

การเกิดแผลเบาหวาน



อาการ แผลเบาหวาน (Diabetic Ulcer) เป็นภาวะแทรกซ้อนพบมากที่สุดของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ไม่ดีเท่าที่ควร ส่งผลให้ระบบประสาททำงานผิดปกติ และเกิดอาการชา หรือไร้ความรู้สึกบริเวณปลายมือและเท้า เนื่องจากหลอดเลือดทำงานผิดปกติ และหากเกิดเป็นแผลขึ้น จะทำให้หายช้าหรือกลายเป็นแผลเรื้อรังเสี่ยงต่อการติดเชื้อได้ เนื่องจากผู้ป่วยโรคเบาหวาน จะมีไขมันและน้ำตาลที่ไม่ถูกย่อยสลาย ไปจับตามเส้นเลือด ทำให้เส้นเลือดตีบและแข็งจนเกิดการอุดตัน ทั้งหมดนี้อาจทำให้เกิดแผลได้โดยเฉพาะที่บริเวณเท้า ซึ่งเป็นส่วนที่ขาดเนื้อเยื่อไปหล่อเลี้ยง หากไม่ได้รับการรักษาอย่างทันที่อย่างถูกต้อง อาจนำไปสู่การตัดอวัยวะจากการติดเชื้อได้ ในที่สุด เป็นเหตุที่อาจทำให้เสียชีวิตได้

อย่างไรก็ตาม ในเบื้องต้น มีวิธีการสังเกตอาการแผลเบาหวานด้วยตาเปล่าได้ คือ หากพบของเหลวที่มีกลิ่นเหม็นผิดปกติไหลออกมาจากผิวหนัง และผิวหนังมีสีหรือลักษณะที่เปลี่ยนไป ควรรีบไปพบแพทย์ โดยเฉพาะผู้ป่วยที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ไม่ดี เพราะอาจทำให้แผลเสี่ยงต่อการเน่าและติดเชื้อได้ ซึ่งเมื่อไปพบแพทย์แล้ว แพทย์อาจไม่สามารถระบุได้ว่า แผลดังกล่าวเป็นแผลเบาหวานหรือไม่ เนื่องจากลักษณะของแผลอาจเกิดขึ้นจากสาเหตุอื่นได้เช่นกัน ดังนั้นแพทย์อาจต้องซักประวัติเกี่ยวกับโรคเบาหวาน และภาวะแทรกซ้อนอื่นเพิ่มเติม

ทั้งนี้การป้องกันแผลเบาหวาน ผู้ป่วยเบาหวานป้องกันการเกิดแผลเบาหวานได้ด้วยการปรับเปลี่ยนรูปแบบการใช้ชีวิต อาทิ งดสูบบุหรี่ ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ควบคุมระดับไขมันในเลือด ควบคุมระดับความดันโลหิตไม่ให้สูงจนเกินไป และควรควบคุมน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ รวมไปถึงระมัดระวังไม่ให้เกิดแผล โดยเฉพาะที่เท้า ด้วยวิธีดังต่อไปนี้

- ล้างเท้าให้สะอาดทุกวัน
- ตัดเล็บเท้าอย่างสม่ำเสมอ อย่าปล่อยให้ยาวหรือตัดสั้นจนเกินไป
- พยายามให้เท้าแห้ง และมีความชุ่มชื้นอยู่เสมอ
- ซักถุงเท้าที่สวมใส่บ่อย ๆ
- ดูแลเท้าให้มีสุขภาพดีอยู่เสมอ หากมีตาปลาหรือบริเวณที่มีหนังด้านควรไปพบแพทย์เพื่อรักษา
- สวมรองเท้าที่พอดีกับเท้า และสวมใส่สบาย

อีกทั้งยังควรหมั่นสังเกตความผิดปกติของร่างกายอยู่เสมอ หากมีอาการชาโดยไม่ทราบสาเหตุ หรือสูญเสียความรู้สึกบริเวณส่วนใดส่วนหนึ่งในร่างกายควรรีบไปพบแพทย์เพื่อหาทางรับมือกับอาการเหล่านั้น และป้องกันการเกิดแผลเบาหวานที่อาจเกิดขึ้นภายหลัง

บทความโดย : พญ. พุฒินาถ ลิ้มสุวรรณ แพทย์ประจำศูนย์รักษาแผลเบาหวานที่เท้า โรงพยาบาลเว็ลด์เมดิคอล

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม : ศูนย์ศูนย์รักษาแผลเบาหวานที่เท้า ชั้น 10 โทร. 02-836-9999 ต่อ 11001-2