



## “โรคกระเพาะ” โรคธรรมดาที่ไม่ธรรมดา



ศูนย์ : ศูนย์ทางเดินอาหารและตับ

บทความโดยแพทย์ : พญ. เพ็ญประไพ หงษ์ศรีสุวรรณ

หิวข้าวก็ปวดท้อง กินอิ่มแล้วยังปวดท้องอีก คนโดยทั่วไปจึงมักสรุปอาการแบบนี้อาจเข้าข่าย “โรคกระเพาะ” อย่างแน่นอน โดยโรคนี้พบได้บ่อยในทุกเพศทุกวัย อาจมีทั้งที่อาการไม่รุนแรง ไปจนถึงมีอาการรุนแรง โรคกระเพาะอาหาร ต้องได้รับการรักษาอย่างถูกต้องและต่อเนื่อง ไม่เช่นนั้นอาจมีภาวะแทรกซ้อนเลือดออกในกระเพาะอาหาร กระเพาะลำไส้เป็นแผลทะลุในท้ายที่สุดได้

### รู้จัก...โรคกระเพาะ

โรคกระเพาะ หรือที่รู้จักกันทั่วไปว่า โรคกระเพาะอาหาร เกิดจากการอักเสบหรือการระคายเคืองบริเวณเยื่อภายในกระเพาะอาหาร เกิดขึ้นได้ทั้งแบบเฉียบพลัน

ซึ่งสามารถหายได้ภายใน 1-2 สัปดาห์ หรือมีอาการบ่อยครั้งเป็นระยะเวลานานจนเกิดการอักเสบเรื้อรังทำให้เกิดแผล

โรคกระเพาะสามารถแบ่งเป็น 3 กลุ่มใหญ่ ได้แก่

- **กลุ่มโรคกระเพาะอาหารชนิดที่ไม่มีแผล** เป็นกลุ่มที่พบได้บ่อยมากที่สุด โดยมีสาเหตุมาจากการทำงานที่ผิดปกติ เช่น การบีบตัวของกระเพาะกับลำไส้ที่ทำงานไม่ประสานกัน หรืออาจเกิดจากสภาพกรดในกระเพาะที่มีมากเกินไป แต่ไม่ทำให้เกิดแผล
- **กลุ่มที่พบสาเหตุความผิดปกติของกระเพาะอาหาร** เช่น เกิดแผลในกระเพาะอาหารและลำไส้เล็กส่วนต้น จากการติดเชื้อแบคทีเรียเฮลิโคแบคไพโลไร และ
- **กลุ่มความผิดปกติจากโรคมะเร็งกระเพาะอาหาร** พบได้น้อยมากประมาณ 2% ของผู้ป่วยที่มาด้วยอาการปวดท้อง ซึ่งสงสัยว่าเป็นโรคกระเพาะอาหาร

## สาเหตุโรคกระเพาะที่พบบ่อย

สาเหตุหลักเกิดจากการเสียสมดุลกรดในกระเพาะอาหารที่หลั่งออกมา ทำให้มีมากกว่าปกติจนทำให้ไปทำลายเยื่อบุกระเพาะอาหาร ซึ่งเยื่อบุกระเพาะอาหารมีความต้านทานกรดได้ไม่ดี รวมทั้งยังปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเกิดโรคที่พบบ่อย ได้แก่

- การติดเชื้อ เฮลิโคแบคไพโลไร (H. Pylori : Helicobacter pylori) เป็นเชื้อแบคทีเรียชนิดหนึ่งที่ติดต่อจากการรับประทานอาหารและน้ำที่ปนเปื้อนเชื้อเข้าไป เมื่อเชื้อเข้าสู่ร่างกายจะอาศัยอยู่ในกระเพาะอาหาร ทำให้กระเพาะอาหารมีการอักเสบเรื้อรังจนทำลายผนังเยื่อบุกระเพาะอาหารและลำไส้เล็กส่วนต้น ทำให้เป็นแผลในกระเพาะอาหาร และยังเป็นปัจจัยเสี่ยงหนึ่งในการเกิดโรคมะเร็งกระเพาะอาหาร และภาวะแทรกซ้อนที่อันตรายต่อร่างกายได้อีกด้วย
- การรับประทานยาต้านการอักเสบหรือยาแก้ปวด เช่น ยาแอสไพริน ยาไอบูโพรเฟน หรือ ยาไดโคลฟีแนค ซึ่งล้วนเป็นยาที่ต้องกินหลังอาหารทันที สร้างความระคายเคืองให้กับเยื่อบุกระเพาะอาหาร ทำให้กรดที่หลั่งจากกระเพาะอาหารกัดกร่อนเยื่อบุกระเพาะอาหารจนเกิดแผล

## พฤติกรรมการใช้ชีวิตส่งเสริมให้เป็นโรคกระเพาะมากขึ้น

นอกจากการติดเชื้อแบคทีเรีย และการรับประทานยาต้านการอักเสบ ที่เป็นสาเหตุให้เกิดโรคกระเพาะแล้ว ยังมีปัจจัยด้านพฤติกรรมการใช้ชีวิต การรับประทานอาหารที่กระตุ้นให้กรดหลั่งมากกว่าปกติ ส่งเสริมให้เกิดโรคกระเพาะ เช่น

- ภาวะความเครียด ความวิตกกังวล จากการใช้ชีวิตที่เร่งรีบ หรือจากสังคมในการทำงาน
- อุปนิสัยการรับประทานอาหารที่ไม่ถูกต้อง เช่น การรับประทานอาหารอย่างเร่งรีบ รับประทานอาหารไม่ตรงเวลา

และการอดอาหาร

- การรับประทานสิ่งที่ก่อให้เกิดการระคายเคืองต่อกระเพาะและลำไส้ เช่น เครื่องดื่มที่มีคาเฟอีน เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ น้ำอัดลม รับประทานอาหารที่มีรสจัดเป็นประจำ เช่น รสเผ็ดจัด รสเปรี้ยวจัด
- การสูบบุหรี่ จะเป็นการเพิ่มโอกาสของการเป็นแผลที่ลำไส้เล็กส่วนต้น

## อาการสำคัญของโรคกระเพาะ

รู้สึกปวดท้องแบบเฉียบพลัน จุกแสบ จุกแน่น บริเวณใต้ลิ้นปี่ หรือช่องท้องส่วนบนเหนือสะดือแบบเป็นๆ หายๆ เรื้อรัง และอาจมีอาการคลื่นไส้ เรอเปรี้ยวร่วมด้วย

เวลาปวดมักจะสัมพันธ์กับมื้ออาหารทั้งเวลาก่อนรับประทานอาหาร หรือหลังรับประทานอาหารใหม่ๆ และเวลาท้องว่าง เหมือนที่มักได้ยินกันบ่อยๆ ว่า “หิวก็ปวด อิ่มก็ปวด” รวมทั้งมีอาการอิ่มเร็ว รับประทานอาหารได้ไม่มาก ไม่อยากอาหาร

หากอาการดังกล่าวเกิดขึ้นมากกว่า 1-2 สัปดาห์ รวมทั้งมีอาการอาเจียนเป็นเลือด ถ่ายอุจจาระปนมูกเลือดหรือเป็นสีดำ หรือมีอาการในช่วงการรับประทานยาในกลุ่มยาแก้ปวด โดยเฉพาะยาแอสไพริน ยารักษาอาการปวดข้อ ปวดกระดูกต่างๆ ควรรีบพบแพทย์ทันทีเพื่อหาสาเหตุที่แน่ชัด

## การวินิจฉัยโรคกระเพาะ

โดยปกติแล้วผู้ป่วยที่มีอาการเข้าข่ายว่าจะเป็นโรคกระเพาะนั้น

เมื่อมาพบแพทย์จะได้ทำการตรวจวินิจฉัยเบื้องต้นด้วยการซักประวัติอาการ

จากนั้นจึงจะทำการตรวจร่างกายเพื่อหาสาเหตุที่แน่ชัด ว่าอาจเข้าข่ายเป็นโรคกระเพาะอาหารอักเสบหรือไม่ รวมถึงการตรวจพิเศษอื่นๆ เพิ่มเติม ตามดุลยพินิจของแพทย์ เช่น การส่องกล้องตรวจกระเพาะอาหาร การตรวจหาเชื้อเฮลิโคแบคทีเรีย ด้วยการตรวจเลือด ตรวจอุจจาระ หรือการตรวจด้วยวิธีการพินลมหายใจ เป็นต้น

## อาการร่วมบ่งชี้ว่าอาจมีโรครุนแรง ต้องส่องกล้องตรวจกระเพาะอาหาร

หากมีอาการปวดท้อง รวมทั้งมีอาการร่วมที่บ่งชี้ว่าอาจมีโรครุนแรง

ต้องได้รับการตรวจคัดกรองเพิ่มด้วยการส่องกล้องกระเพาะอาหาร ได้แก่ มีอาการอาเจียนต่อเนื่อง

มีอาการปวดที่มีรูปแบบและความรุนแรง เช่น อาการที่รุนแรงจนต้องตื่นกลางดึก ปวดบ่อยขึ้น

และไม่ดีขึ้นจากการใช้ยา มีอาการกลืนติด กลืนลำบากร่วมด้วย ตรวจพบภาวะโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก น้ำหนักลดโดยไม่ทราบสาเหตุ และมีภาวะเลือดออกในระบบทางเดินอาหาร เช่น อาเจียนเป็นเลือด ถ่ายเป็นเลือด ถ่ายดำ

## การรักษาโรคกระเพาะ

เมื่อทราบว่าผู้ป่วยเป็นโรคกระเพาะมาจากสาเหตุใด แพทย์จะสามารถประเมินการรักษาที่เหมาะสม โดยวิธีการรักษาจะมี 2 วิธีหลักๆ ได้แก่

1. การรักษาด้วยยา โดยขึ้นอยู่กับสาเหตุ

ส่วนมากผู้ป่วยที่เป็นโรคกระเพาะอาหารอักเสบมักจะรักษาตามอาการเป็นหลัก ซึ่งหากผู้ป่วยที่เป็นโรคกระเพาะอาหารอักเสบจากการติดเชื้อ เอช.ไพโลไร แพทย์ก็จะทำการรักษาด้วยการใช้ยาปฏิชีวนะเพื่อช่วยในการฆ่าเชื้อ หรือจากสาเหตุอื่นๆ แพทย์จะรักษาตามอาการ และให้ยาลดกรด เพื่อช่วยให้เกิดการหลั่งกรดและรักษาแผลที่เกิดในกระเพาะอาหาร

2. รักษาด้วยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมต่างๆ เช่น ล้างมือก่อนและหลังรับประทานอาหาร

รับประทานอาหารที่สะอาด ปรุงสุก การรับประทานอาหารให้ตรงเวลา ไม่อดอาหาร เลี่ยงการรับประทานอาหารรสเผ็ดจัด รสเปรี้ยวจัด และสิ่งๆ ที่ก่อให้เกิดการระคายเคืองต่อกระเพาะและลำไส้ หลีกเลี่ยงความเครียด นอนหลับให้เพียงพอ เป็นต้น

โรคกระเพาะ แม้ใครจะบอกว่าเป็นโรคธรรมดา แต่หากปล่อยปะละเลย

อาจส่งผลให้เกิดภาวะแทรกซ้อนที่ร้ายแรงตามมาได้ ที่สำคัญโรคกระเพาะอาหารมักเป็นโรคเรื้อรัง เมื่อหายแล้วยังมีโอกาสเป็นซ้ำได้อีก หากไม่ตรวจรักษาให้ถูกวิธี และระวังปฏิบัติตัวให้ถูกต้อง