

รู้หรือไม่..สารสกัดจากแครนเบอร์รี่ ป้องกันการติดเชื้อแบคทีเรียลดปัญหากระเพาะปัสสาวะอักเสบ



โรคกระเพาะปัสสาวะอักเสบสาเหตุหลักมาจากพฤติกรรมการใช้ชีวิตประจำวันของแต่ละคน ซึ่งเป็นปัญหาใกล้ตัวที่ผู้หญิงไทยมักละเลย และไม่รู้ถึงถึงความเสี่ยงนี้ บริษัท แบลคมอร์ส (ประเทศไทย) จำกัด จึงได้จัดทำแบบทดสอบ Blackmores Inner Care ช่วยประเมินความเสี่ยงการเกิดโรคกระเพาะปัสสาวะอักเสบให้กับผู้ที่สนใจเพื่อรู้เท่าทันโรค พร้อมให้ความรู้เกี่ยวกับการนำวิถีธรรมชาติบำบัด สารสกัดจากแครนเบอร์รี่ มาใช้เพื่อป้องกันการติดเชื้อแบคทีเรีย

น.ส. ผุสดี สุจิตจร ผู้จัดการทั่วไป บริษัท แบลคมอร์ส (ประเทศไทย) จำกัด กล่าวว่า แบลคมอร์สเชื่อว่า ทุกคนสามารถเป็นผู้เลือกที่จะมีสุขภาพดีในแบบของตนเองตามแนวคิด Choose to Be a Well Being ดังนั้นการส่งเสริมหรือให้ข้อมูลในการดูแลสุขภาพที่ถูกต้อง จึงเป็นอีกหนึ่งเรื่องที่สำคัญ โดยที่ผ่านมามีกิจกรรมต่างๆของบริษัทฯ จะเน้นให้ความรู้ที่ถูกต้องเรื่องการดูแลตัวเองพร้อมแนวทางป้องกันในเรื่องสุขภาพที่จำเป็นให้กับผู้บริโภคอยู่เสมอ และครั้งนี้แบลคมอร์สได้เล็งเห็นว่ายังมีอีกหนึ่งโรคฮิตในสังคมปัจจุบันโดยเฉพาะในกลุ่มสาวไทย คือโรคกระเพาะปัสสาวะอักเสบ ซึ่งเกิดจากการที่คนส่วนใหญ่ใช้ชีวิตด้วยความเร่งรีบ หรือติดอยู่ในสภาวะการจราจรติดขัด จึงได้จัดทำ Blackmores Inner Care แบบประเมินความเสี่ยงโรคกระเพาะปัสสาวะอักเสบ เพื่อให้ทุกคนได้ประเมินตนเอง พร้อมทั้งให้ความรู้และแนวทางป้องกันอีกด้วย โดยผู้สนใจสามารถทำแบบทดสอบนี้ได้ผ่านทาง www.blackmoresinnercare.com

ด้าน พญ. อิศรา วีรสมัย สูตินรีแพทย์ และหัวหน้าศูนย์เวชศาสตร์ชะลอวัย โรงพยาบาลพญาไท 1 กล่าวว่า มีผู้ป่วยเข้ามาปรึกษาปัญหากระเพาะปัสสาวะอักเสบมากขึ้นเกือบเท่าตัว โรคกระเพาะปัสสาวะอักเสบ เกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรียบริเวณรอบท่อปัสสาวะผ่านท่อปัสสาวะเข้าไปในกระเพาะปัสสาวะ จากสถิติผู้หญิงจะป่วยด้วยโรคนี้นี้มากกว่าผู้ชาย เนื่องจากผู้หญิงมีท่อปัสสาวะสั้น ประกอบกับอยู่ใกล้กับช่องคลอดและทวารหนัก จึงมีโอกาสรับเชื้อแบคทีเรียจากภายนอกเข้าไปปนเปื้อนได้ง่าย สำหรับผู้ที่ป่วยด้วยโรสดังกล่าว จะมีอาการปัสสาวะบ่อย รู้สึกปัสสาวะไม่สุด ปริมาณต่อครั้งอาจน้อย ปวดท้องน้อย และเวลาปัสสาวะจะรู้สึกเสียวขัดขึ้นมาที่ท้องน้อย

สาเหตุที่มีผู้ป่วยด้วยโรสดังกล่าวเพิ่มขึ้น มาจากหลายคนใช้เวลาอยู่นอกบ้านวันละกว่า 80% ทำให้ความใส่ใจในการดูแลตัวเองลดลง สภาพการจราจรติดขัด จำเป็นต้องกลั้นปัสสาวะ การทำความสะอาดจุดซ่อนเร้นผิดวิธี ก็อาจเป็นปัจจัยเสี่ยงทำให้เกิดโรค โดยผู้หญิงไม่ควรทำความสะอาดจุดซ่อนเร้นจากด้านหลังมาด้านหน้า เพราะจะปนเปื้อนเชื้อแบคทีเรียจากรอบรูทวารมาที่ท่อปัสสาวะได้ นอกจากนี้ผู้หญิงในวัยหมดประจำเดือนจะมีภาวะขาดฮอร์โมนเอสโตรเจน ซึ่งมีบทบาทในการรักษาสมดุลกรดด่างบริเวณเยื่อเมือกช่องคลอดและท่อปัสสาวะ ป้องกันการติดเชื้อ เมื่อขาด

ฮอว์โมนตัวนี้โอกาสการติดเชื้อจึงง่ายขึ้น

พญ.ธิตรา กล่าวต่อว่า ในปัจจุบันวิถีธรรมชาติบำบัดได้รับความสนใจจากผู้บริโภค ซึ่งจากการค้นคว้าวิจัยพบว่าการรับประทานสารสกัดจากแครนเบอร์รี่ ซึ่งมีสารสำคัญหลายชนิดอาจช่วยป้องกันการติดเชื้อทางเดินปัสสาวะ โดยเฉพาะโปรแอนโทไซยานินส์ จะไปช่วยยับยั้งการเกาะของเชื้อแบคทีเรียบริเวณผนังกระเพาะปัสสาวะ ซึ่งเป็นสาเหตุของการเกิดกระเพาะปัสสาวะอักเสบ นอกจากนี้ สารสกัดจากแครนเบอร์รี่ ยังมีประโยชน์ต่อร่างกายในด้านอื่นๆ เช่น ช่วยให้ผิวพรรณชุ่มชื้น ช่วยยับยั้งการเกิดฝ้าผุ ลดการอักเสบของเหงือก ป้องกันโรคแผลในกระเพาะอาหาร และลดการเกาะตัวของไขมันที่ผนังหลอดเลือด มีส่วนป้องกันการเกิดโรคหัวใจอีกด้วย