขาดน้ำ

3. สำหรับเด็กเล็ก สามารถสังเกตภาวะขาดน้ำได้จากปากและลิ้นแห้ง ไม่มีน้ำตาเวลาร้องไห้ ไม่ปัสสาวะนานกว่า 3 ชั่วโมง แก้มตอบ ท้องแฟบ

- การป้องกัน

1. รับประทานอาหารสุก ไม่มีแมลงวันตอม และดื่มน้ำสะอาด

2. ล้างมือก่อนรับประทานอาหาร และหลังจากถ่ายอุจจาระ

3. ถ่ายอุจจาระลงในส้วมที่มีดิดี เพื่อป้องกันการแพร่ของเชื้อโรค

- สำหรับเด็กทารก

1. ควรเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

2. ถ้าเลี้ยงลูกด้วยนมผสม ควรต้มจุกนมและขวดนมเพื่อฆ่าเชื้อโรคก่อนใช้ทุกครั้ง

3. ฉีดวัคซีนป้องกันโรคและให้อาหารเสริมแก่ทารก เพื่อให้สุขภาพแข็งแรงและไม่เป็นโรคขาดสารอาหาร