

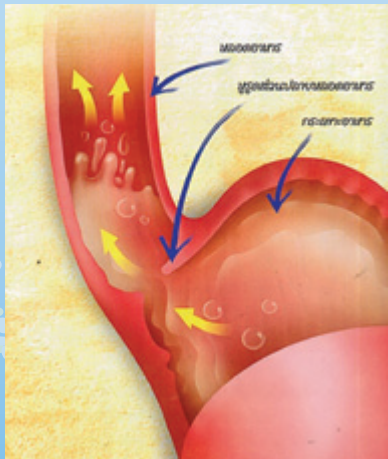
อ.นพ.สุริยะ จักกะพาก  
ภาควิชาศัลยศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี  
มหาวิทยาลัยมหิดล

# กรดไหลย้อน... อันตรายหลังการกิน

โรคกรดไหลย้อนเป็นภาวะที่น้ำย่อยจากกระเพาะอาหารไหลกลับขึ้นไปในหลอดอาหาร จนทำให้เกิดอาการที่มีผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วย หรือก่อให้เกิดพยาธิสภาพของหลอดอาหารขึ้น



**อาการสำคัญของโรคกรดไหลย้อน** ได้แก่ ความรู้สึกแสบร้อนบริเวณลิ้นปี่ขึ้นมาที่หน้าอกและคอ อาการนี้จะ เป็นมากหลังรับประทานอาหารมื้อหนัก การโน้มตัวไปข้างหน้า การยกของหนัก และการนอนหงาย อาการสำคัญอีกประการ ได้แก่ การมีน้ำรสเปรี้ยวหรือรสขมไหลย้อนขึ้นมาในปาก อาการเหล่านี้พบได้บ่อยในคนตะวันตก แต่ในคนไทยส่วนใหญ่อาการแสบร้อนที่บริเวณหน้าอกพบได้ไม่บ่อย และไม่รุนแรงเท่าชาวตะวันตก ผู้ป่วยมักมีอาการเรอ และมีน้ำเปรี้ยวขึ้นมาในปาก



ในผู้ป่วยที่มีการขย้อนน้ำและอาหารขึ้นมาขึ้นรุนแรง อาจทำให้เกิดการสำลัก เข้าไปในปอดจนเกิดปอดอักเสบได้

ผู้ป่วยจำนวนมากอาจมีอาการอื่นร่วมด้วยได้ เช่น ท้องอืด แน่นท้อง คลื่นไส้ อาเจียนหลังรับประทานอาหาร เจ็บหน้าอก จุกคล้ายมีอะไรติดหรือขวางอยู่บริเวณคอ ต้องพยายามกระแอมออกบ่อยๆ อาการที่หืดหอบ ไอแห้งๆ เสียงแหบ เจ็บคอ อาการเหล่านี้เกิดจากกรดที่ไหลย้อนขึ้นมาบริเวณกล่องเสียง ทำให้เกิดกล่องเสียงอักเสบเรื้อรัง

**โรคกรดไหลย้อนมีอาการแตกต่างจากโรคกระเพาะอาหาร** ผู้ป่วยที่เป็นโรคกระเพาะอาหารมักมาพบแพทย์ด้วยอาการปวดแน่นท้อง แสบท้องบริเวณใต้ลิ้นปี่ ท้องอืด ผู้ป่วยบางรายอาจมีถ่ายอุจจาระดำ หรืออาเจียนเป็นเลือดได้ ผู้ป่วยโรคกระเพาะอาหารมักไม่มีอาการแสบร้อนหน้าอกขึ้นมาถึงคอเหมือนผู้ป่วย โรคกรดไหลย้อน ผู้ป่วยบางรายอาจมีเรอบ่อย

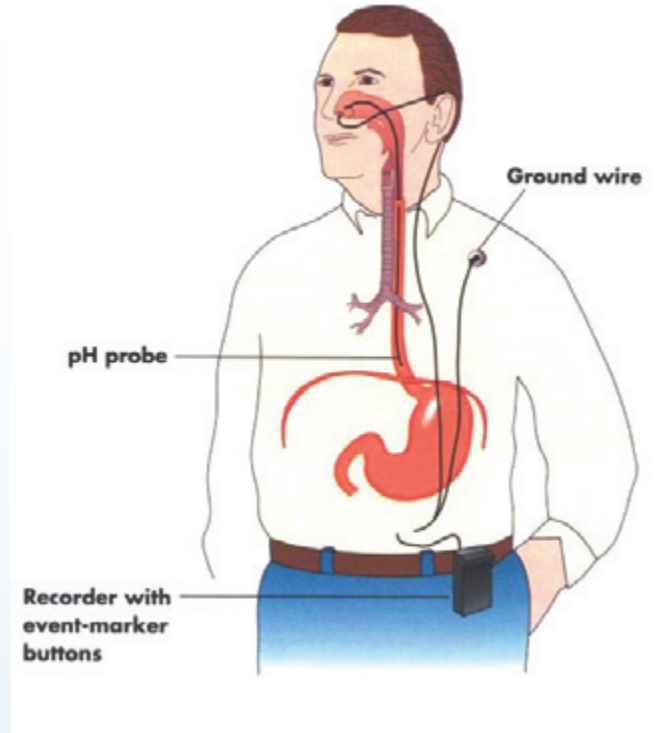
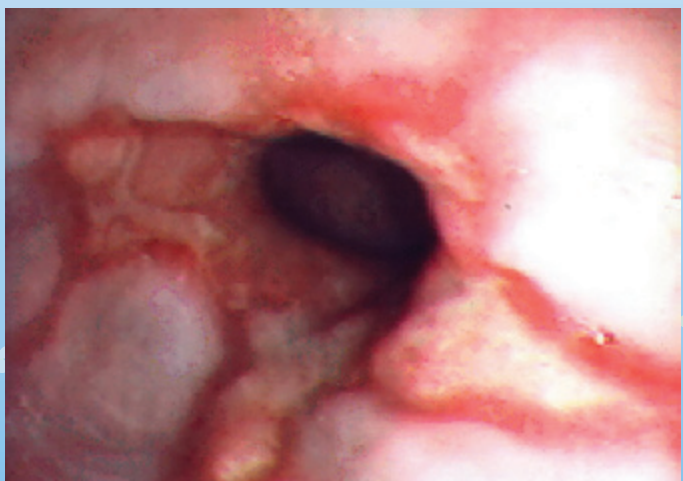
และมีน้ำขย้อนขึ้นมาได้บ้างหลังทานอาหารใหม่ๆ ทำให้เกิดความลำบากในการวินิจฉัยแยกโรคในผู้ป่วยบางราย

โรคกรดไหลย้อนพบได้ตั้งแต่เด็กทารกจนถึงผู้สูงอายุ อาการที่ควรนึกถึงโรคกรดไหลย้อนในผู้ป่วยเด็ก ได้แก่ อาเจียนบ่อยหลังการดูดนม โลหิตจาง น้ำหนักและการเจริญเติบโตไม่สมวัย ไอเรื้อรัง หืดหอบในเวลากลางคืน ปอดอักเสบเรื้อรัง ในเด็กบางรายอาจมีปัญหาการหยุดหายใจขณะหลับ

ในคนไทย ผู้ป่วยส่วนใหญ่มีอาการไม่รุนแรงจนเกิดเป็นอันตรายที่ร้ายแรงต่อผู้ป่วย มีผู้ป่วยส่วนน้อยที่เป็นโรคกรดไหลย้อนเรื้อรังและรุนแรง จนอาจทำให้เกิดแผลและตีบที่ปลายหลอดอาหาร และมีการเปลี่ยนแปลงของเซลล์เยื่อหลอดอาหาร ถ้าการเปลี่ยนแปลงของเซลล์เยื่อหลอดอาหารเป็นขั้นรุนแรง อาจกลายเป็นมะเร็งหลอดอาหารได้ในที่สุด แต่ในคนไทยยังพบมะเร็งหลอดอาหารที่เกิดจากกรดไหลย้อนได้น้อย

พฤติกรรมกินและการดำเนินชีวิตก็มีผล ทำให้เกิดโรคนี้ได้ เช่น การดื่มน้ำชา กาแฟ น้ำอัดลม น้ำผลไม้ หรืออาหารที่มีรสเปรี้ยวจัด เผ็ดจัด อาหารไขมันสูง ซ็อกโกแลต สุรา รวมทั้งการสูบบุหรี่ ควรหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารมื่อเย็น ปริมาณมาก และไม่ควรนอนทันทีหลังรับประทานอาหารอย่างน้อย 3 ชั่วโมง ควรรับประทานอาหารปริมาณน้อยแต่บ่อยครั้ง ออกกำลังกายสม่ำเสมอและพยายามหลีกเลี่ยงความเครียด ไม่ใส่เสื้อผ้ารัดรูปหรือรัดเข็มขัดแน่นจนเกินไป ระวังน้ำหนักตัวไม่ให้มากหรืออ้วนเกินไป

ผู้ป่วยที่มีอาการสำคัญชัดเจนสามารถให้การรักษาเบื้องต้นได้เลย ส่วนผู้ป่วยที่ไม่มีอาการสำคัญชัดเจน มีอาการอื่นร่วม หรือผู้ป่วยที่ได้รับการรักษาเบื้องต้นแล้วอาการไม่ดีขึ้น อาจจำเป็นต้องได้รับการวินิจฉัยพิเศษเพิ่มเติม เช่น การส่องกล้องทางเดินอาหาร การเอ็กซเรย์กลืนสารทึบแสง การตรวจ



ทางเวชศาสตร์นิวเคลียร์ การตรวจพิเศษสำหรับโรคกรดไหลย้อนโดยเฉพาะ ได้แก่ การตรวจการบีบตัวของหลอดอาหารและการตรวจวัดความเป็นกรดต่างในหลอดอาหาร ซึ่งให้ผลจำเพาะในการวินิจฉัยโรคที่สุด

ถ้าปฏิบัติตัวเบื้องต้นแล้วอาการไม่ดีขึ้น จำเป็นต้องรับประทานยาร่วมด้วย ปัจจุบันมียาหลายชนิดที่ใช้รักษาโรคนี้ เช่น ยาเคลือบและรักษาแผลในกระเพาะอาหาร ยาในกลุ่มนี้จะช่วยลดความเป็นกรดในกระเพาะอาหารและใช้ได้ผลดีในผู้ป่วยที่มี อาการไม่รุนแรงหรือ มีแผลหน้าอกเป็นครั้งคราว อีกกลุ่มคือ ยาลดการหลั่งกรด ยาในกลุ่มนี้ต้องมีการปรับเปลี่ยนขนาดของยา และระยะเวลาในการรักษาอย่างใกล้ชิด จึงควรอยู่ภายใต้การดูแลของแพทย์ ส่วนยาเพิ่มการบีบตัวของหลอดอาหารและกระเพาะอาหาร อาจได้ผลในผู้ป่วยบางรายที่มีอาการท้องอืดแน่นท้องร่วมด้วย

ในปัจจุบันการรักษาด้วยยามักให้ผลการรักษาที่ดี แต่ต้องรับประทานยาเป็นเวลานานกว่าการรักษาโรคแผลในกระเพาะอาหารทั่วไป และเมื่อหยุดยาผู้ป่วยส่วนใหญ่มักจะมีอาการกลับขึ้นมาใหม่ การผ่าตัดรักษาในปัจจุบันจึงอาศัยการผ่าตัดผ่านกล้องทำให้ลดอาการเจ็บจากการผ่าตัดได้ดีขึ้น และได้ผลการผ่าตัดที่ดี

การผ่าตัดมีข้อแนะนำในผู้ป่วยดังต่อไปนี้ ผู้ป่วยที่รักษาด้วยยาเป็นเวลานานแต่ไม่สามารถควบคุมอาการหรือหยุดยาได้ และมีผลข้างเคียงจากยา ผู้ป่วยอายุน้อยที่จำเป็นต้องรับประทานยาเป็นเวลานาน และผู้ป่วยที่มีผลแทรกซ้อนที่รุนแรงจากโรค เช่น อาการสำลักอาหารและน้ำย่อยเข้าไปในปอดบ่อยๆ โดยเฉพาะในผู้ป่วยเด็ก