

## แพทย์ชี้ภาวะแปสสาวะอักเสบพบบ่อยในผู้หญิง แนะนำอย่าปล่อยเรื้อรังอาจเป็นโรคไตได้

อธิบดีกรมการแพทย์เผยภัยใกล้ตัวผู้หญิง “ภาวะแปสสาวะอักเสบ” พบในผู้หญิงมากกว่าผู้ชาย กลุ่มเสี่ยง คือ ผู้สูงอายุ ผู้ที่กลั้นแปสสาวะนาน และผู้ที่ดื่มน้ำน้อย หากพบอาการแปสสาวะบ่อย ครั้งละน้อยๆ ปวด เบ่ง แสบ แปสสาวะเป็นเลือด ชุ่น มีกลิ่นผิดปกติ มีไข้ ซ้ำอย่าปล่อยให้เป็นเรื้อรังอาจส่งผลให้เกิดโรคไตและอาจเสียชีวิตได้

**นายแพทย์สุพรรณ ศรีธรรมมา อธิบดีกรมการแพทย์** เปิดเผยว่า ภาวะแปสสาวะอักเสบเป็นโรคที่เกิดจากภาวะแปสสาวะติดเชื้อแบคทีเรีย พบในผู้หญิงมากกว่าผู้ชาย และพบมากในช่วงอายุ 20-50 ปี สาเหตุที่พบโรคนี้นั้นในผู้หญิงมากกว่าชาย เนื่องจากท่อแปสสาวะของผู้หญิงสั้นกว่าผู้ชาย เชื้อโรคบริเวณปากท่อแปสสาวะ จึงเข้าสู่ภาวะแปสสาวะได้ง่ายกว่า ประกอบกับปากท่อแปสสาวะของผู้หญิงยังเปิดออกสู่ภายนอกในบริเวณใกล้กับช่องคลอดและทวารหนัก จึงมีโอกาสติดเชื้อทั้งจากช่องคลอดและจากทวารหนักได้ เชื้อแบคทีเรียที่เป็นสาเหตุของภาวะแปสสาวะอักเสบมีหลายชนิด ประมาณ 75-95% เกิดจากเชื้ออีโคไล มีทั้งจากการอักเสบเฉียบพลัน รักษาหายได้ภายใน 2-3 สัปดาห์ หรือจากการอักเสบเรื้อรัง ซึ่งมักมีอาการอักเสบเป็นๆหายๆ เรื้อรัง มีอาการรุนแรงน้อยกว่าการอักเสบเฉียบพลัน **กลุ่มเสี่ยงหรือปัจจัยเสี่ยงสำคัญที่ทำให้เกิดโรคนี้นี้ คือ ผู้ที่กลั้นแปสสาวะนาน** ส่งผลให้แปสสาวะแช่ค้าง เชื้อโรคในแปสสาวะจึงเจริญเติบโตได้ดี **ผู้สูงอายุ** เพราะสุขอนามัยบริเวณอวัยวะเพศไม่ดี โดยเฉพาะผู้ที่ขาดคนดูแล และไม่คอยเคลื่อนไหว มักนั่งๆ นอนๆ **ผู้ที่ดื่มน้ำน้อย** ส่งผลให้ไม่ค่อยได้แปสสาวะ แปสสาวะจึงแช่ค้าง เชื้อโรคในแปสสาวะจึงเจริญได้ดี อาการของโรคภาวะแปสสาวะอักเสบ คือ แปสสาวะบ่อย ครั้งละน้อยๆ ปวด เบ่ง แสบ โดยเฉพาะตอนสุดแปสสาวะ แปสสาวะเป็นเลือด อาจมองเห็นด้วยตาเปล่า คือ แปสสาวะสีชมพู หรือเป็นเลือด หรือตรวจพบเม็ดเลือดแดงได้จากการตรวจแปสสาวะ แปสสาวะชุ่นหรืออาจเป็นหนองขึ้นกับความรุนแรงของโรค มีกลิ่นผิดปกติปวดท้องน้อยมีไข้ มีทั้งไข้สูงและไข้ต่ำ แต่มักไม่มีไข้เมื่อเป็นการอักเสบเรื้อรัง บางครั้งอาจมีสารคัดหลั่งบริเวณอวัยวะเพศร่วมด้วย เมื่อเกิดจากติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อาจมีกลิ่นใสอาเจียนได้ เมื่อเป็นการติดเชื้อเฉียบพลัน อาจมีนิวบอออกมาในแปสสาวะ เมื่อเกิดร่วมกับนิวไต์ หรือนิวในภาวะแปสสาวะ ผลข้างเคียงจากภาวะแปสสาวะอักเสบ คือ การลุกลามเป็นการอักเสบของไต ซึ่งเมื่อเรื้อรังอาจส่งผลให้เกิดโรคไตเรื้อรังได้ หรือเมื่อการอักเสบติดเชื้อรุนแรง อาจลุกลามเป็นการอักเสบติดเชื้อในกระเพาะโลหิต ซึ่งทั้งสองกรณีเป็นสาเหตุที่ทำให้เสียชีวิตได้

แนวทางการรักษาโรคภาวะแปสสาวะอักเสบ ได้แก่ **การให้ยาปฏิชีวนะ การรักษาสาเหตุหรือปัจจัยเสี่ยง** เช่น รักษาโรคติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์หรือโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เมื่อสาเหตุเกิดจากการติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ และ**การรักษาตามอาการ** เช่น ยาแก้ปวดชนิดคลายการบีบตัวของภาวะแปสสาวะ และการดื่มน้ำมากๆ วันละอย่างน้อย 8-10 แก้วเมื่อไม่มีโรคต้องจำกัดน้ำดื่ม เช่น โรคหัวใจล้มเหลว **สำหรับการป้องกันโรคภาวะแปสสาวะอักเสบ คือ ดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 6-8 แก้ว ไม่กลั้นแปสสาวะนาน พยายามเคลื่อนไหวร่างกายเสมอ รักษาควบคุมโรคต่างๆที่เป็นปัจจัยเสี่ยง รักษาความสะอาดในการขับถ่าย ไม่ควรใช้สเปรย์หรือยาดับกลิ่นตัวในบริเวณอวัยวะเพศ เพราะก่อการระคายเคือง ในผู้หญิงไม่ควรใช้วิธีคุมกำเนิดด้วยการใช้น้ำยาฆ่าอสุจิ หรือการใช้ฝาครอบปากมดลูก เพราะเพิ่มโอกาสติดเชื้อต่อช่องคลอด ปากท่อแปสสาวะและภาวะแปสสาวะเสี่ยงการอาบน้ำในอ่าง เพราะอาจติดเชื้อได้ง่ายขึ้น ที่สำคัญควรรักษาสุขอนามัยพื้นฐานอยู่เสมอ เพื่อสุขภาพแข็งแรง ลดโอกาสติดเชื้อต่างๆ รวมทั้งพบแพทย์ตามนัดเสมอ และหากมีอาการผิดปกติควรรีบพบแพทย์เพื่อรับการรักษาที่ถูกต้องต่อไป**