

โรคไตเรื้อรังจากเบาหวาน



เบาหวาน เป็นโรคที่พบบ่อยในคนไทย และเป็นสาเหตุสำคัญอันดับหนึ่งที่ทำให้เกิดภาวะไตเรื้อรัง เนื่องจากโรคเบาหวานจะมีน้ำตาลในเลือดสูง ทำให้เกิดเซลล์บริเวณไต ในระดับเซลล์มีหลายปัจจัยที่มีผลทำให้เซลล์ ทำหน้าที่หรือสภาวะแวดล้อมหรือการทำงานเปลี่ยนแปลงไป ส่งผลให้ความสามารถในการเก็บโปรตีน ในการทำงานส่วนต่างๆ เสื่อมลงอย่างช้าๆ ตามระยะเวลาหรือความรุนแรงของโรคเบาหวานที่เป็น

อาการของผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังจากเบาหวาน

โรคไตเรื้อรังจากเบาหวาน ไม่แตกต่างจากโรคไตเรื้อรังจากสาเหตุอื่น แต่จะมีอาการที่คล้ายกัน ได้แก่ ในระยะเริ่มต้นจะไม่มีอาการ ซึ่งหากมีอาการก็จะเป็นอาการของตัวเบาหวานเอง อาทิ คมระดับน้ำตาลในเลือดได้ไม่ดี ทำให้มีสภาวะหิวน้ำบ่อย ปัสสาวะบ่อยหรือหากมีน้ำตาลในเลือดต่ำ ก็จะมีอาการใจสั่น เหนื่อยอออกง่าย ซึ่งเป็นอาการของกลุ่มโรคเบาหวาน อาการทางไตจะยังไม่มีอาการใด ที่เป็นไตจากเบาหวานระยะเบื้องต้น แต่ถ้าเมื่อใดที่ภาวะเบาหวานควบคุมได้ไม่ค่อยดี จะมีภาวะอื่นร่วม เช่น มีภาวะความดันโลหิตสูงเพิ่มมากขึ้น น้ำตาลสะสมค่อนข้างสูง จนทำให้ค่าไตเริ่มเสื่อม และจะมีอาการแสดงให้เห็น อาทิ ปัสสาวะมีฟองมากขึ้น บ่งชี้ได้ว่ามีไข่ขาวรั่วในปัสสาวะ เพราะเวลาที่เซลล์ตายและเริ่มเสื่อมทำให้ปัสสาวะมีฟอง เป็นการทิ้งโปรตีนออกมา หากปัสสาวะมีฟองมากขึ้นเรื่อยๆ ตามระยะเวลาที่เป็น แสดงว่าการควบคุมน้ำตาลและระบบอื่นๆ ทำงานได้ไม่ค่อยดี หากมีมากขึ้นจากสภาวะเป็นฟอง ไตจะเสื่อมลง ภาวะน้ำเดิน มีของเสีย เกือบคลัง สภาวะบวม และภาวะควบคุมความดันทำได้ยาก ส่งผลให้ต้องใช้จ่ายควบคุมความดันเพิ่ม และหากเป็นระยะเวลานาน จะมีอาการของไตเรื้อรังตามมา เช่น เบื่ออาหาร อ่อนเพลีย จะพบว่าเบาหวานชัดขึ้น อาทิ เบาหวานขึ้นตา ตามัว ภาวะปลายประสาทเสื่อม ภาวะมือเท้าชา ติดเชื้อในทางเดินปัสสาวะ ซึ่งเป็นผลกระทบของโรคเบาหวานที่เส้นเลือดไม่ไปหล่อเลี้ยงอวัยวะส่วนต่างๆ นั้นเอง

ความรุนแรงและอันตรายของผู้ป่วยไตเรื้อรังจากเบาหวาน

โรคเบาหวานถ้าเริ่มมีภาวะไตเสื่อมถือว่าเป็นเรื่องสำคัญ เพราะในประเทศไทยสาเหตุอันดับหนึ่งของคนไข้ที่ต้องฟอกไตหรือไตวายเรื้อรังสุดท้ายคือมาจากโรคเบาหวาน ถือเป็นภัยร้ายอันดับหนึ่ง ดังนั้นเราต้องพยายามป้องกัน ไม่ให้มีภาวะไตเสื่อม หากมีแล้วต้องพยายามควบคุมไม่ให้ไตเสื่อม ซ้ำที่สุดเท่าที่เราจะทำได้

การให้การดูแลผู้ป่วยโรคไตจากเบาหวานต่างจากผู้ป่วยโรคไตกลุ่มอื่นๆ อย่างไร

1. ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ไม่ว่าจะป็นน้ำตาลก่อนอาหารหรือน้ำตาลเฉลี่ย ให้อยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสม โดยอาศัยคำแนะนำจากแพทย์ผู้ดูแลในเรื่องของยา และอาหารที่ต้องควบคุม
2. ต้องควบคุมความดันโลหิตให้อยู่ในเกณฑ์ที่ดีเหมาะสม โดยเฉลี่ย 130/ 80 มิลลิเมตรปรอท

3. ดื่มน้ำให้เพียงพอ อาจต้องควบคุมปริมาณน้ำกำเริบเมื่อมีอาการบวม

4. เลี่ยงอาหารรสเค็มจัด

5. งดซื้อยารับประทานเอง โดยเฉพาะ ยาแก้ปวด , ยาชุด , สมุนไพร , ยาบำรุงสมรรถภาพต่างๆ

6. ควบคุมน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน ออกกำลังกาย และงดสูบบุหรี่

การปฏิบัติข้อแนะนำดังกล่าว จะช่วยชะลอการเสื่อมการทำงานของไตไม่มากนักน้อย ที่สำคัญจะต้องมีการรักษาติดตามอาการอย่างต่อเนื่อง กับแพทย์ที่ดูแล เพื่อจะได้ให้การดูแลและค้นหาสาเหตุการทำงานของไต ที่เสื่อมลงมากกว่าที่ควรจะเป็น ซึ่งหากการทำงานของไตเสื่อมลงมาก จะได้มีการเตรียมความพร้อมทั้งด้านร่างกาย และสภาพจิตใจแก่ผู้ป่วย เพื่อเข้ารับการรักษาและบำบัดทดแทนไตต่อไป

บทความโดย : นายแพทย์วีรศักดิ์ แพร์ชินวงศ์ แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านอายุรศาสตร์โรคไต โรงพยาบาลเว็ลด์เมดิคอล
ติดต่อ 02-836-9999 ต่อ 2921-2