

# สุขภาพสตรีปวดประจำเดือนรุนแรง เสี่ยงสารพัดโรค

สุขภาพสตรีปวดประจำเดือนรุนแรง เสี่ยงสารพัดโรค

ปัญหาที่ผู้หญิงส่วนใหญ่ มักพบเป็นประจำในทุกๆ เดือน คือการปวดท้องประจำเดือน พบว่ามีผู้หญิงจำนวนหนึ่งต้องลางาน หรือลาเรียน เนื่องจากมีอาการปวดท้องประจำเดือน โดยเฉลี่ยผู้หญิงในวัยเจริญพันธุ์มักลาป่วย 1-4 วันต่อเดือน เนื่องจากมีอาการปวดประจำเดือนมากจนไม่สามารถมาเรียนหรือทำงานได้

นายแพทย์ สุวันชัย ชัยรัชนิบูลย์ สูตินรีแพทย์ด้านการผ่าตัดผ่านกล้องทางนรีเวช โรงพยาบาลเปาโล กล่าวว่า “อาการปวดประจำเดือน คือ อาการปวดบีบเป็นพัก ๆ บริเวณท้องน้อย อาจร้าวไปถึงบริเวณหลัง บริเวณก้น หรือบริเวณต้นขาซึ่งมีอาการคลื่นไส้ อาเจียน ท้องเสีย หน้ามืด เป็นลมร่วมด้วยได้

การปวดประจำเดือนมีอยู่ 2 กลุ่มใหญ่ๆ คือ (1.) ปวดแบบไม่เป็นโรค จะปวดรอบเดือนใน 1-2 วันแรก ของรอบเดือนเท่านั้น และสามารถทนปวดได้ ไม่ต้องถึงขั้นต้องรับประทานยา ไม่รบกวนชีวิตประจำวัน หรือการงานการเรียนยังคงไปไหนมาไหนได้ ลักษณะเช่นนี้ มีสาเหตุเกิดจากการหดตัวของกล้ามเนื้อมดลูก เพื่อไม่ให้รอบเดือนมามากจนทำให้เกิดภาวะตกเลือด (2.) ปวดแบบเป็นโรค จะปวดท้องประจำเดือนมากจนต้องรับประทานยาแก้ปวด บางรายปวดท้องหลายวันก่อนมีประจำเดือน ความปวดมากขึ้นเมื่อมีประจำเดือนและอาจปวดมากต่อเนื่องไปหลังจากประจำเดือนหมด สังเกตได้จากการเพิ่มปริมาณในการรับประทานยา เช่น พาราเซตามอล 2 เม็ด ยังไม่บรรเทาจากการสำรวจพบว่าบางรายถึงขั้นเพิ่มปริมาณเป็น 4 เม็ด หรือเปลี่ยนมารับประทานยาที่ แรงแฉขึ้น และอาการปวดก็จะเพิ่มช่วงเวลานั้น จากที่เคยปวด 2-3 วัน ก็ยับยั้งขึ้นมาเป็นตลอดช่วงที่มีประจำเดือน ซึ่งอาการเช่นนี้ สามารถสันนิษฐานได้หลายโรค ได้แก่

1. เยื่อโพรงมดลูกเจริญผิดที่ หรือ ช็อกโกแลตซิสต์ ซึ่งเป็นสาเหตุที่พบได้บ่อย
2. พังผืดในช่องท้อง
3. เนื้องอกมดลูก
4. ภาวะเยื่อโพรงมดลูกเจริญผิดที่ในตัวมดลูก
5. ความผิดปกติแต่กำเนิดของช่องทางคลอด หรือปากมดลูก
6. ภาวะการติดเชื้ออักเสบในอุ้งเชิงกราน

“สำหรับการรักษาถ้าหากมีอาการปวดท้องประจำเดือนไม่มากนัก อาจรักษาเริ่มแรกด้วยการรับประทานยาระงับปวด

ทั่วไป นอกจากนี้ ควรออกกำลังกายสม่ำเสมอจะช่วยลดอาการปวดได้ อย่างไรก็ตาม หากสงสัยว่าตัวเองมีอาการปวดแบบเป็นโรค ควรมาพบแพทย์เพื่อค้นหาสาเหตุและให้การรักษาต่อไป สิ่งสำคัญคือ อย่ากลัว หรือชะล่าใจต่อการเข้ามารับการตรวจรักษา เพราะโรคที่ซ่อนมากับอาการปวดประจำเดือนนั้นสามารถรักษาให้หายได้”

ขอขอบคุณ : นายแพทย์ สุวันชัย ชัยรัชนิบูลย์ สูตินรีแพทย์ด้านการผ่าตัดผ่านกล้องทางนรีเวช โรงพยาบาลเปาโล