

## เตือนมีเพศสัมพันธ์ไม่ป้องกัน เสี่ยงตับอักเสบปีก่อมะเร็งตับ

พบสถิติคนไทยป่วยเป็นโรคตับอักเสบ ปีกันมากและส่วนใหญ่ไม่รู้ตัวว่าตนเองป่วยเป็นโรคดังกล่าว โดยปัจจัยการติดเชื้อมาจากการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่สวมถุงยางอนามัย การได้รับเลือด ใช้น้ำดื่มของร่วมกัน และการถ่ายทอดจากแม่สู่ลูกซึ่งหากไม่ได้รับการรักษาที่ถูกต้อง จะทำให้กลายเป็นตับแข็งและมะเร็งตับในที่สุด

นายแพทย์ธีรพล โดพันทนานนท์ อธิบดีกรมการแพทย์ เปิดเผยว่าโรคตับอักเสบเป็นปัญหาสำคัญของสาธารณสุขทั่วโลก โรคนี้เป็นภาวะที่เซลล์ตับถูกทำลายเกิดได้จากหลายสาเหตุ เช่นการติดเชื้อแบคทีเรีย ไวรัส แบ่งเป็น ชนิดเอ บี ซี ดี อี และจีซึ่งแต่ละชนิดจะมีการติดต่อและแพร่เชื้อที่แตกต่างกัน เช่นไวรัสตับอักเสบบีและอีสามารถแพร่เชื้อทาง อาหารน้ำดื่ม ผักผลไม้ สัตว์น้ำจากแหล่งน้ำที่ปนเปื้อนเชื้อ รวมถึงระบบสุขอนามัย ที่ไม่ถูกสุขลักษณะ เช่นการขับถ่ายอุจจาระลงแหล่งน้ำ ลำคลอง ดังนั้น จึงควรรับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ และล้างมือทุกครั้งหลังทำกิจกรรมต่างๆ ไวรัสตับอักเสบบีซี ดีและจีพบเชื้อในเลือด น้ำเหลือง สารคัดหลั่ง น้ำอสุจิ น้ำในช่องคลอด น้ำลาย น้ำตา น้ำนม ทำให้มีโอกาสแพร่เชื้อได้หลายทาง เช่นทางเพศสัมพันธ์ทาง แม่สู่ลูก เป็นต้น ผู้ป่วยจำเป็นต้องเข้ารับการรักษาและปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัดเพราะก่อให้เกิดภาวะตับอักเสบเรื้อรัง ตับแข็งและอาจกลายเป็นมะเร็งตับได้

อธิบดีกรมการแพทย์ กล่าวต่อไปว่า โรคตับอักเสบที่คนไทยป่วยกันมากและมีภาวะการอักเสบเรื้อรัง คือ ชนิด บี พบสถิติผู้ป่วย มีเชื้อ ไวรัส ตับอักเสบนชนิด บีอยู่ในกระแสเลือดถึงร้อยละ 7 ของประชากรทั้งหมด หรือประมาณ 9 ล้านคน ขณะที่ทั่วโลก พบว่ามีผู้ที่เป็นพาหะของเชื้อไวรัสตับอักเสบนชนิดนี้มากกว่า 350 ล้านคน สิ่งที่น่ากลัวของไวรัสตับอักเสบนชนิดบี คือ เมื่อรับเชื้อเข้าสู่ร่างกาย ผู้ที่ได้รับเชื้อจะไม่แสดงอาการใดๆอาจมีไข้ ปวดเมื่อย ทำให้เข้าใจผิดว่าเป็นเพียงไข้หวัดธรรมดา

แนวทางป้องกัน โรคตับอักเสบนี้อันตราย คือ รับประทานอาหาร ปรุงสุกใหม่และครบ 5 หมู่โดยเฉพาะ ผักและผลไม้ที่มีคุณสมบัติบำรุงตับ เช่น กะหล่ำปลี แครอท ถั่วลิสง ถั่วเขียว อาหารสุกๆดิบๆอาหารไขมันสูง ดื่มน้ำสะอาดโดยการต้มให้เดือดก่อนบริโภคน้ำดื่มที่สะอาด ออกกำลังกายสม่ำเสมอ หลีกเลี่ยงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และบุหรี่ ที่สำคัญควรใช้ช้อนกลางเวลารับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่นและไม่ใช้ของมีคม หรือแปรงสีฟันร่วมกันและในช่วงนี้ใกล้ถึงเทศกาลแห่งความรัก จึงขอเตือนให้สวมถุงยางอนามัยทุกครั้ง ก่อนมีเพศสัมพันธ์ เพราะเชื้อไวรัสตับอักเสบนชนิดบี สามารถติดต่อได้จากสารคัดหลั่ง น้ำอสุจิจะสามารถป้องกันโรคดังกล่าวได้ซึ่ง ปัจจุบันมีวัคซีนป้องกันการติดเชื้อไวรัสตับอักเสบน 2 ชนิดคือไวรัสตับอักเสบบีและไวรัสตับอักเสบนีสามารถให้ได้ในผู้ที่ยังไม่เคย รับเชื้อมาก่อนโดยก่อนการให้วัคซีน จะต้องได้รับการตรวจร่างกาย โดยแพทย์เพื่อดูว่าเคยได้รับเชื้อมาก่อนหรือมีภูมิคุ้มกันอยู่แล้วหรือไม่ถ้ายังไม่ติดเชื้อหรือยังไม่มีภูมิคุ้มกัน แพทย์จะให้วัคซีนเพื่อป้องกันโรคดังกล่าวต่อไป

-ขอขอบคุณ-

กุมภาพันธ์ 2560