

อาการคัน (Pruritus)

พญ.อรุณา ชัยวนนท์

ศ.พญ.กนกวลัย กุลทันทน์

ภาควิชาตจวิทยา คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

มหาวิทยาลัยมหิดล

อาการคัน (Pruritus) เป็นกลุ่มอาการทางผิวหนังที่พบได้บ่อย และมักนำไปสู่การแกะเกา **โดยผู้ป่วยที่มีอาการคันอาจมีผื่นผิวหนังร่วมด้วยหรือไม่ก็ได้** อาการคันอาจเป็นเพียงเฉพาะที่ หรือเป็นทั่วทั้งตัว และอาจส่งผลเสียต่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยได้ เช่น ทำให้เสียสมาธิ รบกวนการทำงาน การนอน หรือ ส่งผลเสียทางด้านจิตใจ ในผู้ป่วยที่มีการแกะเกามากอาจมีการติดเชื้อแบคทีเรียแทรกซ้อนบริเวณผิวหนังตามมาได้ด้วย

ชนิดของอาการคัน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ

1. อาการคันเฉียบพลัน มีอาการคันเป็นมาไม่เกิน 1 สัปดาห์

2. อาการคันเรื้อรัง มีอาการเป็นมานานเกิน 1 สัปดาห์ถึงหลายเดือน

สาเหตุของอาการคัน เกิดจากหลายสาเหตุ

โดยเฉพาะในกลุ่มที่มีอาการคันเรื้อรัง

1.โรคทางผิวหนัง เช่น ภาวะผิวแห้งจากอายุ

อากาศหรือจากโรคต่างๆ เช่น โรคผื่นภูมิแพ้ผิวหนัง โรคผิวหนังอักเสบ โรคลมพิษ โรคสะเก็ดเงิน ผื่นจากแมลงกัดต่อย ตุ่มยุ้งกัด การติดเชื้อรา ที่ผิวหนัง และ โรคหิด ตลอดจนอาการคันจากการแพ้สารที่สัมผัสผิวหนัง

2.โรคทางระบบอื่นๆของร่างกาย เช่น ภาวะไตวายเรื้อรัง

ภาวะดีซ่าน โรคตับอักเสบเรื้อรัง โรคเบาหวาน ภาวะไทรอยด์เป็นพิษ โรคมะเร็งเม็ดเลือด และหรือเกิดจากยาที่รับประทาน เป็นต้น



3.โรคทางระบบประสาท อาการคันอาจพบได้ ในโรคปลายประสาทอักเสบจากงูสวัด และเนื้องอกในสมองเป็นต้น อย่างไรก็ตามสาเหตุนี้พบไม่มากนัก

4.สาเหตุทางจิตใจ เช่น ผู้ป่วยที่เข้าใจว่ามีพยาธิไซตามผิวหนัง ผู้ป่วยโรคย้ำคิดย้ำทำ หรือ มีภาวะซึมเศร้า

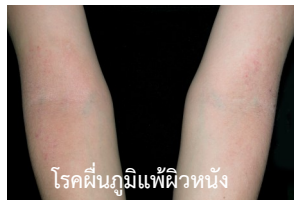
ทั้งนี้ผู้ป่วยบางรายอาจพบสาเหตุของอาการคันหลายชนิดร่วมกันได้ ผู้ป่วยที่มาด้วยอาการคันบางรายแม้ว่าแพทย์จะได้ทำการตรวจหาสาเหตุอย่างละเอียดแล้วอาจยังไม่พบสาเหตุที่ชัดเจนได้โดยเฉพาะอย่างยิ่งในผู้ป่วยที่มีเพียงอาการคันโดยปราศจากผื่นผิวหนัง



ผื่นคันจากภาวะผิวแห้ง

การปฏิบัติตัวในผู้ป่วยที่มีอาการคัน

- ตัดเล็บให้สั้น
- หลีกเลี่ยงการแกะเกาบริเวณผิวหนัง เนื่องจากจะทำให้เกิดผิวหนังอักเสบหรือการติดเชื้อแบคทีเรียและโรคอาจเป็นมากขึ้นได้
- ใช้สบู่อ่อนๆ ใช้โลชั่นทาผิว เพื่อให้ความชุ่มชื้นแก่ผิวหนัง
- หลีกเลี่ยงการใส่เสื้อผ้าขนสัตว์ ผ้าเนื้อหยาบหรือใยแก้ว ซึ่งอาจจะคายเคืองและกระตุ้นให้เกิดอาการคันเพิ่มมากขึ้นได้ ควรใส่เสื้อผ้าที่โปร่งสบายไม่รัด
- ทำจิตใจให้ผ่อนคลาย ไม่เครียด
- ใช้อาหารตามคำแนะนำของแพทย์ เพื่อควบคุม อาการคัน และรักษาโรคที่เป็นสาเหตุของอาการคัน



การพยากรณ์โรค

ภาวะคันสามารถดีขึ้น ควบคุมได้หรือหายเป็นปกติได้ ในกรณีที่สามารถหาสาเหตุของอาการคันได้ชัดเจน อาการคันจากบางสาเหตุอาจเป็นมากขึ้นเมื่อมีตัวกระตุ้น เช่น โรคผื่นภูมิแพ้ผิวหนัง รอยโรค มักกำเริบในช่วงหน้าหนาว

ผู้ป่วยที่มีอาการคันจากโรคทางระบบอื่นๆของร่างกาย เช่น ภาวะไตวายเรื้อรัง การพยากรณ์โรคขึ้นอยู่กับหลายๆปัจจัยร่วมกัน ทั้งปัจจัยของตัวโรคเอง และปัจจัยจากภายนอก ซึ่งอาการคันมักจะเป็นเรื้อรัง

หลักการรักษาอาการคัน

- 1. การรักษาแบบจำเพาะ** ผู้ป่วยบางรายอาจต้องมีการตรวจเพิ่มเติมทางห้องปฏิบัติการเพื่อหาสาเหตุของอาการคันให้พบและหลีกเลี่ยงหรือกำจัดสาเหตุดังกล่าว
 - ☞ การใช้ยาทาประเภทยาสเตียรอยด์ หรือยาทาลดการอักเสบชนิดอื่นๆในผู้ป่วยที่มีสาเหตุของอาการคันจากผื่นผิวหนังอักเสบ
 - ☞ การใช้ยารักษาการติดเชื้อราหรือเชื้อหิดในผู้ป่วยที่มีการติดเชื้อดังกล่าวที่ผิวหนัง
 - ☞ แพทย์อาจพิจารณาให้ยาที่จำเพาะต่ออาการคันจากโรคบางชนิด เช่น ภาวะดีซ่าน โรคไตวายเรื้อรัง หรือ จากสาเหตุทางระบบประสาท
 - ☞ ในผู้ป่วยบางรายที่มีภาวะเครียดหรือมีอาการคันจนนอนไม่หลับ แพทย์อาจพิจารณาให้ยาด้านภาวะซึมเศร้า

2. การรักษาประคับประคอง

 เพื่อระงับอาการคัน ได้แก่

- ☞ ยาด้านฮิสตามีนชนิดรับประทาน ซึ่งมีหลายชนิด การจะเลือกใช้อาหารฮิสตามีนตัวใดขึ้นอยู่กับดุลยพินิจของแพทย์ โดยแพทย์จะปรับยาตามความเหมาะสม ทั้งต่อตัวโรค และการตอบสนองของผู้ป่วยแต่ละราย
- ☞ การใช้ยาทาเพื่อเพิ่มความชุ่มชื้นของผิวหนัง ในผู้ป่วยที่เป็นโรคผื่นภูมิแพ้ผิวหนัง และผู้ป่วยที่มีผิวแห้ง
- ☞ การฉายแสงอาทิตย์เทียม (phototherapy) ซึ่งใช้ในบางภาวะ เช่น โรคผื่นภูมิแพ้ผิวหนังสะเก็ดเงิน และภาวะไตวายเรื้อรังที่ไม่ตอบสนองต่อการรักษาแบบปกติ
- ☞ พฤติกรรมบำบัด เพื่อลดอาการเครียด และควบคุมพฤติกรรมการเกา

