



ข่าวออนไลน์ประจำวันพฤหัสบดีที่ 31 สิงหาคม 2566

ที่มา : <https://www.thairath.co.th/scoop/theissue/2566701>



## กรมวิทย์แจงโควิด ไม่พบความรุนแรง

นพ.ศุภกิจ ศิริลักษณ์ อธิบดีกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ แถลงความคืบหน้าเกี่ยวกับสายพันธุ์โควิด-19 ในประเทศไทยและโอไมครอน HK.3 ว่า ประเทศไทยพบสายพันธุ์ XBB.1.15 ลดลงเรื่อยๆ ส่วนที่ยังทรงๆ คือ XBB.1.16 ยังเป็นสัดส่วนมากที่สุดของไทย ขณะที่ BA.2.75 ก็ยังขึ้นๆลงๆ

แต่ที่เพิ่มขึ้นค่อนข้างชัด คือ EG.5 พบรวม 23 คน แม้จะแพร่เร็วขึ้นสัดส่วนเพิ่มขึ้น แต่ยังไม่เห็นความรุนแรง ส่วนข่าวที่ว่าพบ HK.3 นั้น เป็นสายพันธุ์ที่มาจากสายพันธุ์ XBB.1.19.2.5 ซึ่งถูกรวบมาเป็นชื่อ EG.5 และเมื่อ EG.5 ออกลูกหลานจำนวนมาก ก็ถูกรวบมาเป็นชื่อ HK.3 ดังนั้นจึงไม่ใช่สายพันธุ์ที่โผล่ขึ้นมาใหม่ ไทยพบ 2 คน เป็นครอบครัวเดียวกัน คือ ชายอายุ 65 ปี และหญิงอายุ 11 ปี อาการไม่หนัก หายดีแล้ว



ข่าวออนไลน์ประจำวันพฤหัสบดีที่ 31 สิงหาคม 2566

ที่มา : <https://www.thairath.co.th/scoop/theissue/2566701>

ทั้งนี้ HK.3 ต้องติดตามข้อมูลต่อไป ส่วนสายพันธุ์ BA.2.86 ที่มีนักวิทยาศาสตร์ ทีม Dr.Leshan เผยแพร่ถึงการสูมน้ำจากแหล่งต่างๆในพื้นที่กรุงเทพฯ ช่วงปลายเดือน ก.ค.2566 นำมาถอดรหัสพันธุกรรมหาเชื้อระบุว่ามิใช่สายพันธุ์ BA.2.86 ซึ่งพบในน้ำ ไม่ได้พบในผู้ป่วย ซึ่งสรุปแบบนี้ไม่ได้ ต้องตรวจในผู้ป่วย ดังนั้นยังไม่พบผู้ป่วยสายพันธุ์ BA.2.86 แม้แต่รายเดียว แต่เราก็ต้องเฝ้าระวัง ส่วนข้อมูลความรุนแรงสายพันธุ์นี้ ก็ไม่ชัดเจนเช่นกัน.



ข่าวออนไลน์ประจำวันพฤหัสบดีที่ 31 สิงหาคม 2566

ที่มา : <https://www.naewna.com/index.php>



### ท้องผูกต้องรู้! 'หมอธีระวัฒน์' เปิดข้อมูลใช้บ่อย'ยาถ่าย ยาระบาย'เสี่ยงสมองเสื่อม

วันพฤหัสบดี ที่ 31 สิงหาคม พ.ศ. 2566, 08.50 น.

'หมอธีระวัฒน์' เปิดรายงานสุขภาพ เผย'ยาถ่าย ยาระบาย'ใช้บ่อยเสี่ยงสมองเสื่อม ง่ายที่สุดกิน'ผัก ผลไม้'ให้มากท้องไม่ผูก

31 สิงหาคม 2566 ศ.นพ.ธีระวัฒน์ เหมะจุธา หัวหน้าศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพโรคอุบัติใหม่ คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ โพสต์ข้อความผ่านเฟซบุ๊ก "ธีระวัฒน์ เหมะจุธา Thiravat Hemachudha" ดังนี้...

ใช้บ่อย ยาถ่าย ยาระบาย เสี่ยง สมองเสื่อม

การใช้ยาระบายชนิดเดี่ยวหรือหลายชนิดร่วมกันเพิ่มความเสี่ยงสมองเสื่อม

รายงานนี้ตีพิมพ์ในวารสารประสาทวิทยา (Neurology) ซึ่งเป็นวารสารทางการแพทย์ของสมาคมประสาทวิทยาของสหรัฐอเมริกา ในวันที่ 22 กุมภาพันธ์ 2023 ทั้งนี้ เป็นการนำข้อมูล มาวิเคราะห์ ที่ได้จาก ประชากร มากกว่า 500,000 คน ที่อยู่ในวัยกลางคนจนกระทั่งถึงสูงวัยที่รวบรวมในคลังชีวข้อมูล (Biobank) ของ UK ประเทศอังกฤษ จากคณะทำงานในประเทศจีน

ผู้ที่ใช้ยาระบายประเภทที่เรียกว่า osmotic laxatives เป็นประจำ มีความเสี่ยงสมองเสื่อมเพิ่มขึ้น เมื่อ เทียบกับคนที่ไม่ใช้ถึง 64%

และคนที่ ใช้ยาระบายหนึ่งประเภทหรือมากกว่า ที่เป็นทั้ง แบบ bulk-forming แบบ stool softening และ stimulant laxatives มีความเสี่ยงสูงขึ้นไปถึง 90%

ยาระบายมีหลายประเภทด้วยกันได้แก่

ยาระบายชนิดที่ดึงน้ำเข้ามาในลำไส้และทำให้อุจจาระเหลวนุ่มขึ้น และถ่ายง่ายขึ้น (oxidative laxatives) อาทิ lactulose polyethylene glycol sorbitol magnesium citrate sodium acid phosphate

ยาระบายชนิดที่ ออกฤทธิ์โดยการเพิ่มปริมาณขนาดอุจจาระ

(Bulk forming laxatives) เช่นยา mucillin metamucil

ยาระบายชนิดที่ทำให้อุจจาระอ่อนนุ่มขึ้น (stool softening หรือ emollient) ช่วยให้น้ำและของเหลวผสมเข้ากับอุจจาระไม่ให้แข็ง เช่น ยา colace docusate sodium arachis oil



ข่าวออนไลน์ประจำวันพฤหัสบดีที่ 31 สิงหาคม 2566

ที่มา : <https://www.naewna.com/index.php>

ยาระบายชนิดที่ออกฤทธิ์กระตุ้นลำไส้ (stimulant laxatives) เช่น bisacodyl ยา dulcolax senna ยา senokot sodium picosulfate กระตุ้นเส้นประสาทที่ควบคุมกล้ามเนื้อเพิ่มการบีบตัวของลำไส้

ลักษณะการที่มีท้องผูก ในระดับต่างๆ เป็นปรากฏการณ์ ที่พบได้บ่อยและสูงขึ้นเรื่อยๆ เมื่อมีอายุมากขึ้น และเป็นไปได้ที่การใช้ยาระบายประเภทต่างๆ จะทำให้มีการปรับเปลี่ยนจุลินทรีย์หรือแบคทีเรียในลำไส้ โดยผ่านกลไกที่ส่งผ่านจากเส้นประสาทของลำไส้ขึ้นไปที่สมอง และ จากการศึกษาที่เสริมให้มีการสร้างสารพิษ (toxins) ที่ก่อให้เกิดการอักเสบ ผงน้ำตาลไอ้รั่วและลูกกลามไปทั่วร่างกายและกระทบการทำงานของสมอง

ประชากรที่อยู่ในกลุ่มศึกษาที่รายงานนี้ มีจำนวน 502,229 คนโดยที่ 54% เป็นสตรีและทั้งหมดมีอายุเฉลี่ยอยู่ที่ 57 ปี ตอนที่เริ่มการศึกษา โดยทั้งหมดไม่มีอาการของสมองเสื่อมเลยตั้งแต่ต้น

คนที่อยู่ในการศึกษา มี 18,335 คน คิดเป็นจำนวน 3.6% ที่มีการใช้ยาระบายที่หาซื้อได้ทั่วไป (OTC over the counter) โดยมีการใช้สม่ำเสมอหลายวันในสัปดาห์ ในช่วงหนึ่งเดือนก่อนหน้าที่จะเริ่มการศึกษา

ระยะการติดตามทั้งหมดโดยเฉลี่ยแล้ว คือ 9.8 ปีโดยที่พบว่ามี 218 ราย หรือ 1.3% ที่ใช้ยาระบายอย่างสม่ำเสมอเป็นสมองเสื่อมในขณะที่คูเทียบ จำนวน 1,969 รายหรือ 0.4% ที่ไม่ได้ใช้ยาระบายเลย เป็นสมองเสื่อม

เมื่อทำการปรับค่าหรือปัจจัยต่างๆ ที่รวมทั้งอายุ เพศระดับการศึกษา ภาวะการเจ็บป่วย และยาอื่นๆ ที่ใช้รวมกระทั่งถึง ประวัติครอบครัวที่มีสมองเสื่อมหรือไม่

พบว่า การใช้ยาระบายอย่างสม่ำเสมอ เพิ่มความเสี่ยงของสมองเสื่อมทุกชนิด (all cause dementia) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (adjusted hazard ratio [aHR], 1.51; 95% CI 1.30 – 1.75) และความเสี่ยงของสมองเสื่อมที่เกิดจากเส้นเลือดฝอยตันทั่วไปหรือ vascular dementia (aHR, 1.65; 95% CI, 1.21 – 2.27) โดยที่ไม่พบว่าเพิ่มความเสี่ยงของการเกิดสมองเสื่อมแบบ อัลไซเมอร์

(aHR, 1.05; 95% CI, 0.79 – 1.40)

ความเสี่ยงของสมองเสื่อมยังขึ้นอยู่กับประเภทหรือชนิดของยาระบาย

สำหรับ ผู้ที่ใช้ชนิด oxidative laxatives อย่างเดียว ก็มีความเสี่ยงของสมองเสื่อมทุกชนิด โดยมีนัยสำคัญทางสถิติ (aHR, 1.64; 95% CI, 1.20 – 2.24) และ ความเสี่ยงของสมองเสื่อมที่เกิดจากเส้นเลือดตัน (aHR, 1.97; 95% CI 1.04 – 3.75)

อย่างไรก็ตาม ไม่สามารถที่จะวิเคราะห์ขนาดของยาระบายที่ใช้ในประชากรที่อยู่ในศึกษานี้ ว่า จะมีผลทำให้เกิดสมองเสื่อมอย่างไรหรือไม่

ข้อมูลดังกล่าว เป็นข้อมูลที่ น่าตกใจ และสนับสนุนการเชื่อมโยงสัมพันธ์กัน ระหว่างสุขภาพของลำไส้ที่เกี่ยวข้องกับจุลินทรีย์ และแบคทีเรียตัวดีและตัวร้าย ที่กำหนด ระบบภูมิคุ้มกันต่อเนื่องไปยังเส้นประสาทและไปกระทบสมอง

แต่ในขณะเดียวกัน ยังไม่สามารถที่จะสรุปหรือพิสูจน์ได้ อย่างเป็นทางการว่าเป็นผล ของการใช้ยาระบายกับการเกิดสมองเสื่อมชนิดต่างๆ ที่กล่าวมา แต่ควรต้องมีการศึกษาในขั้นลึกต่อไป ไม่ว่าจะเป็นในระดับของสัตว์ทดลองและในมนุษย์

เป็นที่น่าสังเกตว่าการใช้ยาระบายชนิดและประเภทต่างๆนี้ กลับไม่พบว่ามีความเสี่ยงเพิ่มของสมองเสื่อม อัลไซเมอร์ โดยที่อาจจะเป็นข้อจำกัดของข้อมูล หรือข้อจำกัดของการระบุชนิดของสมองเสื่อมหรืออาจจะเป็นความจริงที่ไม่เกี่ยวข้องกัน

กล่าวโดยสรุปแล้ว เรื่องท้องผูกหรือ “ธาตุแข็ง” ที่คนโบราณพูด โดยย้ำกับลูกหลานว่า ถ้าไม่ถ่ายจะมีพิษสะสมเข้ามาในตัวน่าจะเป็นเรื่องจริง

และวิธีที่ง่ายที่สุดคือ การกินผัก ผลไม้ กากใย ให้มาก เป็นประจำสม่ำเสมอวันละหลายมื้อก็ได้ ซึ่งผักผลไม้กากใยปฏิบัติตัวเป็นยาระบายที่วิเศษ แต่มีข้อแม้ว่าต้องดื่มน้ำเยอะด้วยจึงจะได้ผล และแน่นอนว่าต้องปลอดภัยและมีให้ได้มากที่สุด



ข่าวออนไลน์ประจำวันพฤหัสบดีที่ 31 สิงหาคม 2566

ที่มา : <https://www.hfocus.org/content/>



### สถาบันโรคผิวหนัง แนะนำสังเกตอาการ ผื่นผิวหนังจากการแพ้ निकเกิล

กรมการแพทย์ โดยสถาบันโรคผิวหนัง ให้ข้อมูลว่า ผื่นแพ้สัมผัสจากการแพ้โลหะ निकเกิล มีลักษณะเป็นผื่นนูน แดง คัน อาจมีน้ำเหลืองร่วมด้วย ตำแหน่งที่พบบ่อย ได้แก่ ใบหู หน้าท้อง มือ ซึ่งจะตรงกับบริเวณที่สัมผัสกับโลหะ เช่น ต่างหู หัวเข็มขัด เหรียญ

นพ.ไพโรจน์ สุริยกุล รองอธิบดีกรมการแพทย์ กล่าวว่า ปัจจัยเสี่ยงของการเกิดผื่นแพ้สัมผัสจาก निकเกิล (Nickel) คือ การเจาะหู บางครั้งอาจเกิดการกระจายของอิมูโนโกลบูลินไปยังตำแหน่งอื่นที่ไม่ได้สัมผัสโลหะโดยตรงได้ ผู้ป่วยบางราย โลหะชนิดอื่นร่วมด้วย ได้แก่ โคบอลต์ โครเมียม เนื่องจาก วัตถุที่มีโลหะหลายชนิดอยู่ด้วยกัน การวินิจฉัย ทำได้โดยการทดสอบโดยใช้แผ่นแปะผิวหนัง หรือ patch test หากต้องการทราบว่าโลหะ มี निकเกิลปนหรือไม่ สามารถทำได้โดยใช้น้ำยา Dimethylglyoxime (DMG) บาท บนเป็นชมพู แสดงว่าการทดสอบให้ผลบวก

พญ.ไพสิณ พวงเพชร สถาบันโรคผิวหนัง กล่าวเพิ่มเติมว่า การปฏิบัติตัว แนะนำหลีกเลี่ยงการสัมผัสโลหะที่มี निकเกิล โดยตรง ผู้ป่วยที่ทดสอบ patch test แล้วพบว่าแพ้โลหะ निकเกิล หากผื่นมีลักษณะเป็นตุ่มใสที่มือทั้งสองข้าง ควรสังเกตว่าการรับประทานอาหารค้างไป ในปริมาณมาก ทำให้ผื่นเห่อหรือไม่ ได้แก่

- โสลวีท
- ข้าวโอ๊ต
- ถั่วลิสง
- ถั่วเหลือง
- โกโก้
- กุ้ง
- หอย
- งา
- เมล็ดทานตะวัน



ข่าวออนไลน์ประจำวันพฤหัสบดีที่ 31 สิงหาคม 2566

ที่มา : <https://www.hfocus.org/content/>

หากอาหารชนิดใดทำให้ผื่นเห่อ ควรเลี่ยงอาหารชนิดนั้น และไม่ควรรับประทานวิตามินที่มีนิกเกิลเป็นส่วนประกอบ แม้ว่าผื่นคันจากนิกเกิลจะไม่ใช่อาการที่ร้ายแรงก็ตาม แต่ถือว่าเป็นภัยสุขภาพอย่างหนึ่งที่ต้องหลีกเลี่ยง เนื่องจากการคันจากผื่นแพ้นั้นสร้างความรำคาญใจแก่ผู้ป่วย ดังนั้นถ้าไม่แน่ใจ หากมีอาการผื่นผิวหนังจากการแพ้ นิกเกิลขึ้นหรือมีอาการคันร่วมด้วย แนะนำว่าควรรีบปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญทันที