

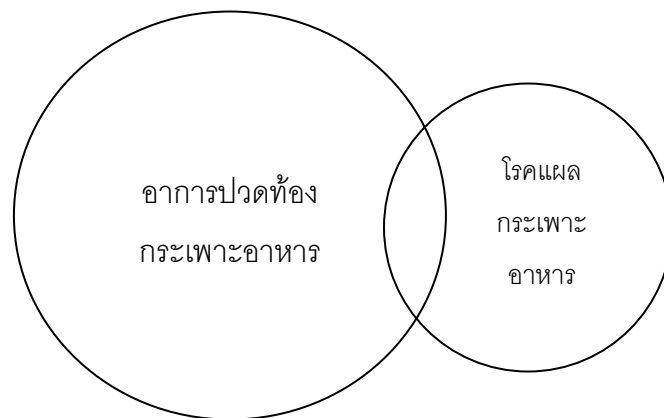
โรคกระเพาะอาหาร

นายแพทย์พิเศษ พิเศษพงษา

โรคกระเพาะอาหารเป็นโรคที่มีความสำคัญเนื่องจากเป็นโรคที่พบได้บ่อยและอาจมีความรุนแรงจนเป็นเหตุให้ผู้ป่วยต้องหยุดงานหรือต้องเข้ารับการรักษาตัวในโรงพยาบาลได้ จึงควรที่ผู้ป่วยและบุคคลทั่วไปจะได้มีความรู้ความเข้าใจเพื่อประโยชน์ในการดูแลรักษาและป้องกันโรค

โรคกระเพาะอาหารคืออะไร

ปกติแล้วเมื่อคนทั่วไปพูดถึงโรคกระเพาะอาหาร มักจะมีความหมายถึงสองภาวะคือ โรคแผลกระเพาะอาหารหรือโรคแผลเปื่อยเพปติก (peptic ulcer disease) และอาการปวดท้องกระเพาะอาหารหรืออาการธาตุพิการอาหารไม่ย่อย (dyspepsia) โดยโรคแผลกระเพาะอาหารจะหมายถึงแผลในกระเพาะอาหารหรือลำไส้เล็กส่วนต้นที่เกิดจากกรดและน้ำย่อยเพปซิน ซึ่งผู้ป่วยอาจจะมีหรือไม่มีอาการปวดก็ได้ ส่วนอาการปวดท้องกระเพาะอาหารนั้นหมายถึงอาการปวดหรือความรู้สึกไม่สบายที่เกิดขึ้นจากกระเพาะอาหารหรือลำไส้เล็กส่วนต้น ได้แก่ อาการปวดหรือเสบริ้อนลิ้นปี อาการแน่นท้องหลังกินอาหารและอาการอืดอาหารเร็วกว่าปกติ ซึ่งอาจจะเกิดจากโรคแผลกระเพาะอาหารหรือสาเหตุอื่นก็ได้เช่นเดียวกัน



แผนภูมิที่ 1 ความสัมพันธ์ระหว่างอาการปวดท้องกระเพาะอาหารและโรคแผลกระเพาะอาหาร

อาการปวดท้องกระเพาะอาหารเกิดจากอะไร³

อาการปวดท้องกระเพาะอาหารอาจเกิดได้จากทั้ง โรคแผลกระเพาะอาหาร โรคมะเร็งกระเพาะอาหาร การอักเสบและการติดเชื้อของกระเพาะอาหารและลำไส้เล็ก โรคของทางเดินน้ำดีและตับอ่อน และผลของยาหรืออาหารบางชนิด แต่อย่างไรก็ตามส่วนใหญ่ของผู้ป่วยที่มีอาการปวดท้องกระเพาะอาหารเรื้อรังที่มารับการตรวจรักษา คือ ร้อยละ 50-70 จะตรวจไม่พบสาเหตุของการปวดท้อง โดยจะเรียกอาการกลุ่มนี้ว่า อาการปวดท้องกระเพาะอาหารที่ไม่ทราบสาเหตุ (functional dyspepsia)

เมื่อไรที่ผู้ป่วยที่มีอาการปวดท้องกระเพาะอาหารควรจะได้รับกำหนัดสืบค้นเพิ่มเติม

เนื่องจากแม้ว่าอาการปวดท้องกระเพาะอาหารส่วนใหญ่จะเป็นชนิดที่ตรวจไม่พบสาเหตุและไม่มีอันตรายต่อชีวิต แต่ผู้ป่วยส่วนหนึ่งจะเกิดอาการจากโรคที่เป็นอันตรายหรือจำเป็นต้องได้รับการรักษาเฉพาะ เช่น โรคมะเร็งต่างๆทั้งของกระเพาะอาหาร ตับ ตับอ่อนและทางเดินน้ำดี โรคแผลกระเพาะอาหารซึ่งหากไม่ได้รับการรักษาให้หายขาดอาจเกิดภาวะแทรกซ้อนตามมา ดังนั้นจึงไม่จำเป็นที่ผู้ป่วยที่มีอาการปวดท้องกระเพาะอาหารทุกรายจะต้องได้รับการสืบค้นหาสาเหตุ แต่ผู้ป่วยที่มีความเสี่ยงต่อการมีโรคที่อาจเป็นอันตรายหรือหลังได้รับการรักษาแล้วอาการไม่ดีขึ้นควรจะต้องได้รับการสืบค้นเพิ่มเติม ซึ่งสมาคมแพทยระบบทางเดินอาหารแห่งประเทศไทยได้วางแนวทางในการสืบค้นเพิ่มเติมในผู้ป่วยกลุ่มนี้ไว้ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ผู้ป่วยโรคปวดท้องกระเพาะอาหารที่ควรได้รับการสืบค้นหาสาเหตุตั้งแต่แรก
เริ่มเกิดอาการหลังอายุ 40 ปี
ปวดรุนแรงจนทำให้ตื่นนอน
มีอาการอาเจียนอย่างต่อเนื่อง
มีอาการกลืนอาหารลำบาก
มีประวัติโรคมะเร็งทางเดินอาหารในครอบครัวอย่างชัดเจน
มีภาวะโลหิตจาง
มีภาวะดีซ่าน
มีตับม้ามโตหรือมีต่อมน้ำเหลืองโต
มีไข้
มีก้อนในท้อง

มีขนาดของท้องโตขึ้นอย่างชัดเจน
มีการขับถ่ายอุจจาระที่ผิดปกติ
น้ำหนักลดอย่างชัดเจน
มีประวัติการตกเลือดจากทางเดินอาหาร เช่น อาเจียนเป็นเลือด ถ่ายดำ ถ่ายเป็นเลือด

โรคแผลกระเพาะอาหารเกิดจากอะไร

สาเหตุของโรคแผลกระเพาะอาหารอาจแบ่งได้เป็นสามกลุ่มใหญ่ๆคือ กลุ่มที่เกิดจากการติดเชื้อเฮลิโคแบคเตอร์ ไพโลรี (*Helicobacter pylori*) ในกระเพาะอาหาร กลุ่มที่เกิดจากการใช้ยาต้านการอักเสบชนิดที่ไม่ใช่สเตียรอยด์ (NSAIDs : Non-steroidal anti-inflammatory drugs) และกลุ่มที่ไม่ได้เกิดจากทั้งการติดเชื้อเฮลิโคแบคเตอร์ ไพโลรีและการใช้ยาต้านการอักเสบชนิดที่ไม่ใช่สเตียรอยด์ ซึ่งในกลุ่มสุดท้ายนี้ แผลกระเพาะอาหารอาจเกิดขึ้นเองโดยไม่ทราบสาเหตุ เกิดจากการใช้ยาอื่นบางชนิด เกิดจากการติดเชื้อบางชนิด หรือเกิดจากภาวะที่มีการหลังกรดในกระเพาะอาหารมากผิดปกติก็ได้ อย่างไรก็ตามโรคแผลกระเพาะอาหารในผู้ป่วยส่วนใหญ่จะเกิดจากสาเหตุในสองกลุ่มแรก ดังนั้นในการรักษาโรคแผลกระเพาะอาหาร แพทย์จึงจำเป็นต้องตรวจหาเชื้อเฮลิโคแบคเตอร์ ไพโลรีและซักประวัติการใช้ยาต้านการอักเสบชนิดที่ไม่ใช่สเตียรอยด์เพื่อหาสาเหตุและป้องกันการกลับเป็นซ้ำเสมอ

การรักษาโรคแผลกระเพาะอาหารและการปวดท้องกระเพาะอาหารจะทำได้อย่างไร

การรักษาโรคแผลกระเพาะอาหารจะประกอบด้วยสองส่วนคือ การรักษาแผลด้วยยาลดกรดหรือยาที่ช่วยป้องกันเยื่อกระเพาะอาหารและการกำจัดสาเหตุของแผลซึ่งได้แก่การหยุดยาด้านการอักเสบชนิดที่ไม่ใช่สเตียรอยด์และการกำจัดเชื้อเฮลิโคแบคเตอร์ ไพโลรีด้วยการให้ยาปฏิชีวนะ

ส่วนในกรณีของอาการปวดท้องกระเพาะอาหารที่ไม่ทราบสาเหตุนั้นการรักษาที่สำคัญคือการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นต่างๆ การลดความวิตกกังวลและความเครียดและการยอมรับว่าการรักษาอาจจะไม่ได้ทำให้อาการหายไปทั้งหมด ร่วมกับการให้ยาเพื่อรักษาอาการที่เกิดขึ้น ในขณะที่การให้ยาเพื่อกำจัดเชื้อเฮลิโคแบคเตอร์ ไพโลรีนั้นจะไม่มีผลสำคัญนัก

ผู้ป่วยโรคกระเพาะอาหารควรจะปฏิบัติตนอย่างไร

มีปัจจัยหลายอย่างที่อาจทำให้เกิดโรคแผลกระเพาะอาหารหรืออาการปวดท้องกระเพาะอาหาร ซึ่งถ้าสามารถหลีกเลี่ยงได้ก็จะทำให้การรักษาได้ผลดีขึ้น ในขณะที่เดียวกันก็มีปัจจัยหลายอย่างที่มิได้ทำ

ให้เกิดโรคแผลกระเพาะอาหารแต่มักจะได้รับการเข้าใจว่าเป็นสาเหตุทำให้ผู้ป่วยได้รับความไม่สะดวกในการปฏิบัติตนโดยไม่ได้ประโยชน์อะไร

การสูบบุหรี่และการดื่มสุรา

การสูบบุหรี่นอกจากจะเป็นปัจจัยเสี่ยงของการเกิดแผลกระเพาะอาหารและภาวะแทรกซ้อนของแผลกระเพาะอาหารแล้ว ยังทำให้การหายของแผลกระเพาะอาหารช้าลงและเกิดการกลับเป็นซ้ำได้บ่อยขึ้น ส่วนการดื่มแอลกอฮอล์นั้นแม้ว่าจะสามารถกระตุ้นการหลั่งกรดและทำให้เกิดการบาดเจ็บต่อเยื่อบุกระเพาะอาหารได้แต่ก็ไม่ได้เพิ่มการเกิดแผลกระเพาะอาหาร อย่างไรก็ตามการดื่มแอลกอฮอล์ในปริมาณมากหรือดื่มแบบเรื้อรังจะทำให้เกิดอาการปวดท้องกระเพาะอาหารขึ้นได้และเมื่อผู้ป่วยดื่มแอลกอฮอล์จนเกิดตับแข็งแล้วก็จะเกิดโรคแผลกระเพาะอาหารได้บ่อยขึ้นกว่าคนปกติ ดังนั้นผู้ป่วยจึงควรหลีกเลี่ยงทั้งการสูบบุหรี่และการดื่มสุรา

การรับประทานอาหาร

แม้ว่ากาแฟทั้งที่มีและไม่มีคาเฟอีน ชา และ โคลา จะสามารถกระตุ้นการหลั่งกรดในกระเพาะอาหารได้แต่ก็ยังไม่มีความชัดเจนว่าอาหารชนิดใดจะเป็นสาเหตุของโรคแผลกระเพาะอาหาร อย่างไรก็ตามอาหารบางชนิดอาจทำให้เกิดอาการปวดท้องกระเพาะอาหารได้โดยไม่มีแผล เช่น อาหารเผ็ดอาจทำให้เกิดอาการปวดบริเวณลิ้นปี่ อาหารมันและการกินอาหารในปริมาณมากอาจทำให้เกิดอาการอึดแน่นท้อง กาแฟอาจทำให้เกิดอาการแสบร้อนอก ดังนั้นในผู้ป่วยที่มีอาการปวดท้องกระเพาะอาหารจึงควรสังเกตว่าอาหารชนิดใดที่กระตุ้นให้เกิดอาการมากขึ้นแล้วพยายามหลีกเลี่ยง เช่น ไม่ดื่มกาแฟ ไม่กินอาหารเผ็ด ไม่กินอาหารที่มันมาก กินอาหารมื้อละไม่มากแต่กินให้บ่อยขึ้น

การรับประทานยาบางชนิด

ยาหลายชนิดสามารถทำให้เกิดโรคแผลกระเพาะอาหารหรืออาการปวดท้องกระเพาะอาหารได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งยาต้านการอักเสบชนิดที่ไม่ใช่สเตียรอยด์ ดังนั้นผู้ป่วยจึงควรสังเกตว่ามียาชนิดใดที่สัมพันธ์กับการเกิดอาการหรือเพิ่งเริ่มกินในระยะก่อนที่จะมีอาการแล้วแจ้งให้แพทย์ทราบเพื่อจะได้พยายามหลีกเลี่ยงการใช้ยาดังกล่าวหรือให้ยาอื่นร่วมเพื่อป้องกันการเกิดแผลและอาการปวดท้อง

ภาวะเครียดทางอารมณ์

ภาวะเครียดทางอารมณ์อย่างรุนแรงอาจทำให้เกิดโรคแผลกระเพาะอาหารได้ เนื่องจากพบว่าในช่วงที่มีการทิ้งระเบิดที่กรุงลอนดอนในช่วงสงครามโลกครั้งที่สองหรือหลังการเกิดแผ่นดินไหวอย่างรุนแรงในญี่ปุ่นนั้นจะมีอุบัติการณ์ของการเกิดการทะลุหรือการแตกเลือดจากโรคแผลกระเพาะอาหารเพิ่มขึ้นมากกว่าปกติ

สำหรับอาการปวดท้องกระเพาะอาหารนั้นก็เช่นเดียวกัน พบว่าผู้ป่วยโรคปวดท้องกระเพาะอาหารจะมีโรควิตกกังวลและโรคซึมเศร้ามากกว่าคนปกติและภาวะเครียดทางอารมณ์ก็จะสามารถกระตุ้นให้เกิดอาการปวดท้องกระเพาะอาหารขึ้นได้ ผู้ป่วยจึงควรพยายามหลีกเลี่ยงภาวะที่ก่อให้เกิดความเครียดและไม่ควรวิตกกังวลกับอาการที่เป็นอยู่จนเกินไป