



พ.ทศอามสุขภาพ

“บริการดี มีน้ำใจ ชื่อสคัญ”

www.thatoomHSP.com

Tel.0-4459-1126

ขานสุขศึกษาและประชาสัมพันธ์ จพ.ท่าตม

ตับอ่อนอักเสบ (Pancreatitis)

โรคตับอ่อนอักเสบ (Pancreatitis) เป็นโรคเกิดจากการอักเสบของเซลล์ตับอ่อน (Pancreas) อาจทั้งจากการอักเสบชนิดไม่ติดเชื้อ เช่น เกิดจากพิษของสุรา หรือ จากการติดเชื้อ เช่น จากเชื้อไวรัส(โรคติดเชื้อไวรัส) หรือ แบคทีเรีย

ตับอ่อน เป็นอวัยวะในช่องท้อง อยู่ใต้ต่อกระเพาะอาหาร จัดเป็นอวัยวะในระบบทางเดินอาหารเช่นเดียวกับตับ (Liver) แต่ตับอ่อนไม่ได้เป็นส่วนหนึ่งของตับ เป็นคนละอวัยวะ ไม่ เกี่ยวข้องกัน เพียงแต่มีชื่อภาษาไทยที่พ้องกัน ซึ่งผู้เขียนไม่ทราบที่มา แต่เข้าใจเองว่า อาจเป็นเพราะ เป็นอวัยวะในระบบทางเดินอาหารและมีลักษณะเป็นก้อนเนื้อเหมือนกัน เพียงแต่มีขนาดเล็ก และเนื้อเยื่ออ่อนนุ่มกว่าตับ จึงได้ชื่อว่า ตับอ่อน (ในภาษาไทย) ซึ่ง Pancreas มาจากภาษากรีก หมายถึง เนื้อสด (Flesh)

บางท่านเปรียบเทียบกับ ตับอ่อนมีลักษณะและขนาดเหมือนกล้วยหอม ประกอบด้วยเซลล์หลัก 2 ชนิด คือ เซลล์จากต่อมไร้ท่อ (Endocrine gland) และเซลล์จากต่อมมีท่อ หรือ ต่อมขับออก (Exocrine gland) โดยต่อมไร้ท่อ มีหน้าที่สร้างฮอร์โมนหลายชนิด ที่เรารู้จักกันดี คือ ฮอร์โมนอินซูลิน (Insulin) ซึ่งมีหน้าที่ควบคุมการทำงานของน้ำตาลในเลือดที่สัมพันธ์กับการเกิดโรคเบาหวาน ส่วนต่อมมีท่อ มีหน้าที่สร้างน้ำย่อยอาหาร ซึ่งช่วยย่อยอาหารในลำไส้เล็ก โดยเฉพาะการย่อยไขมัน

ตับอ่อนอักเสบ เป็นโรคของผู้ใหญ่ มักพบในอายุ ตั้งแต่ 30 ปีขึ้นไป จนถึง ผู้สูงอายุ โดยการอักเสบของตับอ่อนทั่วไป เกิดได้ 2 แบบ คือ โรคตับอ่อนอักเสบเฉียบพลัน (Acute pan creatitis) และ โรคตับอ่อนอักเสบเรื้อรัง (Chronic pancreatitis)

ตับอ่อนอักเสบเฉียบพลัน

ก. ตับอ่อนอักเสบเฉียบพลัน (Acute pancreatitis)

คือ โรคที่เกิดการอักเสบ กับเซลล์ของตับอ่อนอย่างเฉียบพลัน อาจทันที หรือค่อยๆมีอาการภายใน 2-3 วัน ทั้งนี้ อาการจะดีขึ้น และหายเป็นปกติได้ภายหลังการรักษาภายในระยะเวลาประมาณ 1-2 สัปดาห์ เป็นโรคพบทั่วโลก พบประมาณ 5-80 รายต่อประชากร 100,000 คน ผู้ชายพบบ่อยกว่าในผู้หญิง

ตับอ่อนอักเสบเรื้อรัง

ข. ตับอ่อนอักเสบเรื้อรัง (Chronic pancreatitis) คือ โรคที่เซลล์ตับอ่อนมีการอักเสบ ต่อเนื่องเรื้อรังตลอดชีวิตโดยเซลล์ตับอ่อนไม่สามารถฟื้นตัวกลับมาปกติได้อีก โดยอาจเกิด

- ตามหลังการอักเสบเฉียบพลันที่รักษาไม่หายเพราะสาเหตุนั้นยังคงอยู่ เช่น ผู้ป่วย ยังคงดื่มสุราเรื้อรัง จึงส่งผลให้มีการอักเสบเฉียบพลันที่เกิดขึ้นจนกลายเป็นการอักเสบเรื้อรัง หรือ
- อาจเกิดจากการอักเสบเฉียบพลันซ้ำกันหลายๆครั้ง

ตับอ่อนอักเสบเรื้อรัง ทั่วโลกพบประมาณ 50 รายต่อประชากร 100,000 คน พบในผู้ชายบ่อยกว่าในผู้หญิงเช่นกัน

อนึ่ง: การอักเสบเรื้อรัง เซลล์ตับอ่อนจะไม่สามารถฟื้นตัวได้เต็มที่ อาจกลายเป็นพังผืด หรือบางครั้งเซลล์ที่อักเสบและตายจะรวมตัวกันเกิดเป็นถุงน้ำ เรียกว่า ‘ถุงน้ำตับอ่อนที่เกิดจากตับอ่อนอักเสบเรื้อรัง (Pancreatic pseudocyst)’

ตับอ่อนอักเสบเกิดได้อย่างไร?



กลไกที่ทำให้เกิดตับอ่อนอักเสบที่แน่ชัดยังไม่ทราบ แต่แพทย์เชื่อว่า การอักเสบของตับอ่อน เกิดจากน้ำย่อยอาหารจากตับอ่อน โดยเฉพาะชนิดที่เรียกว่า ทริปซิน (Trypsin) ซึ่งเป็นน้ำย่อยโปรตีน ที่ปกติจะไม่ทำงานเมื่ออยู่ในตับอ่อน จะทำงานต่อเมื่อเข้าไปอยู่ในลำไส้เล็ก โดยเซลล์ของลำไส้เล็กตอนบนจะสร้างเอนไซม์ ชื่อ Enterokinase หรือ Enteropeptidase ซึ่งจะเป็นตัวกระตุ้นให้น้ำย่อยตับอ่อนทำงาน แต่เมื่อเซลล์/เนื้อเยื่อตับอ่อนอักเสบจากสาเหตุ/ปัจจัยเสี่ยงต่างๆ จะส่งผลให้เกิดสารเคมีผิดปกติต่างๆ ขึ้น ซึ่งจะกระตุ้นให้น้ำย่อยของตับอ่อนโดยเฉพาะ ทริปซินทำงาน น้ำย่อยเหล่านี้จึงย่อยสลายเซลล์/เนื้อเยื่อของตับอ่อน จึงก่อให้เกิดเป็นโรคตับอ่อนอักเสบขึ้น

ซึ่งในการอักเสบเฉียบพลัน การอักเสบจะเกิดชั่วคราว ประมาณ 1-2 สัปดาห์ เซลล์/เนื้อเยื่อตับอ่อนก็จะฟื้นตัวกลับสู่สภาพปกติ

แต่ถ้าเป็นการอักเสบเรื้อรัง เซลล์/เนื้อเยื่อตับอ่อนจะค่อยๆถูกทำลายกลายเป็นพังผืดอย่างถาวร ไม่สามารถสร้างน้ำย่อยและสร้างฮอร์โมนได้ ดังนั้นร่างกายจึงขาดน้ำย่อยอาหาร และขาดฮอร์โมนต่างๆ โดยเฉพาะฮอร์โมนอินซูลิน ผู้ป่วยจึงเกิดภาวะขาดอาหาร/ทุพโภชนา และมักเกิดเป็นโรคเบาหวานขึ้น

นอกจากนี้ ยังอาจเกิดจากการทำลาย หรือ เกิดการอักเสบโดยตรงต่อเซลล์ของตับอ่อนจากสาเหตุต่างๆ เช่น จากแอลกอฮอล์ จากดื่มสุรา หรือการอักเสบของเนื้อเยื่อตับอ่อนจากโรคอโตอิมมูน/โรคภูมิคุ้มกันตนเอง

ตับอ่อนอักเสบมีสาเหตุ/ปัจจัยเสี่ยงจากอะไร?

ดังกล่าวแล้วในบทนำว่า โรคตับอ่อนอักเสบทั้งอักเสบเฉียบพลันและอักเสบเรื้อรัง มีการเกี่ยวพันกัน โดยการอักเสบเรื้อรัง เกิดต่อเนื่องมาจากการอักเสบเฉียบพลัน ดังนั้นสาเหตุ/ปัจจัยเสี่ยงจึงเป็นปัจจัยเสี่ยงเดียวกัน ที่พบบ่อยมี 2 สาเหตุซึ่งรวมกันเป็นประมาณ 80% ของโรคตับอ่อนอักเสบทั้งหมด คือ จากโรคนิ่วในถุงน้ำดี (และโรคนิ่วในท่อน้ำดี) และจากการดื่มสุรา

1. จากโรคนิ่วในถุงน้ำดี โดยนิ่วจากถุงน้ำดี ที่หลุดเข้าท่อน้ำดี (โรคนิ่วในท่อน้ำดี) ซึ่งท่อน้ำดีนี้จะเปิดเข้าลำไส้เล็กตำแหน่งเดียวกับท่อน้ำตับอ่อน นิ่วในท่อน้ำดี จึงก่อการอุดตันและการอักเสบของท่อน้ำตับอ่อน และกลายเป็นสาเหตุของตับอ่อนอักเสบในที่สุด
2. จากการดื่มสุรา ซึ่งมักเกิดตามหลังการดื่มสุราอย่างหนักต่อเนื่องประมาณ 2-12 ชั่วโมง แต่บางคนอาจนาน 1-3 วัน และบางคนที่ไม่ดื่มแอลกอฮอล์เป็นพิเศษจะเกิดตามหลังการดื่มสุราเพียงเล็กน้อยได้ ทั้งนี้ เกิดจากพิษของแอลกอฮอล์ทำลายเซลล์ตับอ่อนโดยตรง

นอกจากนี้ สาเหตุ/ปัจจัยเสี่ยงอื่นๆที่พบน้อยกว่า โดยรวมกันเป็นประมาณ 20% ของการเกิดตับอ่อนอักเสบ ได้แก่

- สูปบูห์รี ซึ่งเกิดจากสารพิษจากบูห์รีทำลายเซลล์ตับอ่อนโดยตรง
- ผลข้างเคียงจากยาบางชนิด เช่น ยาปฏิชีวนะบางชนิด และยารักษาวัณโรค/ ยาวัณโรคบางชนิด
- ภาวะผิดปกติทางการใช้พลังงานของร่างกาย เช่น โรคไขมันในเลือดสูง
- โรคเรื้อรังบางชนิดที่ก่อให้เกิดสารเคมีเป็นพิษขึ้นในร่างกาย เช่น ในโรคไตเรื้อรัง
- โรคที่เป็นสาเหตุให้มีเกล็ดแร่ แคลเซียมในเลือดสูง เช่น การกินวิตามินดี และแคลเซียมในปริมาณสูงต่อเนื่อง
- การติดเชื้อแบคทีเรียของตับอ่อน
- การติดเชื้อไวรัสของตับอ่อน เช่น ในโรคคางทูม หรือโรคเอดส์
- โรคอโตอิมมูน/ โรคภูมิคุ้มกันตนเอง
- ตับอ่อนได้รับบาดเจ็บโดยตรง เช่น จากอุบัติเหตุ หรือจากการผ่าตัดในช่องท้อง
- พันธุกรรมบางชนิดที่เป็นสาเหตุให้เกิดมีตับอ่อนอักเสบเรื้อรัง สาเหตุนี้พบน้อยมาก เช่น ในโรคซิสติกไฟโบรซิส
- โรคมะเร็งตับอ่อน โรคมะเร็งถุงน้ำดี หรือโรคมะเร็งท่อน้ำดี แต่สาเหตุจาก มะเร็งเป็นสาเหตุพบน้อย
- โรคอ้วนและน้ำหนักตัวเกิน

ตับอ่อนอักเสบมีอาการอย่างไร?

อาการของ ตับอ่อนอักเสบ ได้แก่

ตับอ่อนอักเสบเฉียบพลัน

ก. อาการของโรคตับอ่อนอักเสบเฉียบพลัน ได้แก่

- ปวดท้องเฉียบพลันตรงช่องท้องตรงกลางส่วนบน ปวดมาก ปวดตื้อๆ ต่อเนื่องเป็นวัน หรือหลายวันติดต่อกัน และมักปวดร้าวไปด้านหลังจากการที่ตับอ่อนเป็นอวัยวะอยู่ลึกในช่องท้องส่วนอยู่ติดทางด้านหลัง อาการปวดจะมากขึ้นเมื่อ กินอาหาร, ดื่มเครื่องดื่มโดยเฉพาะเครื่องดื่มแอลกอฮอล์, อย่างไรก็ตามผู้ป่วยบางคนที่มีโรคเรื้อรังอื่นๆที่มีผลต่อการอักเสบของปลายประสาทอาจมีตับอ่อนอักเสบเฉียบพลันโดยมีอาการปวดท้องไม่มากได้ เช่น ในโรคเบาหวาน หรือโรคไตเรื้อรัง
- ท้องอืด อาหารไม่ย่อย แน่นท้อง
- สะอึก /(สะอึก2)
- มีไข้ มีได้ทั้งไข้สูง หรือไข้ต่ำ
- ถ้าเป็นการอักเสบชนิดรุนแรง จะมีอาการของ
- ภาวะขาดน้ำ (ผิวแห้ง กระหายน้ำ ความดันโลหิตต่ำ หัวใจเต้นเร็ว) และ/หรือ
- อาการจากการอักเสบของอวัยวะต่างๆร่วมด้วย เช่น ปอดอักเสบ/ปอดบวม กล้ามเนื้อหัวใจอักเสบ ไตวายเฉียบพลัน

ตับอ่อนอักเสบเรื้อรัง

ข: อาการของโรคตับอ่อนอักเสบเรื้อรัง ได้แก่

- อาการเช่นเดียวกับตับอ่อนอักเสบเฉียบพลันเมื่อมีตับอ่อนอักเสบเฉียบพลันทับซ้อนการอักเสบเรื้อรัง
- ปวดท้อง ลักษณะอาการปวดเช่นเดียวกับการอักเสบเฉียบพลัน แต่ความรุนแรงน้อยกว่า เป็นการปวดท้องเรื้อรัง และนอกจากจะปวดมากขึ้นจาก อาหาร เครื่องดื่มแล้ว ยังปวดมากขึ้นเมื่อดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ผอมลงต่อเนื่อง ทั้งๆที่อาจกินได้ปกติ จากอาหารดูดซึมไม่ได้เพราะขาดน้ำย่อย อาหารจากตับอ่อน เกิดเป็นโรคขาดอาหาร/ทุพโภชนา
- อ่อนเพลีย
- ท้องเสียเรื้อรัง อูจจาระมีลักษณะเป็นไขมันจากไขมันย่อยไม่ได้เพราะขาดน้ำย่อยไขมันจากตับอ่อน เมื่อเป็นมาก เมื่ออุจจาระ จะมีไขมันลอยขึ้นมาให้เห็นในโถส้วม และอุจจาระมีกลิ่นเหม็นผิดปกติ
- คลื่นไส้-อาเจียน
- อาการของโรคเบาหวานเมื่อเป็นมากจนตับอ่อนสร้างฮอร์โมนอินซูลินลดลงมาก
- บางครั้งอาจมี ตัวเหลือง ตาเหลือง (ดีซ่าน) จากการอักเสบเรื้อรัง ก่อให้เกิดการดึงรั้งปากท่อน้ำดีที่อยู่ติดกับปากท่อตับอ่อน ส่งผลให้เกิดการอุดตันทางเดินน้ำดีจากตับ น้ำดีจึงท้นเข้าหลอดเลือดก่ออาการ ตัวเหลือง ตาเหลือง, มีปัสสาวะสีเหลืองเข้ม, และน้ำดีไหลลงลำไส้ไม่ได้ จึงส่งผลให้อูจจาระมีสีซีด (ปกติสีของอุจจาระเป็นสีจากน้ำดี)

ควรพบแพทย์เมื่อไร?

เมื่อมีอาการดังกล่าวแล้วใน ‘หัวข้อ อาการฯ’ จำเป็นต้องรีบพบแพทย์/มาโรงพยาบาลเสมอ อาจภายใน 24 ชั่วโมง หรือฉุกเฉิน ทั้งนี้ขึ้นกับความรุนแรงของอาการ

แพทย์วินิจฉัยโรคตับอ่อนอักเสบได้อย่างไร?

แพทย์วินิจฉัยโรคตับอ่อนอักเสบทั้งชนิดเฉียบพลันและชนิดเรื้อรังได้ด้วยวิธีการเดียวกัน คือ วินิจฉัยจาก

- ประวัติอาการ ประวัติการเจ็บป่วย และการรักษาทั้งในอดีตและในปัจจุบัน การดื่มสุรา สูบบุหรี่
- การตรวจร่างกาย
- ตรวจเลือดดูค่าน้ำย่อยต่างๆของตับอ่อน เช่น Amylase
- การตรวจภาพตับอ่อนด้วย อัลตราซาวด์ เอกซเรย์คอมพิวเตอร์ (ซีทีสแกน) และ/หรือ เอ็มอาร์ไอ
- อาจมีการตรวจด้วยวิธีเฉพาะอื่นๆเพิ่มเติม ทั้งนี้ขึ้นกับดุลพินิจของแพทย์ เช่น

- ส่องกล้องตรวจทางเดินน้ำดี และท่อตับอ่อน ที่เรียกว่า อีอาร์ซีพี (ERCP/ ,Endoscopic retrograde cholangiopancreatography) ซึ่งอาจรวมกับการตัดชิ้นเนื้อเมื่อตรวจพบรอยโรคเพื่อการตรวจทางพยาธิวิทยา, และ/หรือ การดูดเซลล์จากรอยโรคเพื่อการตรวจทางเซลล์วิทยา

รักษาโรคตับอ่อนอักเสบอย่างไร?

การรักษาโรคตับอ่อนอักเสบทั้งชนิดเฉียบพลัน และชนิดเรื้อรัง คือ การรักษาสาเหตุ/ ป้องภัยเสี่ยง, การรักษาตามอาการ (การรักษาประคับประคองตามอาการ), และการดูแลรักษาโรค/อาการจากผลข้างเคียงของตับอ่อนอักเสบ

ก. การรักษาสาเหตุ/ป้องภัยเสี่ยง เช่น

- การรักษาเนื้องอกน้ำดี และนิ่วในท่อน้ำดีด้วยวิธีต่างๆตามขนาดก้อนนิ่ว, ตำแหน่งของนิ่ว, อาการผู้ป่วย, สุขภาพโดยรวมของผู้ป่วย, และดุลพินิจของแพทย์(แนะนำอ่านรายละเอียดเพิ่มเติมจากเว็บ haamor.com บทความเรื่อง นิ่วในท่อน้ำดี)
- การงด/เลิก สุรา และบุหรี่
- การให้ยาปฏิชีวนะเมื่อตับอ่อนอักเสบเกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรีย
- อาจจำเป็นต้องมีการส่องกล้อง หรือผ่าตัดเพื่อเอานิ่วออกเมื่อโรคเกิดจากการมีนิ่วดังกล่าวแล้ว หรือ
- อาจต้องผ่าตัดตับอ่อนออก ถ้าตับอ่อนอักเสบมากจนเกิดการเน่าตายของเนื้อเยื่อตับอ่อน

ข. การรักษาตามอาการ เป็นการรักษาที่สำคัญมาก ทั้งนี้เพราะ

- ผู้ป่วยมักกินอาหาร/ดื่มน้ำได้น้อย จึงมักต้องรับผู้ป่วยไว้รักษาในโรงพยาบาล ให้สารอาหารและสารน้ำทางหลอดเลือดดำ และแก้ไขให้เกลือแร่ในเลือดอยู่ในสมดุลจนกว่าผู้ป่วยจะกินอาหารทางปากได้
- ในบางครั้งเมื่อผู้ป่วยมีอาการรุนแรง อาจจำเป็นต้องให้สายให้อาหารผ่านทางจมูกเข้ากระเพาะอาหาร หรือเข้าสู่ลำไส้เล็ก เพื่อลดการกระตุ้นการทำงานของตับอ่อนจากอาหารที่กินเข้าไป และลดอาการคลื่นไส้-อาเจียน
- นอกจากในเรื่องน้ำและอาหารแล้ว ยาแก้ปวด และยาแก้คลื่นไส้อาเจียน ก็เป็นอีกตัวยาที่สำคัญ

อนึ่ง: ในผู้ป่วยตับอ่อนอักเสบเรื้อรัง:

- ต้องระวังเรื่องการกินยา/ใช้ยาต่างๆเพราะดังกล่าว่า ยาบางชนิดอาจมีผลข้างเคียงที่เป็นพิษต่อเซลล์ตับอ่อน
- จำกัดการกินอาหารไขมัน
- กินยาเพื่อช่วยการย่อยอาหาร(ยาช่วยย่อย)
- กิน หรือฉีด วิตามินต่างๆโดยเฉพาะชนิดที่ละลายในไขมัน เพราะร่างกายดูดซึมไขมันได้ลดลง จึงมักขาดวิตามินที่ละลายในไขมัน ได้แก่ วิตามินเอ, วิตามินดี, วิตามินอี, และ วิตามินเค
- กินยาแก้ปวดเป็นประจำ โดยมีตารางกินยาลดคล้ายคลึงกับผู้ป่วยที่มีอาการปวดเรื้อรัง เช่นในผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- บางคนจำเป็นต้องได้ยาคลายเครียด

ค. การดูแลรักษาโรค/อาการที่เกิดจากผลข้างเคียงของตับอ่อนอักเสบ เช่น โรคเบาหวาน, อาการ ตัวเหลือง ตาเหลือง (ภาวะดีซ่าน), (แนะนำอ่านรายละเอียดเพิ่มเติมจากเว็บ haamor.com บทความ เรื่องเบาหวาน, เรื่องตัวเหลือง ตาเหลือง, และเรื่องดีซ่าน) บางครั้งอาจต้องผ่าตัดตับอ่อน

โรคตับอ่อนอักเสบรุนแรงไหม? มีผลข้างเคียงอย่างไร?

ความรุนแรง/การพยากรณ์โรคของตับอ่อนอักเสบ:

ก. ตับอ่อนอักเสบเฉียบพลัน: ทั่วไปเป็นโรคไม่รุนแรง/มีการพยากรณ์โรคค่อนข้างดี รักษาหายประมาณ 80% ภายในประมาณ 1-2 สัปดาห์

แต่กรณี อการรุนแรง มีโอกาสตายได้ประมาณ 2-10% ซึ่งโอกาสเกิดอาการรุนแรงจะสูง เมื่อมีสาเหตุจากโรคนี้ในถุงน้ำดี, หรือน้ำในท่อน้ำดี มากกว่ามีสาเหตุจากสุรา

นอกจากนี้ ตับอ่อนอักเสบเฉียบพลัน ยังสามารถเกิดเป็นซ้ำได้ ถ้ายังไม่สามารถรักษาควบคุมสาเหตุ/ปัจจัยเสี่ยงได้

ตับอ่อนอักเสบเฉียบพลัน กลุ่มที่มีอาการรุนแรง มักเกิดจากเซลล์/เนื้อเยื่อตับอ่อนที่อักเสบก่อให้เกิดสารเคมีหลายชนิดเข้าสู่กระแสเลือด ส่งผลให้เกิดการอักเสบในหลายๆอวัยวะพร้อมๆกัน ที่พบบ่อย คือ ปอด กล้ามเนื้อหัวใจ และไต จนก่อ ภาวะหายใจล้มเหลว, ภาวะหัวใจล้มเหลว, และไตวายเฉียบพลัน ซึ่งสาเหตุใดสาเหตุหนึ่งหรือรวมทั้งหมดเป็นสาเหตุของการตายได้

ปัจจัยเสริมให้ตับอ่อนอักเสบรุนแรง

ปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิด ตับอ่อนอักเสบเฉียบพลันรุนแรง ได้แก่ โรคที่มีสาเหตุจากน้ำในถุงน้ำดี และหรือ การดื่มสุราเรื้อรัง ร่วมกับมีปัจจัยดังต่อไปนี้ อาจปัจจัยเดียว หรือหลายปัจจัยร่วมกัน คือ

- สูบบุหรี่
- มีการติดเชื้อแบคทีเรียที่ตับอ่อนร่วมด้วย
- มีการตายของเซลล์ตับอ่อนมาก
- มีไขมันในเลือดสูง
- มีสารน้ำเกิดขังในตับอ่อน

ข. ตับอ่อนอักเสบเรื้อรัง: ทางารแพทย์จัดเป็นโรครุนแรง รักษาไม่หาย แต่บรรเทา อา การได้โดยผู้ป่วยต้องอยู่ในการดูแลของแพทย์ตลอดชีวิต เพราะมักมีผลข้างเคียงหลายอย่างตามมาที่ส่งผลถึงคุณภาพชีวิต และเป็นสาเหตุตายได้เช่นกัน เช่น

- อาการปวดท้องรุนแรงเรื้อรัง อาจถึงขั้นต้องใช้ยามอร์ฟินในการรักษา
- โรคเบาหวาน
- ท้องเสียเรื้อรัง จนเกิด ภาวะขาดอาหาร(ทุพโภชนา) และ
- เป็นปัจจัยเสี่ยงเกิดมะเร็งตับอ่อนได้ 2-18 เท่าของคนทั่วไปขึ้นกับว่าผู้ป่วยมีปัจจัยเสี่ยงอื่นสำหรับเกิดมะเร็งร่วมด้วยหรือไม่ เช่น ดื่มสุรา และ/หรือ สูบบุหรี่

ดูแลตนเองอย่างไร? ควรพบแพทย์ก่อนนัดเมื่อไหร่?

การดูแลตนเองที่บ้านเมื่อเป็นโรคตับอ่อนอักเสบทั้งชนิดเฉียบพลันหรือเรื้อรังจะเช่นเดียวกัน ที่สำคัญ คือ

- ปฏิบัติตามคำแนะนำของ แพทย์ พยาบาล
- กินยา/ใช้ยาต่างๆให้ครบถ้วน ถูกต้อง โดยเฉพาะยาแก้ปวด และยาช่วยย่อยอาหารต่างๆ
- เลิก/ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

- เลิก/ไม่สูบบุหรี่
- ปรับพฤติกรรมการกินอาหาร ที่สำคัญ คือ
- จำกัดอาหารไขมัน
- จำกัดอาหารประเภทเนื้อแดง (แนะนำอ่านรายละเอียดเพิ่มเติมจากเว็บ haamor.com บทความ เรื่อง เนื้อแดง-เนื้อขาว-เนื้อดำ)
- หลีกเลี่ยงอาหารทอด
- หลีกเลี่ยงอาหาร/เครื่องดื่มที่มีน้ำตาลสูง
- จำกัด/หลีกเลี่ยงเครื่องดื่มมีคาเฟอีน(กาแฟอื่น) เช่น ชา กาแฟ โคลา เครื่องดื่มชูกำลัง
- พบแพทย์/มาโรงพยาบาลตามแพทย์นัดเสมอ
- รับประทานยา/มาโรงพยาบาลก่อนนัดเมื่อ
- มีอาการผิดปกติไปจากเดิม หรือมีอาการต่างๆเลวลง
- มีผลข้างเคียงจากยาที่แพทย์สั่งจนกระทบต่อการใช้ชีวิตประจำวัน เช่น ขึ้นผื่น ท้องเสียหรือท้องผูกต่อเนื่อง
- กังวลในอาการ

ป้องกันโรคตับอ่อนอักเสบอย่างไร?

การป้องกันโรคตับอ่อนอักเสบ ที่สำคัญ คือ การลดปัจจัยเสี่ยง ซึ่งที่สำคัญ คือ

- ลดปัจจัยเสี่ยงในการเกิดโรคนี้ในถุงน้ำดี (แนะนำอ่านรายละเอียดเพิ่มเติมในเว็บ haamorr.com บทความเรื่อง นิ่วในถุงน้ำดี)
- เลิก/ไม่ดื่มสุรา
- เลิก/ไม่สูบบุหรี่
- รักษาสุขอนามัยพื้นฐาน (สุขบัญญัติแห่งชาติ) เพื่อลดโอกาสติดเชื้อต่างๆ
- ไม่กินยาพาราเซตมอล กินเฉพาะเมื่อจำเป็น และเมื่อซื้อยากินเอง ควรต้องปรึกษาเภสัชกรประจำร้านขายยาถึงผลข้างเคียงของยาเสมอ

บรรณานุกรม

1. Braganza, J. et al. (2011). Chronic pancreatitis. Lancet. 377, 1184-1197.
2. Carroll, J. et al. (2007). Acute pancreatitis: diagnosis, prognosis, and treatment. Am Fam Physician. 75, 1513-1520
3. Frossard, J. et al. (2008). Acute pancreatitis. Lancet.371, 143-152
4. Nair, R. et al. (2007). Chronic pancreatitis. Am Fam Physician. 76,1679-1688
5. <http://emedicine.medscape.com/article/181364-overview#showall> [2010,Jan18]
6. <https://emedicine.medscape.com/article/181554-overview#showall> [2010,Jan18]
7. <http://en.wikipedia.org/wiki/Pancreatitis> [2010,Jan18]
8. <https://www.karger.com/Article/Fulltext/365306> [2010,Jan18]
9. https://en.wikipedia.org/wiki/Chronic_pancreatitis [2010,Jan18]
10. <https://www.hindawi.com/journals/grp/2017/1219464/> [2010,Jan18]



ศาสตราจารย์เกียรติคุณ แพทย์หญิง พวงทอง ไกรพิบูลย์

ว.รังสีรักษา และเวชศาสตร์นิวเคลียร์



“สุขภาพดีของท่าน คือบริการของเรา”
รอรู้เรื่องสุขภาพง่าย ๆ แค่นั่งนี้...คลิกมา...

www.thatoomhsp.com

งานสุขภาพและประชาสัมพันธ์โรงพยาบาลท่าตูม
โทร.044-591126 ต่อ 116



โรงพยาบาลท่าตูม จังหวัดสุรินทร์