



# คำถาม คำตอบ

ศาสตราจารย์เกียรติคุณ พญ.วรสรรณ ตันไพจิตร

## คำถาม

ผู้ป่วยธาลัสซีเมียมีนัยน์ตาขาวเป็นสีเหลืองเพราะเหตุใดและ จะรักษาให้หายได้หรือไม่

## คำตอบ

การที่ผู้ป่วยมีนัยน์ตาขาวเป็นสีเหลือง เป็นอาการอย่างหนึ่ง มากกว่าปกติ ไม่จำเป็นต้องรักษาแต่อย่างใด ของโรค เป็นผลจากการที่เม็ดเลือดแดงถูกทำลายที่ตับและม้าม

## คำถาม

ทำไมจมูกแบน และโหนกแก้มสูง

## คำตอบ

ผู้ป่วยโรคธาลัสซีเมียมีเม็ดเลือดแดงที่แตกง่าย มีผลทำให้ ทำให้มีลักษณะกระดูกใบหน้าเปลี่ยนไป นอกจากนี้กระดูกแขนขา โดทิตจาก ไชกระดูกจึงขยายตัวเพื่อสร้างเม็ดเลือดแดงมากขึ้น จะเปราะบางด้วย

## คำถาม

อาการของผู้ป่วยธาลัสซีเมียมักจะมีอาการหนักหืด เขาแต่ใจ เป็นทุกคนหรือไม่ เมื่อมีอาการอย่างนี้ ควรปฏิบัติต่อผู้ป่วยอย่างไร

## คำตอบ

อาการของผู้ป่วยธาลัสซีเมียมักจะมีอาการหนักหืด เขาแต่ใจ เป็นทุกคนหรือไม่ เมื่อมีอาการอย่างนี้ ควรปฏิบัติต่อผู้ป่วย อย่างไรเนื่องจากเป็นอาการที่พบได้ในผู้ป่วยโรคเรื้อรังหลายๆ ชนิด การให้ความเข้าใจให้อภัยและเห็นอกเห็นใจแก่ผู้ป่วย จะทำให้อาการของผู้ป่วยดีขึ้น แต่ถ้าได้ปฏิบัติแล้วอาการไม่ดีขึ้นควรปรึกษาแพทย์ผู้ดูแลหรือจิตแพทย์

## คำถาม

หมอบอกว่าถูกเป็นโรคธาลัสซีเมียชนิดไม่รุนแรง แต่เวลาถูกป่วยแล้วซีด ตาและปากซีดมาก พอถูกหยาตาและปากแดงดังเดิม

## คำตอบ

ขณะที่ผู้ป่วยธาลัสซีเมียมีอาการไม่สบายแล้วซีดลง เนื่องจาก เม็ดเลือดแดงถูกทำลายได้ง่าย ผู้ป่วยจะมีอาการซีด เหลือง บัสสาวะสีเข้ม ถ้าเป็นไม่มากร่างกายสามารถสร้าง เม็ดเลือดแดงได้ทัน ผู้ป่วยจะมีอาการดีขึ้นอย่างเต็ม แต่ถ้าซีดมาก ควรพาไปพบแพทย์เพื่อให้เลือด

## คำถาม

ทำไมเด็กโรคเลือดธาลัสซีเมียจึงซีดร้อน

## คำตอบ

ผู้ป่วยธาลัสซีเมียจะมีภาวะการเผาผลาญอาหาร (meta บอลิซึม) ในร่างกายมากกว่าคนปกติ ผลคือ มีการสร้างความ ร้อนในร่างกายมากขึ้น จึงทำให้ผู้ป่วยเหล่านี้ซีดร้อน

## คำถาม

เวลากลางคืนมีเหงื่อออกมากตามหน้าผาก ต้องนอนเปิด พัดลมโกรกตลอดเวลา จะเป็นอันตรายหรือไม่ทั้งที่มีอากาศหนาว



### คำตอบ

ผู้ป่วยธาลัสซีเมียจะมีภาวะที่ร่างกายสร้างความร้อนสูงมาก มากได้ ไม่เป็นอันตราย  
กว่าคนปกติ หรือที่เรียกว่า hypermetabolism จะมีเหงื่อออก

### คำถาม

การออกกำลังกายของผู้ป่วย ควรทำได้แค่ไหน

### คำตอบ

ผู้ป่วยจะออกกำลังกายได้มากขึ้นแค่นั้นขึ้นอยู่กับภาวะขีด ในผู้ป่วย ผู้ป่วยที่มีอาการไม่รุนแรง ขีดไม่มากสามารถออกกำลังกายได้พอๆ กับเด็กปกติ แต่ผู้ป่วยที่ขีดค่อนข้างมากบางราย มักไม่สามารถออกกำลังกายเหมือนเด็กปกติ เพราะมักมีอาการเหนื่อยหอบ ใจสั่น เนื่องจากหัวใจต้องทำงานมากกว่าปกติ

### คำถาม

การออกกำลังกายที่เหมาะสมสำหรับผู้ป่วยโรคนี้ จะเล่นกีฬา ได้หรือไม่

### คำตอบ

ผู้ป่วยสามารถออกกำลังกายได้ ถ้าไม่ทำให้เหนื่อยเกินไป และ ในรายที่ขีดค่อนข้างมาก เวิร์กอาจเล่นกีฬาว่ายน้ำได้  
ที่จะไม่ทำให้ถูกกระแทกหรือล้ม เพราะจะทำให้กระดูกหักได้

### คำถาม

ผู้ป่วยหญิงที่เป็นธาลัสซีเมีย จะมีโอกาสมีประจำเดือนหรือไม่ ถ้ามีอายุเท่าไร

### คำตอบ

มีโอกาส แต่ประจำเดือนจะมาช้ากว่าปกติ อาจจะมีเมื่ออายุ 17 - 18 ปี

### คำถาม

สำหรับผู้ป่วยที่มีรอบเดือนมาไม่ปกติ คือ 2 - 3 เดือนจึงจะ อันตรายแก่ร่างกายหรือไม่  
มาครั้งหนึ่ง เกี่ยวข้องกับโรคธาลัสซีเมียหรือไม่ แล้วจะเป็น

### คำตอบ

มีส่วนเกี่ยวข้องกับโรคธาลัสซีเมีย เพราะผู้ป่วยบางรายจะ ควบคุมการตกไข่ และการมีประจำเดือนบกพร่อง แต่ภาวะนี้ไม่มี  
มีการทำงานของต่อมไร้ท่อที่เกี่ยวข้องกับการสร้างฮอร์โมนที่ อันตรายต่อร่างกายแต่อย่างใด

### คำถาม

ขณะนี้ผมอายุ 12 ปี สูง 130 ซม. ความสูงไม่ค่อยเพิ่ม ขอทราบ ให้เลือด  
ว่าจะมีวิธีใดที่จะเพิ่มความสูงให้แก่เด็กธาลัสซีเมีย นอกจากการ

### คำตอบ

เด็กที่เป็นธาลัสซีเมียจะมีการเจริญเติบโตไม่สมอายุ คือ จะเตี้ย กว่าเด็กธรรมดาในอายุเท่ากัน โดยเฉพาะในเด็กที่ขีดมากๆ ในช่วงอายุ 12 ปี ความสูงที่ถือว่าอยู่ในเกณฑ์ปกติ สำหรับ  
วิธีที่จะทำให้สูงเท่าเด็กปกติ ทำได้โดยการให้เลือดจนหายขีด ซึ่ง เด็กผู้หญิงประมาณ 132 - 142 ซม. ส่วนเด็กผู้ชายประมาณ  
ต้องให้ยาขับธาตุเหล็กร่วมด้วย สำหรับผู้ถามอายุ 12 ปี สูง 128 - 132 ซม. ในผู้ป่วยธาลัสซีเมียที่ขีดไม่มาก ยังมีโอกาส  
130 ซม. จากการสำรวจของกรมอนามัยในเด็กนักเรียนไทย พบว่า สูงได้อีก และอาจสูงได้ใกล้เคียงกับคนปกติ



## คำถาม

ผู้ที่ เป็นโรคธาลัสซีเมียควรจะได้รับวัคซีนป้องกันโรคชนิด ไตบ้าง

## คำตอบ

ควรจะได้รับวัคซีนตั้งแต่เด็กเหมือนคนธรรมดาทั่วไป และควร จะมีความต้านทานโรคตับอักเสบ เนื่องจากรับเชื้อจากเลือดได้ ธนาคารเลือดทุกแห่งต้องตรวจเชื้อไวรัสตับอักเสบบีในเลือดทุก ถูอยู่แล้ว แต่เพื่อความปลอดภัยผู้ที่ เป็นโรคธาลัสซีเมียควรได้รับ

วัคซีนกันโรคตับอักเสบบีจากไวรัสบีไว้ก่อนเลย รายที่จะตัดม้าม ควรได้รับนิวโมคอคคัลวัคซีนเสียก่อนด้วย และได้รับซ้ำอีกตาม ที่แพทย์แนะนำ

## คำถาม

ผู้ป่วยที่ไปโรงเรียนกลับมาแล้วมีอาการเหนื่อยหอบซิคจะให้รับ ประทานยาหรืออาหารอะไรที่ให้หายเหนื่อย

## คำตอบ

อาการเหนื่อยหอบ เกิดจากภาวะซีดของผู้ป่วย ซึ่งผู้ป่วยแต่ ละรายจะมีซีดรุนแรงไม่เท่ากันตามแต่ชนิดของโรค ถ้าผู้ป่วยมี อาการเหนื่อยหอบ แสดงว่าน่าจะมีภาวะซีดรุนแรงพอสมควร ซึ่ง อาจต้องการการให้เลือด ควรปรึกษาแพทย์ผู้ดูแลรักษา นอกจากนี้

การรับประทานวิตามินโพลิค และการรับประทานอาหารครบ ถ้วนทั้ง 5 หมู่แล้ว ก็ไม่จำเป็นต้องรับประทานยาอื่นๆ หรือ อาหารอะไรเป็นพิเศษ

## คำถาม

ผมเป็นธาลัสซีเมียตัวซิคเหลือง แต่ไม่ถึงกับให้เลือด หมอให้ ยาเม็ดสีเหลืองๆ เล็กๆ ให้กินทุกวันตอนเช้า อยากทราบว่า เป็น ยาอะไร กินเพื่ออะไร กินติดต่อกันนานๆ จะมีอันตรายไหม เพราะ

ผมกินติดต่อกันมา 10 กว่าปีแล้วครับ ซึ่กินเองได้ไหม เช่น พวกยาบำรุง

## คำตอบ

เป็นยาโพลิค (Folic acid) รับประทานเพื่อให้ร่างกายนำไป ใช้สร้างเม็ดเลือดแดง รับประทานขนาดวันละ 1 – 2 เม็ด ไม่เป็น อันตราย ยาทุกชนิดไม่ควรซื้อรับประทานเอง ควรให้แพทย์

เป็นผู้สั่ง ยาบำรุงบางชนิดอาจมีธาตุเหล็กอยู่ด้วย หากมีข้อ สงสัยอะไรควรรวมแพทย์ผู้รักษาด้วย

## คำถาม

อาหารประเภทไตบ้าง ที่ผู้ป่วยโรคธาลัสซีเมียควรรับประทาน และอาหารประเภทใดที่ควรงดบ้าง

## คำตอบ

อาหารที่ผู้ป่วยควรรับประทานควรเป็นอาหารที่ใช้ในการเจริญ เติบโตเช่นเดียวกับอาหารของคนปกติ ซึ่งประกอบด้วยโปรตีน คาร์โบไฮเดรต ไขมัน โดยเฉพาะผักสดและผลไม้ที่สะอาด ซึ่งว่าง

กายจะนำไปใช้ในการสร้างเม็ดเลือดแดง อาหารที่ไม่ควร รับประทาน ได้แก่ อาหารที่มีธาตุเหล็กปริมาณสูง เช่น ตับ เลือดหมู เลือดไก่ เป็นต้น เนื่องจากผู้ป่วยมีภาวะเหล็กเกินอยู่แล้ว

## คำถาม

การกินยาเพนวีและโพลิคทุกวันติดต่อกันระยะเวลาเป็นปีๆ จะ เกิดผลแก่ร่างกายอย่างไรบ้าง (ผลดีและผลเสีย)

## คำตอบ

ในผู้ป่วยที่ตัดม้ามแล้ว แพทย์จะให้รับประทานยาเพนนิซิลินวี ผลดีคือ ป้องกันการติดเชื้อ ผลเสียไม่มี ยาโพลิค ร่างกายจะนำ

ไปสร้างเม็ดเลือด ไม่มีผลเสียเช่นเดียวกัน

( อ่านต่อฉบับหน้า )