



รู้ทัน! โรคตับแข็ง

เกิดจากการ...



อักเสบเรื้อรังทำให้เซลล์ตับถูกทำลาย
อย่างต่อเนื่องจนกลายเป็นพังผืดในตับ
 ส่งผลให้ตับไม่สามารถทำงานได้ตามปกติ
 และเกิดภาวะแทรกซ้อน



ไวรัสตับอักเสบเรื้อรัง
เช่น ไวรัสตับอักเสบบี ซี ดี

ภาวะธาตุเหล็กเกิน



ภาวะทองแดงคั่งในร่างกาย

ภาวะการสะสมไกลโคเจน
ในตับมากผิดปกติ



โรคตับคั่งไขมัน

ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์



โรคซิสติกไฟโบรซิส

โรคท่อน้ำดีตีบตัน

โรคตับอักเสบ



การขาดสารต้าน
ทริปซินอัลฟา-1



สาเหตุ

อาการ



- อ่อนเพลีย
- เป็นจ้ำเลือดง่าย
- ขา เท้าหรือข้อเท้าบวม
- น้ำหนักลด
- เบื่ออาหาร
- ตัวเหลือง ตาเหลือง
- สับสน ซึมลง หรือพูดไม่ชัด
- ฝ่ามือแดงขึ้น
- ท้องมาน

วิธีป้องกัน



หยุดดื่มเครื่องดื่ม
แอลกอฮอล์



ควบคุมดัชนีมวลกาย
ให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ



กินอาหาร
ให้ครบ 5 หมู่

เช่น ผลไม้ พืช ธัญพืชไม่ขัดสี
และโปรตีนไร้ไขมัน



ลดปัจจัยเสี่ยงของ
การติดเชื้อไวรัสตับอักเสบ

เช่น เลี่ยงการใช้เข็มร่วมกัน
หรือการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกัน