



กรมการแพทย์
DEPARTMENT OF MEDICAL SERVICES

ข่าวเพื่อสื่อมวลชน

ฝ่ายประชาสัมพันธ์ สำนักงานเลขานุการกรม กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข
ถนนติวานนท์ จังหวัดนนทบุรี 11000 โทร. 0-2591-8254 โทรสาร 0-2591-8266
E-mail : prdms2011@hotmail.com , pr_dms@yahoo.co.th

กรมการแพทย์ชี้ "เล็บ" ส่งสัญญาณบอกโรค

สถาบันโรคผิวหนัง กรมการแพทย์ แนะนำสังเกตและดูแลสุขภาพของเล็บสม่ำเสมอ เล็บสุขภาพดีควรมีสีชมพูจางๆ พื้นผิวเรียบ ผิวหนังรอบเล็บแข็งแรง หากต่างจากนี้อาจเป็นสัญญาณเตือนของความผิดปกติของร่างกาย

นายแพทย์ณรงค์ อภิกุลวณิช รองอธิบดีกรมการแพทย์และโฆษกกรมการแพทย์ เปิดเผยว่า เล็บที่มีสุขภาพดีคือ เล็บที่มีสีออกชมพูจางๆ จากสีผิวของเนื้อข้างใต้เล็บ มีพื้นผิวเรียบ ผิวหนังรอบเล็บมีความแข็งแรงและเล็บมีความหนาไม่มากและไม่น้อยจนเกินไป ถ้าเล็บมีความแตกต่างไปจากนี้ ถือว่าเป็นเล็บที่ไม่ปกติจะเป็นสัญญาณบอกโรคได้คือ 1. เล็บที่มีความหนาหรือบางผิดปกติ 2. เล็บเปลี่ยนสี 3. ผิวหนังรอบเล็บบวมแดง 4. ปลายเล็บร่น 5. เล็บที่มีพื้นผิวขรุขระ จึงควรสังเกตความผิดปกติที่เกิดขึ้น โดยปรึกษาแพทย์ เพื่อรักษาโรคได้อย่างถูกต้องเหมาะสม สำหรับความผิดปกติมีรายละเอียด ดังนี้ 1. เล็บที่มีความหนาหรือบางผิดปกติ มีหลายโรคที่ทำให้เล็บหนาขึ้น เช่น โรคเชื้อราที่นอกจากเล็บ จะหนาขึ้นแล้ว อาจมีสีเปลี่ยน ไปเป็นสีเหลืองหรือขาว ผิวเล็บและส่วนปลายเล็บอาจขรุขระ โรคสะเก็ดเงินมักจะมีอาการเล็บหนาหลายๆ เล็บ นอกจากนี้ผู้ที่เป็น โรคเลือดจางจากการขาดธาตุเหล็ก เล็บจะมีลักษณะบางและแอนคล้ายช้อน 2. เล็บเปลี่ยนสี เล็บที่มีสีขาวครึ่งเล็บพบได้ในคนที่เป็นโรคไตวายเรื้อรัง เล็บที่มีสีขาว 2 ใน 3 ของเล็บพบได้ในคนเป็นโรคเบาหวาน โรคตับแข็งและโรคหัวใจวาย เล็บที่มีสีขาวเป็น แถบขวางอาจเป็นโรคโปรตีนในร่างกายต่ำ 3. ผิวหนังรอบเล็บบวมแดง คนที่สัมผัสกับน้ำบ่อยๆ ผิวหนังรอบเล็บอาจมีการเปื่อยยุ่ยหรือเกิดการระคายเคืองจากสารเคมี เช่น น้ำยาล้างจานและน้ำยาทำความสะอาด บางครั้งอาจเกิดการติดเชื้อราเนื่องจากไม่รักษาความสะอาด ผู้ป่วยบางรายที่มีการติดเชื้อแบคทีเรียบริเวณผิวหนัง รอบเล็บอาจบวมแดงและมีหนองร่วมด้วย 4. ปลายเล็บร่น ปกติแล้วผิวหนังส่วนปลายจะติดกับเล็บ แต่หากมีโรคบางอย่าง เช่น โรคสะเก็ดเงิน โรคไทรอยด์ โรคเชื้อราและโรคผื่นผิวหนังอักเสบ รวมถึง การใช้ยาบางชนิด อาจทำให้ขอบของผิวหนังที่ติดกับเล็บมีการร่นลง 5. เล็บที่มีพื้นผิวขรุขระ เป็นอาการที่พบได้บ่อย ผิวเล็บอาจเป็นหลุมเล็กๆ ถ้าเป็นหลายเล็บ อาจบ่งบอกถึงโรคสะเก็ดเงินหรือโรคภูมิแพ้ แต่อาจพบได้ในเด็กบางคนโดยที่ไม่มีสาเหตุ บางกรณีผู้ป่วยมีอาการเจ็บป่วยรุนแรง อาจพบเล็บเป็นร่องลึกตามแนวขวางจากการที่มีการสร้างเล็บผิดปกติ

แพทย์หญิงมิ่งขวัญ วิชัยดิษฐ ผู้อำนวยการสถาบันโรคผิวหนัง กรมการแพทย์ กล่าวเพิ่มเติมว่า การดูแลรักษาเล็บ ควรหลีกเลี่ยงการทำเล็บเป็นประจำ เพราะจะทำให้เล็บเปราะปลายเล็บแยก เล็บบวมมีลูกคลื่น ควรหมั่นดูแลรักษาความสะอาดเล็บ โดยเมื่อตัดเล็บ ไม่แคะขูดเล็บมากจนเกินไป เพราะอาจทำให้เล็บฉีกขาด เกิดแผล ทำให้เชื้อโรคเข้า ควรสวมถุงมือขณะทำงานบ้าน หรือเมื่อต้องใช้สารเคมี นอกจากนี้ หมั่นทาโลชั่นเพื่อถนอมผิวที่มือและเล็บเป็นประจำ จะช่วยให้เล็บแข็งแรง งามเรียบเนียน มีสุขภาพ เล็บที่ดี

-ขอขอบคุณ-

8 มกราคม 2561