

# ความรู้การใช้ยา ในโรคที่มากับน้ำท่วม

---

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เกษัชกรหญิงอภิฤดี เหมือนจุฑา  
เกษัชกรหญิงสิรินุช พลະภิญโญ  
เกษัชกรกิตติยศ ยศสมบัติ  
คณะเภสัชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## 2 ความรู้การใช้ยาในโรคที่มากับน้ำท่วม

ภัยพิบัติ อุทกภัย กลายเป็นภาวะที่คนไทย ประสบบ่อย และถี่มากขึ้น การมีความรู้เพื่อดูแลตนเอง และป้องกันโรคที่มากับภาวะน้ำท่วมขัง และสามารถรักษาตนเองด้วยยาในขอบเขตที่เหมาะสม เป็นการพัฒนาศักยภาพประชาชนโดยส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้และสนับสนุนการมีส่วนร่วมของประชาชน เพื่อให้ได้รับความปลอดภัยด้วยตนเอง

**โดยสรุปความรู้การใช้ยาในโรคที่มากับน้ำท่วม**

ในโรคที่สำคัญและพบบ่อย 4 โรค ได้แก่ โรค น้ำกัดเท้า ท้องเสีย ตาแดง และโรคฉี่หนู



## 1 การป้องกันและดูแลโรคน้ำกัดเท้า

### โรคน้ำกัดเท้าเกิดจากอะไร

น้ำกัดเท้าไม่ใช่ชื่อโรคแต่เป็นคำเรียกติดปากของประชาชน ถึงภาวะที่เกิดการระคายเคืองของผิวหนังที่เท้า ซึ่งมักเกิดจากการแช่น้ำสกปรกเป็นเวลานาน หรือมีความชื้นบริเวณเท้าอยู่ตลอดเวลา เนื่องจากน้ำท่วมขังและต้องเดินย่ำน้ำบ่อยๆ ในช่วงฤดูฝนและบางพื้นที่ที่มีอุทกภัยในขณะนี้ การระคายเคืองของผิวหนังอาจเกิดมากขึ้น หากไม่สามารถรักษาความสะอาดและความแห้งของผิวหนังได้อย่างต่อเนื่อง ทำให้ผิวหนังที่เท้าเปื่อยลอก แดง แสบและคัน ทำให้เกิดแผลได้ง่ายหรือมีการแกะเกา และส่งเสริมให้เกิดการติดเชื้อราหรือเชื้อแบคทีเรีย

## 4 ความรู้การใช้ยาในโรคที่มากับน้ำท่วม

แทรกซ้อนได้

### อาการของโรคน้ำกัดเท้าเป็นอย่างไร

อาการของโรคน้ำกัดเท้า ที่พอแยกได้เป็น 2  
ระยะ

#### ระยะแรก: **ระยะอักเสบระยะกายเคือง**

ระยะแรกนี้จะสังเกตได้ว่าผิวหนังมีลักษณะแดงลอก เนื่องจากการระคายเคือง บางรายอาจมีอาการเท้าเปื่อย คันและแสบ ระยะนี้อาจยังไม่มี การติดเชื้อโรคเข้ามาเกี่ยวข้อง แต่การต้องแช่น้ำสกปรกเป็นเวลานานจะทำให้ติดเชื้อที่ปนอยู่กับน้ำได้ง่ายขึ้น การเกาหรือถูเพื่อบรรเทาความรู้สึกแสบและคันก็อาจสร้างรอยแผลถลอกเล็กๆ ที่ทำให้ติดเชื้อแทรกซ้อนตามมาได้



ที่มา: <http://th.wikipedia.org>

## ระยะที่สอง: ระยะติดต่อแทรกซ้อน

การติดเชื้อโรคแทรกซ้อนเนื่องจากผิวหนังที่ขึ้นเปื่อยและหลุดลอก ซึ่งง่ายแก่การก่อโรคของเชื้อ ที่พบบ่อยคือเชื้อแบคทีเรีย และเชื้อรา อาการที่แตกต่างกันพอแยกได้ คือ

**ถ้าติดเชื้อแบคทีเรีย** มักมีอาการอักเสบ บวมแดง เป็นหนองและปวด อาการที่เป็นเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว

**ถ้าติดเชื้อรามักเป็นบริเวณซอกนิ้ว** มีลักษณะคัน ผิวเป็นขุย เป็นสะเก็ดหรือเป็นปื้นขาว ลอกออกเป็นแผ่นๆ ได้ ซึ่งการติดเชื้อรามักเกิดเฉพาะรายที่มีความชื้นสะสมที่เท้าอยู่เป็นเวลานาน ทัวไปไม่ต่ำกว่าสองสัปดาห์ และไม่ได้พบมากหรือเป็นสาเหตุของผู้ป่วยโรคน้ำกัดเท้าทุกราย

เท้าของผู้ป่วยโรคน้ำกัดเท้าระยะที่สองนี้มักมีกลิ่นเหม็น เนื่องจากการหมักหมมของน้ำเหลืองและการติดเชื้อโรคที่กล่าวมาข้างต้น

## การรักษาโรคน้ำกัดเท้าทำได้ง่ายที่บ้าน

### การป้องกันคือการรักษาที่ดีที่สุด

การรักษาที่ดีที่สุดคือการป้องกันตั้งแต่แรก โดยการรักษาความสะอาด และลดความชื้นที่เท้าลงให้มากที่สุด

- หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับน้ำสกปรกโดยใส่รองเท้าบูท ทุกครั้งที่ต้องเดินย่ำน้ำ หากน้ำที่ท่วมซึ่งมีระดับสูงกว่าขอบรองเท้า อาจใช้ถุงดำครอบให้เหนือกว่าระดับน้ำแล้วใช้หนังยางรัดไว้ ไม่ให้น้ำเข้าได้

- ทาวาสลีน (Vaseline) **ซึ่งมีลักษณะเป็นขี้ผึ้ง** หนึ่ๆ บริเวณง่ามเท้า ลดโอกาสที่น้ำจะซึมผ่านผิวหนังและทำให้เกิดความชื้นหรือผิวหนังเปื่อยได้ง่าย สำหรับผู้ประสบอุทกภัยซึ่งไม่สามารถหาวาสลีนได้ อาจใช้ยาขี้ผึ้งรักษากลากเกลื้อนที่เรียกว่าวิทฟิลด์ (Whitfield's Ointment) หรือขี้ผึ้งประเภทเดียวกันทาแทนได้

- หากจำเป็นต้องเดินย่ำน้ำ หรือต้องแช่น้ำสกปรกที่ท่วมขังอยู่ เมื่อเสร็จธุระแล้วให้รีบล้างตัว

ด้วยสบู่และน้ำสะอาดถ้าหาได้

- หากน้ำมีปริมาณจำกัดอาจใช้วิธีการแช่น้ำต่างทับทิม โดยใช้เกลือต่างทับทิม 2-3 เกล็ดละลายน้ำปริมาณพอควรให้ได้สารละลายสีชมพูจางๆ แช่อย่างน้อย 15 นาที และเช็ดให้แห้ง
- ในกรณีที่ไม่มีมีต่างทับทิมสามารถใช้ยาใส่แผลโพวิโดน ไอโอดีนจำนวน 8 หยด ผสมน้ำประมาณ 1 ลิตร แทนน้ำต่างทับทิมได้
- หลังจากล้างเท้าและเช็ดเท้าจนแห้งแล้ว ให้ใช้แป้งฝุ่นโรยตัว โรยบริเวณง่ามเท้าเพื่อให้แห้งอยู่เสมอ
- หมั่นสังเกตแผลบริเวณเท้าและขาซึ่งสัมผัสกับน้ำสกปรก หากพบว่ามึบปวดแผลเกิดขึ้น ควรพยายามหลีกเลี่ยงการสัมผัสของแผลกับน้ำที่ท่วมขัง ใส่ยาโพวิโดน ไอโอดีน และเมื่อแผลมีลักษณะอักเสบรุนแรงขึ้น ให้พบแพทย์เพื่อประเมินอาการ เพื่อแก้ไขอย่างถูกต้องทันที่

## การรักษาโรคน้ำกัดเท้า

การรักษาโรคน้ำกัดเท้าต้องพิจารณาระยะของโรค เนื่องจากมีอาการและสาเหตุที่แตกต่างกัน

- ระยะแรกที่มีอาการเท้าเปื่อย ลอก แดง คัน และแสบ อาจใช้ยาทาสเตียรอยด์อ่อนๆ เช่น ไตรแอมซิโนโลนครีม หรือเบตาเมทาโซนครีม โดยไม่จำเป็นต้องใช้ยาฆ่าเชื้อรา อย่างไรก็ตาม หากมีแต่ยาสูตรผสมของสเตียรอยด์กับยาฆ่าเชื้อราก็สามารถใช้แทนได้ ข้อจำกัดคือยาทาสเตียรอยด์อาจทำให้ติดเชื้อราได้ง่ายขึ้น

- การใช้ยาซีฟิ่งรักษากลากเกลื้อนตำรับวิทฟิลด์ หรือซีฟิ่งทาแก้ น้ำกัดเท้าสูตรกำมะถัน (Sulfur) ที่เป็นซีฟิ่งลักษณะคล้ายยาหม่อง ทาบริเวณที่เริ่มมีอาการ วันละ 3 ครั้ง สามารถแก้ไขอาการเท้าเปื่อย ลอกแดง และคัน ซึ่งยังไม่ติดเชื้อได้ เพราะยาซีฟิ่งนี้มีความมันสูง หากทา ก่อนโดนน้ำจะช่วยลดความเปียกชื้นของผิวได้ ทั้งยังมีฤทธิ์ต้านการติดเชื้อ ลดอาการคัน ลดการเกิดแผลถลอก ที่จะทำให้ติดเชื้ออื่น



ได้อย่างดี

- ในรายที่เกิดการติดเชื้อแบคทีเรียแทรกซ้อนที่เป็นไม่มาก อาจใช้การชะล้างบริเวณแผลด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อ เช่น น้ำเกลือ หรือน้ำด่างทับทิม แล้วทาแผลด้วยยาฆ่าเชื้อโรค เช่น โพรพิโดน ไอโอดีน หรือยาทาวิทฟิลด์ บางตำรับที่ผสมกำมะถัน ก็สามารถใช้ได้
- ในรายที่มีการอักเสบติดเชื้อแบคทีเรียอย่างรุนแรงหรือเรื้อรัง ควรพบแพทย์เพื่อรับการวินิจฉัยอย่างถูกต้อง และรับการรักษาโดยยารับประทานและทำแผลอย่างถูกวิธี
- ในรายที่มีการติดเชื้อรา สามารถใช้วิทฟิลด์ได้ดีไม่ต่างจาก ยาทาต้านเชื้อราอื่นๆ เช่น ยาทาโคลไตรมาโซล ซึ่งมีประสิทธิภาพเท่าเทียมกัน แต่ลดความชื้นที่ผิวหนังได้น้อยกว่า สามารถเลือกใช้ชนิดใดชนิดหนึ่งก็ได้ แต่ขี้ผึ้งวิทฟิลด์ มีราคาประหยัดทั้งเกาะติดผิวหนังได้ดี ไม่ถูกชะออกได้ง่ายเหมือนยาทาโคลไตรมาโซลซึ่งเป็นครีม และใช้เพื่อป้องกันได้ ขี้ผึ้งวิทฟิลด์เป็นทางเลือกหลักสำหรับกรณีโรคน้ำกัดเท้า

ที่เกิดขณะมีอุทกภัย

- เมื่อเป็นเชื้อราแล้วมักหายยาก ถึงแม้จะใช้ยาทาติดต่อกัน 3-4 สัปดาห์จนรอยผิวหนังเหมือนหายเป็นปกติดี เนื่องจากเชื้อรบบางส่วนยังหลงเหลืออยู่ในผิว เมื่อทำอับชื้นขึ้นก็จะเกิดเชื้อราเจริญขึ้นใหม่ไม่หายขาด ผู้ป่วยจึงควรใช้อย่างต่อเนื่อง ไม่ควรหยุดใช้ยาเองแม้ว่าจะดีขึ้น การหยุดยาเร็วเกินไปขณะที่เชื้อยังไม่หมด มีโอกาสกลับเป็นซ้ำอีกได้ง่าย **โดยปกติแนะนำให้ใช้ยาทาต่อเนื่องหลังหายแล้วอีกอย่างน้อย 2-4 สัปดาห์**

- ในรายที่อาการรุนแรงหรือมีการติดเชื้อราที่เล็บร่วมด้วย อาจจำเป็นต้องใช้ยารับประทาน ซึ่งควรปรึกษาแพทย์ผิวหนังเพื่อวินิจฉัยและรับการรักษาที่เหมาะสมต่อไป

## อาการข้างเคียง หรือข้อควรระวังในการใช้ยาทารักษาโรคน้ำกัดเท้า

เนื่องจากยาที่ใช้รักษาโรคน้ำกัดเท้าส่วนใหญ่เป็นยาทาเฉพาะที่ อาการข้างเคียงที่พบได้บ่อยคือ การระคายเคืองบริเวณที่ทายา โดยเฉพาะจากการใช้ซีฟิ๊งวิทฟิลด์ เนื่องจากมีกรดอ่อนๆ เป็นองค์ประกอบ ดังนั้นจึงควรหลีกเลี่ยงการทำในบริเวณที่มีแผลเปิด นอกจากนี้บางตำรับที่มีกำมะถันเป็นองค์ประกอบ อาจทำให้เกิดการระคายเคืองได้เช่นกัน หากใช้แล้วเกิดอาการแพ้ แสบ หรือระคายเคืองอาจหยุดใช้สักระยะ เมื่อการระคายเคืองลดลงแล้วสามารถทดลองใช้ใหม่ได้ การใช้คาลาไมน์โลชั่น ซึ่งมี Zinc Oxide เป็นองค์ประกอบร่วมกับการทาซีฟิ๊งวิทฟิลด์ อาจช่วยลดการระคายเคืองได้

สำหรับยาทารักษาโรคน้ำกัดเท้าชนิดอื่น อาจก่อการระคายเคืองได้เช่นเดียวกับที่กล่าวไปข้างต้น หากเกิดการระคายเคืองอาจหยุดใช้ จนการระคายเคืองลดลงแล้วจึงทดลองกลับมาใช้ใหม่



## 2 ก້วยเสี่ย

### ถ่ายอย่างไรจึงเรียกว่าก້วยเสี่ย

อาการท้องเสี่ย (ท้องเดินหรือท้องร่วง)

- อาการถ่ายอุจจาระเหลวกว่าปกติมากกว่าหรือเท่ากับวันละ 3 ครั้ง

- ถ่ายอุจจาระปนมูกเลือด หรือถ่ายเป็นน้ำปริมาณมากอย่างน้อย 1 ครั้ง

อันตรายที่เกิดขึ้นจากภาวะท้องเสี่ย โดยมากเกิดจากการสูญเสียน้ำและเกลือแร่จากร่างกายอย่างมากและรวดเร็ว ทำให้เกิดภาวะขาดน้ำและอ่อนเพลีย ในรายที่เป็นมากหรือไม่ได้รับการรักษาอย่างถูกต้องอาจช็อกและเสียชีวิตได้

## อาการของโรคท้องเสียเป็นอย่างไร อาการเช่นใดที่ต้อง รีบพบแพทย์

นอกจากการถ่ายเหลว เป็นน้ำหรือมูกเลือด ตามที่กล่าวไปข้างต้นแล้ว อาการอื่นๆ ที่พบและต้องรีบรับการรักษาอย่างเร่งด่วนในโรงพยาบาล อาการที่แสดงถึงภาวะขาดน้ำได้แก่

- รู้สึกอ่อนเพลียมาก หน้ามืดหรือวิงเวียน เวลาเปลี่ยนท่าทางจากนั่งเป็นยืน
- ตาลึกบวม ไม่ค่อยมีน้ำตา (ถ้าร้องไห้) ปัสสาวะไม่ออกหรือปัสสาวะลดลง
- ปากแห้ง กระหายน้ำบ่อยและมาก
- มีอาการท้องเสียนานเกิน 2 วัน น้ำหนักตัวลดมากกว่าร้อยละ 5 จากน้ำหนักก่อนท้องเสีย

นอกจากอาการขาดน้ำ หากผู้ป่วยมีไข้สูงมากกว่า 38 องศาเซลเซียส หรือปวดท้องอย่างรุนแรงหรือถ่ายเป็นมูกเลือด หรือถ่ายบ่อยมาก โดยไม่มีท่าที่จะลดลงหรือมีโรคประจำตัวอย่างเช่น เบาหวาน ตั้งครรภ์ เป็นเด็กเล็กหรือผู้สูงอายุก็ควร

ไปพบแพทย์เช่นกัน

## การป้องกันท้อวยเสียทำได้อย่างไรบ้าง

แม้ว่าคำแนะนำต่อไปนี้อาจทำได้ยากในภาวะที่น้ำท่วมสูง แต่ให้พยายามปฏิบัติตามเท่าที่จะทำได้

- หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับน้ำสกปรกถ้าไม่จำเป็น ไม่ควรว่ายน้ำ ลงแช่หรือเล่นน้ำที่ท่วมขัง
- ถ้ามีสบู่ แอลกอฮอล์เจลหรือกระดาษเปียกให้เช็ดหรือล้างมือบ่อยๆ โดยเฉพาะหลังเข้าห้องน้ำและก่อนรับประทานอาหารทุกครั้ง
- รับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ ผ่านความร้อนอย่างเพียงพอ ไม่มีส่วนประกอบของกะทิซึ่งบูดเสียได้ง่าย
- กรณีที่ไม่สามารถต้มน้ำดื่มได้ อาจใช้สารละลายคลอรีนที่ผลิตโดยกรมอนามัย ความเข้มข้นร้อยละ 2 หยดลงในน้ำอัตราส่วน 1 หยดต่อน้ำ 1 ลิตร แล้วทิ้งไว้ 30 นาที จึงสามารถดื่มได้

- สังเกตวันหมดอายุ และพิจารณาสภาพอาหารแห้ง บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป และเครื่องกระป๋องว่า ภาชนะมีสภาพดีหรือไม่ กลิ่นและสีเป็นปกติหรือไม่ ก่อนการบริโภคทุกครั้ง
- ลดการแพร่กระจายของเชื้อโรคจากอุจจาระ และขยะ ด้วยการขั้บถ่ายในห้องส้วมที่ยังสามารถ ใช้การได้ ในกรณีที่ไม่สามารถใช้ห้องส้วมได้ขอให้ ประชาชนขั้บถ่ายอุจจาระในถุง ถ้ามีปูนขาวหรือน้ำยา ฆ่าเชื้อให้ใส่ลงในถุงอุจจาระก่อนแล้วปิดปากถุงให้ แน่น แล้วแยกไว้ส่งให้ทางการนำไปกำจัดต่อไป
- สำหรับขยะภายในบ้านก็ให้เก็บรวบรวมใส่ ถุงแล้วผูกปากถุงให้แน่น แล้วรวบรวมส่งให้ทางการ นำไปกำจัดต่อไปเช่นกัน

## การรักษาอาการท้องเสียเบื้องต้นทำได้อย่างไรบ้าง

การรักษาที่สำคัญและจำเป็นที่สุดคือ การ ทดแทนน้ำและเกลือแร่ที่สูญเสียไป โดยการ รับประทานน้ำสารละลายเกลือแร่หรือที่เรียกสั้นๆ ว่า

## 16 ความรู้การใช้ยาในโรคที่มากับน้ำท่วม

ผงโออาร์เอส (ORS) มีความสำคัญกว่ายารักษาอื่นๆ โดยเฉพาะในเด็กเล็ก และทำให้มีโอกาสหายเร็วขึ้น

- ถ้ามีผงเกลือแร่ ORS สำเร็จที่บรรจุในซอง โดยทั่วไปให้ละลายน้ำ 1 แก้วต่อผงเกลือแร่ 1 ซอง อย่างไรก็ตามควรอ่านข้อความคำแนะนำข้างซองประกอบ เนื่องจากบางผลิตภัณฑ์อาจมีปริมาณเกลือแร่แตกต่างกันไป การใช้น้ำสะอาดละลายผงยาจึงต้องเป็นตามที่ผลิตภัณฑ์นั้นแนะนำ

- **ดื่มสารละลายผงเกลือแร่แทนน้ำ ทุกครั้งที่กระหาย** หากถ่ายเป็นน้ำปริมาณมากให้กะปริมาณสารละลายที่ดื่มให้ได้ใกล้เคียงกับที่ถ่ายไป หากมีอาการคลื่นไส้ร่วมด้วยให้จิบทีละน้อยแต่บ่อยๆ ครั้งแทนการดื่ม

- ในกรณีที่ไม่สามารถหาผงเกลือแร่ ORS ได้ สามารถเตรียมสารละลายเกลือแร่ขึ้นเอง โดยใช้น้ำตาลทราย 8 ช้อนชาและเกลือป่น 1 ช้อนชา ผสมกับน้ำต้มสุกที่เย็นแล้ว 1 ลิตร

- หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารแข็ง อาหาร



ที่ย่อยยากหรืออาหารที่มีกากมาก (เช่น ผัก ผลไม้) กาแฟ เหล้า และอาหารที่มีไขมันมาก ควรรับประทาน อาหารอ่อนหรืออาหารเหลวที่ย่อยง่าย เช่น ข้าวต้ม โจ๊ก หรือน้ำหวาน ผู้ป่วยท้องเสียส่วนใหญ่สามารถ ตีมนมได้ แต่หากตีมนมแล้วอาการท้องเสียรุนแรงขึ้น ให้เลี่ยงการตีมนมด้วยเช่นกัน

- ยาต้านเชื้อจุลชีพหรือยาปฏิชีวนะมีความ จำเป็นเฉพาะผู้ป่วยท้องเสียบางรายเท่านั้น โดยอาจ พิจารณาได้จากการมีไข้สูงร่วมกับอาการหนาวสั่น อุจจาระเป็นมูกหรือมีเลือดปน หรือมีโรคประจำตัว เช่นเบาหวาน หรือมีภูมิคุ้มกันบกพร่อง อย่างไรก็ตาม ผู้ป่วยที่มีอาการเหล่านี้ควรพบแพทย์โดยด่วน มากกว่าการรักษาเองที่บ้าน เพราะการใช้ยากุ่มนี้ โดยไม่จำเป็น อาจเกิดผลเสียมากกว่าผลดี เช่น แพ้ ยา หรืออาการรุนแรงขึ้น

- ผู้ป่วยท้องเสียไม่ควรรับประทานยาหยุด ถ่าย เนื่องจากยิ่งทำให้อาการรุนแรงขึ้นหากท้องเสีย เกิดจากการติดเชื้อโรค

## ข้อควรระวังในการรักษาด้วยอินซูลิน

- การละลายผงเกลือแร่ต้องใช้น้ำสะอาด ซึ่งหากไม่มั่นใจว่าน้ำนั้นสะอาดพอหรือไม่ ให้ต้มน้ำให้เดือดก่อน จากนั้นรอจนเย็นเท่าอุณหภูมิห้องจึงผสมผงน้ำตาลเกลือแร่

- ผงเกลือแร่เมื่อผสมน้ำแล้วควรใช้ให้หมดภายใน 24 ชั่วโมง หากหลงเหลืออยู่นานกว่า 24 ชั่วโมงหลังชงให้ทิ้งไป

- ควรระวังการใช้ในผู้ที่มีปัญหาโรคไต โรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง ส่วนการใช้ในเด็กให้ใช้ชนิดที่ระบุไว้ว่า ‘สำหรับเด็ก’ จะเหมาะสมและปลอดภัยมากขึ้น

- เก็บผงน้ำตาลเกลือแร่ไว้ในที่แห้ง เนื่องจากความชื้นอาจทำให้ผงยาเกาะตัว ละลายได้ยาก

### 3 โรคตาแดง



#### โรคตาแดงเกิดจากอะไร

โรคตาแดงเป็นโรคที่ผู้ป่วยมีเยื่อบุตาแดงขึ้นกว่าปกติ เนื่องจากการอักเสบหรือระคายเคืองที่เยื่อบุตา ซึ่งสาเหตุของอาการตาแดงที่พบได้บ่อยในช่วงหน้าฝนและบริเวณที่มีน้ำท่วม คือตาแดงจากการติดเชื้อไวรัส นอกจากนี้ยังมีสาเหตุอื่นเช่นตาแดงจากการแพ้หรือระคายเคือง และตาแดงจากการติดเชื้อแบคทีเรีย

#### อาการของโรคตาแดงเป็นอย่างไร

อาการทั่วไปของโรคตาแดง คือมีอาการระคายเคืองหรือแสบตา ปวดตา น้ำตาไหล มีขี้ตามากกว่าปกติ เยื่อบุตาขาวอักเสบแดง เห็นเส้นเลือดชัดขึ้น อาการต่างกันตามสาเหตุ

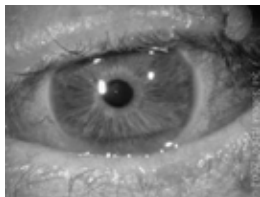
**ตาแดงที่เกิดจากเชื้อไวรัส** ผู้ติดเชื้ออาจมี

## 20 ความรู้การใช้ยาในโรคที่มากับน้ำท่วม

อาการกลัวแสง หนังตาบวม มักเริ่มที่ตาข้างหนึ่งก่อน แล้วจึงลามไปอีกข้าง พบต่อมน้ำเหลืองหน้ากกหูบวม และกดเจ็บ ซึ่งหายได้เองภายใน 1-2 สัปดาห์

**ตาแดงที่เกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรีย**  
ผู้ป่วยมักมีอาการ ‘ตาแฉะ’ คือมีน้ำตาและขี้ตา ปริมาณมาก ขี้ตามีลักษณะเป็นหนองหรือมูกเขียว เหลือง ลืมตาได้ยาก และมองเห็นไม่ชัดโดยเฉพาะ เมื่อตื่นนอน

**ตาแดงที่เกิดจากการระคายเคืองหรือการแพ้** ผู้ป่วยมักมีอาการโดยรวมไม่รุนแรง แต่มีอาการ คันหัวตา เปลือกตา และแสบตา น้ำตาไหลเป็น อาการเด่น



รูปแสดงตาแดงจากเชื้อไวรัส และตาแดงจากเชื้อแบคทีเรียตามลำดับ จะสังเกตเห็นขี้ตาปริมาณมากในรูปที่สองซึ่งเกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรีย  
ที่มา: <http://หมออนามัย.com> และ <http://senthilshhealthawareness.blogspot.com>

## การติดต่อของโรคตาแดง

ตาแดงที่เกิดจากการติดเชื้อเป็นโรคติดต่อที่ระบาดง่าย ส่วนใหญ่ติดต่อโดยตรงจากการสัมผัส น้ำตา ชี้อา หรือน้ำมูกของผู้ป่วย ‘มือ’ เป็นอวัยวะสำคัญในการนำเชื้อโรคเข้าสู่เยื่อตา นอกจากนี้ยังติดต่อถึงผู้อื่นผ่านการใช้ข้าวของเครื่องใช้ร่วมกัน เช่น ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัว เป็นต้น

## การป้องกันโรคตาแดงทำได้อย่างไร

หลักการสำคัญที่สุดคือการรักษาความสะอาดของมือ และลดโอกาสที่จะรับเชื้อโรคหรือน้ำสกปรกเข้าสู่ตา เช่น

- ไม่ควรว่ายน้ำ ลงแช่หรือเล่นน้ำที่ท่วมขัง หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับน้ำสกปรกหากไม่จำเป็น
- หากน้ำสกปรกกระเด็นเข้าตา ควรใช้น้ำสะอาดรีบล้างหน้าและล้างตาทันที
- ไม่อยู่ใกล้หรือคลุกคลีใกล้ชิดกับผู้ป่วยโรคตาแดง แยกของใช้ส่วนตัวเช่นผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัว

เป็นต้น ไม่ใช้ร่วมกับผู้อื่น

- หมั่นล้างมือด้วยน้ำสบู่หรือแอลกอฮอล์เจล บ่อยๆ เท่าที่จะทำได้ พยายามอย่าใช้มือสัมผัสกับ ดวงตา

## การรักษาโรคตาแดง

ผู้ป่วยโรคตาแดงส่วนใหญ่สามารถหายจากอาการได้เองแม้จะไม่ได้ใช้ยา อย่างไรก็ตามเมื่อมีอาการตาแดงเกิดขึ้น ผู้ป่วยมักมีความกังวลใจ อีกทั้งตาแดงสามารถติดต่อถึงผู้อื่นได้ง่ายและรวดเร็ว โดยเฉพาะในช่วงที่มีอุทกภัย ประชาชนจึงควรทราบหลักการเบื้องต้นสำหรับโรคตาแดงเพื่อดูแลตนเองได้อย่างเหมาะสม

- ไม่ใช้ผ้าซับน้ำตา เนื่องจากเชื้อโรคสามารถตกค้างอยู่ที่ผ้าได้เป็นเวลานาน กลายเป็นแหล่งของเชื้อโรคที่จะติดต่อถึงคนอื่นได้ หากมีน้ำตามากควรใช้กระดาษชำระเนื่องจากทิ้งได้หลังจากใช้

- พักผ่อนสายตา หลับตาและผ่อนคลาย เท่า

ที่ทำได้

- หากมีการระคายเคือง แสบหรือปวดตา อาจใช้ผ้าเย็นหรือผ้าสะอาดชุบน้ำหมาดๆ ประคบเพื่อลดอาการไม่สบายตาได้
- เมื่อมีอาการระคายเคือง ร่วมกับอาการคันตา ซึ่งมักเป็นจากการระคายเคืองหรือการแพ้ ให้หลีกเลี่ยงการขยี้ตา หากอาการคันตาบวมมาก อาจใช้ยาหยอดตาหรือรับประทานยาแก้แพ้(ยาเม็ด สีเหลือง คลอเฟนิรามีน ที่ใช้แก้แพ้ ลดน้้ำมูก) เพื่อบรรเทาอาการคันตา และลดโอกาสขยี้ตาแล้วทำให้เกิดการติดเชื้อแทรกซ้อน
- หากใช้ยาหยอดตาแก้แพ้แล้วอาการไม่ดีขึ้น หรือกลับเป็นมากขึ้น ควรสงสัยการติดเชื้อที่เยื่อぶตา รีบไปพบแพทย์หรือปรึกษาเภสัชกรเพื่อรับการรักษาอย่างเหมาะสม แต่ถ้าไม่สามารถเดินทางไป **ได้ อาจใช้ยาหยอดตาหรือยาป้ายตาที่มียาฆ่าเชื้อแบคทีเรียเป็นองค์ประกอบ** แก้ไขไปก่อนเพื่อลดโอกาสติดเชื้อแทรกซ้อน หรือลดความรุนแรงของการ

## 24 ความรู้การใช้ยาในโรคที่มากับน้ำท่วม

### ติดเชื้อแบคทีเรีย

- ตัวอย่างยาฆ่าเชื้อแบคทีเรียที่ใช้เป็นยาหยอดตา เช่นยาคลอแรมเฟนิคอล (Chloramphenicol) เจนตาไมซิน (Gentamicin) หรือยาฆ่าเชื้อสูตรผสมอื่นๆ เช่นยาสูตรผสมระหว่างโพลีมิกซิน (Polymixin) กรามิซิดิน (Gramicidin) และนีโอไมซิน (Neomycin)

- ตัวอย่างยาฆ่าเชื้อแบคทีเรียที่ใช้เป็นยาป้ายตา เช่นยาคลอแรมเฟนิคอล หรือยาฆ่าเชื้อสูตรผสมระหว่างออกซิเตตราไซคลิน (Oxytetracycline) กับโพลีมิกซิน

- การใช้ยาหยอดตาซึ่งเป็นยาฆ่าเชื้อในระยะแรกควรหยอดหนึ่งหยดทั้งสองข้าง บ่อยๆ ความถี่ทุกๆ 2-4 ชั่วโมง หากอาการดีขึ้นแล้วในวันที่ 3 จึงหยอดห่างขึ้นเป็นทุก 6 ชั่วโมง

- ถ้าเป็นยาป้ายตาสำหรับฆ่าเชื้อ ป้ายครั้งหนึ่งมีฤทธิ์อยู่นานกว่ายาหยอด ไม่ต้องป้ายบ่อย อาจป้ายทุก 6-8 ชั่วโมง ข้อเสียคืออาจเหนอะหนะ ตาพร่าจาก



เนื้อซี่ผึ้ง ทำให้รำคาญ แต่ได้ผลดี

- ควรใช้ยาต่อเนื่องจนอาการอักเสบของเยื่อ  
บุตาหายเป็นปกติ มักดีขึ้นภายใน 1 สัปดาห์

- ไม่ใช้ยาหยอดตาที่มีตัวยาสเตียรอยด์เป็น  
องค์ประกอบ เพราะจะยิ่งทำให้อาการรุนแรงขึ้น  
เนื่องจากยาขัดขวางการทำงานของภูมิคุ้มกันที่เยื่อ  
บุตา

- ถ้ามีอาการต่อไปนี้ควรรีบพบแพทย์เพื่อ  
รับการวินิจฉัยและรักษาโดยด่วน ไม่นิ่งนอนใจ  
เพราะบางกรณีอาจเกิดอันตรายจนถึงตาบอดได้

- อาการไม่ดีขึ้นภายใน 3 วันหลังจากใช้ยา  
แล้วหรืออาการแย่ลง

- มีการมองเห็นแย่งลง หรือมองภาพไม่ชัด  
กั้วแสงมาก

- แสบหรือปวดตามาก

## ข้อควรระวังหรืออาการข้างเคียงจากการใช้ยารักษาโรคตาแดง

- ต้องล้างมือให้สะอาดก่อนและหลังใช้ยาหยอดตาหรือยาป้ายตาทุกครั้ง
  - อาการข้างเคียงที่พบได้บ่อยจากการใช้ยาหยอดตาและยาป้ายตา คือ การระคายเคืองดวงตาข้างที่ใช้ยา หากใช้แล้วเกิดอาการแสบ หรือระคายเคือง อาจหลับตาหรือพริบตาถี่ๆ ซึ่งน้ำตาจะค่อยๆ เจือจางยาและทำให้การระคายเคืองลดลง
  - อาการตาพร่า หลังจากใช้ยาป้ายตาเนื่องจากเนื้อซีฟุ้งของยา อาจทำให้รู้สึกไม่สบายตา มองเห็นภาพไม่ชัด จึงต้องระวังไม่เดินหรือทำกิจกรรมที่ต้องใช้สายตา เพราะอาจเกิดอุบัติเหตุได้ง่าย
  - การใช้คลอแรมเฟนิคอลหยอดหรือป้ายตาเด็กเล็ก อาจทำให้เกิดอาการข้างเคียงร้ายแรงได้ จึงควรหลีกเลี่ยงการใช้ในเด็ก โดยเฉพาะที่อายุน้อยกว่า 6 เดือน

- ก่อนใช้ยา ต้องสังเกตวันหมดอายุของยารวมถึงลักษณะทางกายภาพของบรรจุภัณฑ์ก่อนใช้ เช่นฝาปิดสนิทดีหรือไม่ ไม่ใช้ถ้าหมดอายุหรือมีลักษณะไม่น่าไว้วางใจ หรือไม่สะอาด และห้ามใช้ยาหยอดตาของคนอื่น เพราะอาจมีเชื้อโรคปนเปื้อนมาติดเราได้

- ยาหยอดตาและยาป้ายตามีอายุการใช้งานไม่เกิน 1 เดือน หลังจากวันแรกที่เปิดใช้ เปิดใช้ครั้งแรกควรเขียนวันที่เปิดไว้ที่กล่องยาเพื่อทราบว่าจะต้องเปลี่ยนขวดหรือหลอดใหม่เมื่อใด

- ยาหยอดตาที่มีคลอแรมเฟนิคอลเป็นองค์ประกอบ ถ้ายังไม่ได้ใช้ให้เก็บไว้ในตู้เย็นเพื่อยืดอายุของตัวยา ถ้าไม่มีตู้เย็น อย่างกรณีที่เป็นยาบริจาคนอกจากผู้ประสบอุทกภัย ยายังมีประสิทธิภาพแม้เก็บในอุณหภูมิทั่วไป โดยอายุยาจะยังใช้ได้อย่างน้อย 10 วันขึ้นไป แต่ต้องระวังไม่ให้สัมผัสแสงแดดหรืออยู่ในอุณหภูมิที่ร้อนเพราะทำให้อายุยาลดลง



## 4 โรคฉี่หนูหรือเลปโตสไปโรซิส

### โรคฉี่หนูเป็นอย่างไร?

โรคฉี่หนู หรือเลปโตสไปโรซิส เรียกสั้น ๆ ว่า เลปโต เป็นโรคติดเชื้อจากสัตว์สู่คน ผู้ติดเชื้อโรคนี้ ส่วนใหญ่มีอาการไม่รุนแรงหรือไม่แสดงอาการใดๆ น้อยรายที่จะมีอาการรุนแรง ที่แน่คือเมื่อรุนแรง ก็ไม่ทันอาจเสียชีวิต

อาการแยกจากอาการไข้อื่นๆ แต่ในรายที่รุนแรงมักมีไข้สูง เลือดออกง่าย (คล้ายไข้เลือดออก) ตัวเหลือง ตาเหลือง อาจมีไตอักเสบ และเสียชีวิต เพราะไตวายหรือเลือดออกในปอด

### ทำไมจึงเรียกโรคนี้ว่าโรคฉี่หนู?

พบว่าหนูเป็นตัวการหลักในการแพร่เชื้อจึง

ทำให้เราเรียกโรคนี้ว่า ‘โรคฉี่หนู’ แต่เชื้อโรคสาเหตุ นั้นพบปนอยู่ในปัสสาวะของสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนม หลายชนิด เช่น หนู สุัข แมว โค แพะ แกะ กระบือ ซึ่งสัตว์เหล่านี้สามารถแพร่เชื้อออกมาได้โดยที่ตัวมัน ไม่เป็นโรค

## เชื้ออะไรที่เป็นสาเหตุของโรคฉี่หนู? ติดต่อเข้าสู่ร่างกายได้อย่างไร?

เชื้อที่เป็นสาเหตุของโรคฉี่หนูเป็นเชื้อแบคทีเรีย ไซฟานเนื้อเยื่อปกติเข้าสู่ร่างกายของคนได้ และหาก ผิวหนังเปื่อยขึ้นจากการแช่น้ำอยู่นานหรือมีบาดแผล โอกาสที่เชื้อจะเข้าสู่ร่างกายได้จะมีมากขึ้น เมื่อได้รับ เชื้อจะแสดงอาการในช่วง 4-19 วันหลังได้รับเชื้อ

การติดต่อสู่คนของโรคฉี่หนูเกิดจากการสัมผัส โดยตรงกับปัสสาวะของสัตว์ที่มีเชื้อ หรือสัมผัสโดย อ้อมผ่านทางสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะแหล่งน้ำขัง ที่ขึ้น แฉะ เช่นดินโคลนใกล้แหล่งน้ำ น้ำตก แม่น้ำลำคลอง หรือน้ำที่ท่วมขังอยู่หลังอุทกภัย เชื้อโรคฉี่หนูสามารถ

อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ชื้นเหล่านี้ได้นานเป็นเดือน และมักพบการระบาดในเดือนตุลาคมและพฤศจิกายน เนื่องจากมีสภาวะเหมาะสมแก่การอยู่รอดของเชื้อในสิ่งแวดล้อม

## อาการเมื่อป่วยด้วยโรคฉี่หนูเป็นอย่างไร?

อาการที่สำคัญในผู้ป่วยกลุ่มนี้ระยะแรกคืออาการไข้สูง ปวดศีรษะคล้ายกับไข้หวัดธรรมดา แต่หากมีอาการผิดปกติจากไข้หวัดธรรมดาเช่นมีไข้ แต่ไม่มีน้ำมูก ไม้ไอ ไม้เจ็บคอ ก็ควรสงสัยไว้ก่อนว่าจะมีโอกาสติดโรคที่ระบาดในช่วงน้ำท่วม นอกจากนี้ในผู้ที่มีประวัติการเดินย่ำหรือแช่น้ำท่วมขัง ร่วมกับมีอาการดังต่อไปนี้ มีแนวโน้มสูงที่จะเป็นโรคฉี่หนู **ควรเร่งพบแพทย์โดยด่วน** ได้แก่

- ภาวะเยื่อตาขาวแดงเกิดขึ้นในตาทั้งสองข้างภายใน 3 วันแรกของโรค และอยู่ได้นานตั้งแต่ 1-7 วัน อาจจะพบร่วมกับเลือดออกที่ตาขาวข้างเดียวหรือสองข้างก็ได้

- ปวดกล้ามเนื้ออย่างรุนแรงมากโดยเฉพาะบริเวณน่อง โคนขา หน้าท้อง กล้ามเนื้อหลังและมีอาการกดเจ็บกล้ามเนื้ออย่างรุนแรง โดยเฉพาะที่น่อง
- มีเลือดออกแบบต่างๆ โดยเฉพาะในรายที่มีอาการรุนแรง เช่นจุดเลือดออกตามผิวหนัง ผื่นเลือดออก เลือดออกใต้เยื่อぶตา หรือมีเสมหะเป็นเลือด
- ผื่น อาจจะได้พบได้หลายแบบ ผื่นแดงราบ ผื่นแดง ผื่นลมพิษ
- อาการเหลือง อาการเหลืองมักเกิดวันที่ 4-6 ของโรค

กลุ่มที่มีอาการเหลือง ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีอันตรายรุนแรง ต้องไปโรงพยาบาลทันทีเพื่อรับการรักษาที่เหมาะสม

## การรักษาโรคฉี่หนูแบบกว้างอย่างไร?

อาการของโรคฉี่หนูไม่มีความจำเพาะเจาะจงหมายความว่าอาการลักษณะคล้ายกันนี้อาจเกิดจากสาเหตุอื่น หรือเชื้อโรคชนิดอื่นได้ ในทางกลับกัน

ผู้ป่วยโรคฉี่หนูบางรายอาจไม่มีอาการที่ชัดเจนดังที่กล่าวมาข้างต้น

การรักษาโรคนี้โดยให้ยาต้านเชื้อแบคทีเรียชนิดฉีดหรือรับประทานขึ้นกับความรุนแรงของแต่ละราย ระยะเวลาในการรักษาประมาณ 5-7 วัน ซึ่งหากผู้ป่วยหยุดยาก่อนกำหนดอาจทำให้การรักษาล้มเหลวและเกิดภาวะแทรกซ้อนร้ายแรงขึ้นได้ ดังนั้นผู้ที่ป่วยด้วยโรคนี้แล้วจึงต้องใช้ยาตามแพทย์สั่งอย่างเคร่งครัด ไม่ควรหยุดยาก่อนกำหนด

## การป้องกันโรคฉี่หนูทำได้อย่างไรบ้าง?

สำหรับกลุ่มเสี่ยงต่อการเกิดโรคฉี่หนู เช่น ผู้ประสบอุทกภัยต้องหมั่นสังเกตอาการผิดปกติของตนเอง หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับน้ำสกปรกโดยไม่จำเป็น โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อมีบาดแผล หากต้องเดินย่ำน้ำที่ท่วมขังควรสวมรองเท้ายาง หลังจากการสัมผัสน้ำสกปรกควรล้างชำระล้างด้วยน้ำสบู่ และเช็ดให้ผิวหนังแห้งอยู่เสมอ