

คู่มือ

การจัดการสิ่งปฏิกูลอย่างถูกหลักสุขาภิบาล
เพื่อป้องกันปัญหาโรคพยาธิใบไม้ตับและมะเร็งท่อน้ำดี



กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH



มารู้จักกับ...

โรคพยาธิใบไม้ตับ และมะเร็งท่อน้ำดี กันเถอะ

โรคพยาธิใบไม้ตับ เป็นโรคในกลุ่มโรคระบบทางเดินอาหารมีสาเหตุมาจากพยาธิใบไม้ตับชนิด *Opisthorchis viverrini* ที่มีรูปร่างแบนคล้ายใบไม้ มีส่วนหัวและส่วนท้ายของลำตัวเรียวมน ขนาดของพยาธิใบไม้ตับมีลำตัวยาว 5-10 มิลลิเมตร กว้าง 0.7-1.5 มิลลิเมตร แดงเรื่อคล้ายสีแดงจางๆ ในลำตัวจะมีระบบสืบพันธุ์ของทั้งเพศผู้และเพศเมีย จะเข้าไปอาศัยอยู่ในท่อน้ำดี ทำให้เกิดการติดเชื้อของพยาธิใบไม้ตับในท่อน้ำดีและเกิดการอักเสบเรื้อรัง และกลายเป็นมะเร็งท่อน้ำดีในที่สุด

พบมากในภาคตะวันออกเฉียงเหนือและภาคเหนือของไทย ในระดับหมู่บ้านหรือชุมชนชนบท มีอัตราความชุกสูงมากกว่าร้อยละ 90 ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และสูงถึงร้อยละ 50 ในภาคเหนือ

ปัจจุบันประมาณการว่าคนไทยติดโรคพยาธิใบไม้ตับสูงถึง 6 ล้านคนและคนกลุ่มนี้มีโอกาสเสี่ยงที่จะพัฒนาเป็นโรคมะเร็งท่อน้ำดี ในระยะเวลา 20-30 ปีข้างหน้า คนไทยเสียชีวิตจากโรคมะเร็งท่อน้ำดี และตับสูงเป็นอันดับ 1 เฉลี่ยปีละ 14,000 ราย หรือคิดเป็น 38 ราย ในแต่ละวัน

สาเหตุ



พฤติกรรมกำบังถ่ายในส้วมที่ไม่ถูกสุขลักษณะ หรือถ่ายตามทุ่งหรือถ่ายลงแหล่งน้ำ



พฤติกรรมกำบังรับประทานปลาน้ำจืดเกล็ดขาวแบบ สุกๆ ดิบๆ หรือไม่ได้ปรุงให้สุกด้วยความร้อน เช่น ก้อยปลา ส้มปลา ลาบปลา เป็นต้น

4 กลุ่มเสี่ยงต่อการเป็นโรคพยาธิใบไม้ตับและมะเร็งท่อน้ำดี



ผู้ที่กินปลาน้ำจืดเกล็ดขาวในวงศ์ปลาตะเพียนแบบดิบหรือสุกๆ ดิบๆ



ผู้ที่อาศัยอยู่ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือและภาคเหนือของประเทศไทยและมีพฤติกรรมกินปลาสุกๆ ดิบๆ



ผู้ที่อาศัยอยู่ใกล้บริเวณแหล่งน้ำธรรมชาติและถ่ายอุจจาระลงแหล่งน้ำ

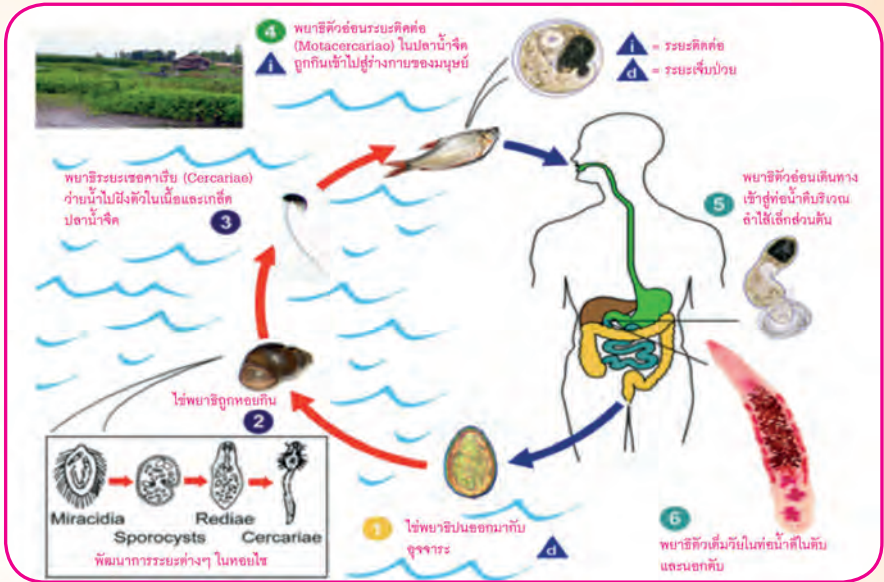


ผู้กินยาถ่ายพยาธิใบไม้ตับประเภทยาพราซิควอนเทล (Praziquantel) บ่อยๆ

เหล่านี้เป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการรับเชื้อพยาธิใบไม้ตับและพัฒนาไปเป็นมะเร็งท่อน้ำดี

วงจรชีวิตการติดโรค

วงจรชีวิตของพยาธิใบไม้ตับ



ที่มา : รศ.ดร.บรรจบ ศรีภา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

คนที่เป็โรคพยาธิใบไม้ตับ เกิดจากการกินอาหารประเภท ปลาน้ำจืดเกล็ดขาวในวงศ์ปลาตะเพียน เช่น ปลาตะเพียนขาว ปลาสวาย ปลาช่อน ปลากะสูบ เป็นต้น ที่มีตัวอ่อนระยะติดต่อของพยาธิใบไม้ตับแบบปรงสุกๆ ดิบๆ เช่น ก้อยปลา ปลาจ่อม ปลาต้ม ปลาร้าดิบ เป็นต้น เมื่อตัวอ่อนระยะติดต่อของพยาธิใบไม้ตับเข้าสู่ร่างกายจะผ่านกระเพาะอาหารเข้าสู่ลำไส้เล็ก จากลำไส้เล็กจะเข้าสู่ท่อน้ำดี และจะอยู่อาศัยเจริญเติบโตเป็นพยาธิใบไม้ตับตัวเต็มวัย เมื่อผสมพันธุ์แล้วสร้างไข่จำนวนมากออกมา ซึ่งจะปะปน

มากับน้ำดีและลงสู่ลำไส้เล็ก ลำไส้ใหญ่ และออกมากับอุจจาระ หากถ่ายอุจจาระไม่ถูกสุขลักษณะ เช่น ถ่ายอุจจาระลงสู่แหล่งน้ำ ไข่พยาธิใบไม้ตับในอุจจาระจึงปนเปื้อนลงสู่แหล่งน้ำ หอยน้ำจืดขนาดเล็กบางชนิด กินไข่พยาธิใบไม้ตับเข้าไป ใช้เวลาเจริญเติบโตในหอย 6-8 สัปดาห์ จึงออกจากหอยและว่ายน้ำไปไข่เข้าใต้เกล็ดของปลาน้ำจืดเกล็ดขาว แล้วเจริญเติบโตเป็นตัวอ่อนระยะติดต่อในเนื้อปลาและที่เกล็ดได้ครีบบปลา ใช้เวลาประมาณ 4 สัปดาห์ รวมช่วงระยะเวลาจากคนเป็นโรคพยาธิใบไม้ตับ ผ่านหอยและเข้าปลา แล้วแพร่โรคโดยติดต่อเข้าสู่คนอีกครั้ง ใช้เวลาประมาณ 3 เดือน

การแพร่กระจายของโรคพยาธิใบไม้ตับ

การแพร่กระจายของโรคพยาธิใบไม้ตับ มีสาเหตุที่ทำให้การแพร่ระบาดของโรคพยาธิใบไม้ตับ และยังคงมีการติดเชื้อโรคพยาธิใบไม้ตับสูงในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคเหนือและภาคกลางบางจังหวัดที่มีพื้นที่อยู่ติดกับภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เนื่องมาจาก 3 สาเหตุ ดังนี้

1. ค่านิยมในการกินอาหาร

ด้วยวิถีชีวิต ประเพณี และความเชื่อเกี่ยวกับการกินอาหารแบบ สุกๆ ดิบๆ โดยเฉพาะภาคตะวันออกเฉียงเหนือและภาคเหนือของประเทศไทย เช่น ก้อยปลา ปลาจ่อม ปลาต้ม ปลาร้าดิบ

2. การจับถ่ายอุจจาระที่ไม่ถูกสุขลักษณะ

การจับถ่ายอุจจาระลงบนพื้นดินไม่เป็นที่เป็นทาง หรืออุจจาระลงแหล่งน้ำหรือบริเวณใกล้เคียงยังมีอยู่ทั่วไป เนื่องจากคนออกไปทำไร่ ทำนามักจะถ่ายอุจจาระบนพื้นดิน หรือพุ่มไม้ หรือลงแหล่งน้ำ เพราะไม่มีส้วมและอยู่ไกลจากที่พักอาศัย เมื่อฝนตกลงมาจะชะล้างอุจจาระที่มีพยาธิใบไม้ตับปนเปื้อนลงสู่แหล่งน้ำ ทำให้พยาธิมีโอกาสเจริญเติบโตในตัวหอยและฝังตัวในระยะติดต่อในปลา ซึ่งเป็นตัวกลางที่ส่งผ่านโรคพยาธิใบไม้ตับไปสู่คนได้

3. ภูมิอากาศของประเทศไทย

ภูมิอากาศของประเทศไทยเหมาะสมต่อการเจริญพันธุ์ของหอยและปลาที่เป็นพาหะตัวกลาง ทำให้วงจรชีวิตของพยาธิใบไม้ตับสมบูรณ์

4. การจัดการกับซากปลาน้ำจืดเกล็ดขาวที่นำมาปรุงอาหารอย่างไม่ถูกต้อง

เช่น ให้สุนัขหรือแมวกินซากปลาดิบ จะทำให้สุนัขหรือแมวติดเชื้อพยาธิ และเกิดการแพร่กระจายพยาธิผ่านทางมูลสัตว์นั้นลงสู่แหล่งน้ำ

อาการของโรค

เมื่อพยาธิใบไม้ตับเข้าสู่ร่างกายของคนแล้ว อาการที่แสดงจะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับจำนวนตัวของพยาธิที่อยู่ในร่างกาย ในระยะแรกๆ จะไม่แสดงอาการ และไม่ทราบว่าเป็นโรคพยาธิใบไม้ตับ จะทราบก็เมื่อมีการตรวจอุจจาระแล้วพบไข่พยาธิในอุจจาระ อาการที่แสดงออกมา มีหลายลักษณะตั้งแต่น้อยไปถึงรุนแรงมาก ดังนี้

ระยะแรก มีอาการท้องอืด ท้องเฟ้อ ปวดท้อง จุกเสียด แน่นท้อง และกดเจ็บบริเวณตับ (บริเวณใต้ชายโครงขวา) ต่อไปเริ่มมีการอักเสบของท่อน้ำดีร่วมด้วย เบื่ออาหาร ผอมลง อ่อนเพลีย มีไข้ต่ำๆ มีอาการรู้สึกร้อนท้อง



ระยะมีอาการ เริ่มมีอาการตัวเหลือง ตาเหลือง โดยเกิดภาวะดีซ่านหรืออาจพบภาวะตับแข็ง ตับอักเสบ ตับโตมากคลำได้เป็นก้อนแข็ง ผิวขรุขระ ตับนุ่มอ่อน มีน้ำในช่องท้องและมีอาการบวมหน้า



ระยะอันตราย จะมีอาการของทางเดินท่อน้ำดีอุดตันถาวร ปัสสาวะสีเข้ม อุจจาระสีซีด มีก้อนในท้องซึ่ง คือ ตับ และถุงน้ำดีที่โตมาก ท้องมาน และบวมตามขา ซึ่งจากการที่ตับถูกทำลาย ทางเดินท่อน้ำดีอุดตัน ถุงน้ำดีโป่งพอง ทำให้มีโอกาสเกิดเป็นมะเร็งท่อน้ำดี



การรักษาโรคพยาธิใบไม้ตับและมะเร็งท่อน้ำดี

การรักษาโรคพยาธิใบไม้ตับ ด้วยการกินยาฆ่าพยาธิใบไม้ตับ คือ ยาพราซิควอนเทล (Praziquantel) ซึ่งเป็นยาที่มีประสิทธิภาพสูงมาก ในการรักษาโรคพยาธิใบไม้ตับ โดยเฉพาะในระยะยังไม่มีอาการ หรือ มีอาการเพียงเล็กน้อย โดยให้กินตามน้ำหนักตัว ขนาดยา 40 มิลลิกรัม ต่อน้ำหนักตัว 1 กิโลกรัม หลังอาหารหรือก่อนนอน นอกจากนั้น คือ การรักษาประคับประคองตามอาการ เช่น กินยาแก้ปวด การเจาะน้ำ ออกจากท้องเป็นครั้งคราว เมื่อมีอาการแน่นอึดอัดท้องมากจากมีน้ำในท้อง เป็นต้น

การรักษามะเร็งท่อน้ำดี ด้วยการตัดต่อท่อน้ำดีลงสู่ลำไส้เล็ก เพื่อบรรเทาอาการไข้ หรืออาการตัวเหลืองจากท่อน้ำดีอุดตัน ต่อสายระบาย น้ำดีออกสู่ภายนอก บรรเทาอาการเหลือง และช่วยให้ตับทำหน้าที่ได้ดีขึ้น ก่อนการผ่าตัด ใช้น้ำเค็มบำบัด สำหรับผู้ป่วยมะเร็งท่อน้ำดีชนิดลุกลาม เพื่อป้องกันไม่ให้มะเร็งแพร่กระจายไปยังอวัยวะอื่นๆ และการผ่าตัดเพื่อ เอาก้อนมะเร็งออก

การป้องกันโรคพยาธิใบไม้ตับ



1. ขับถ่ายอุจจาระลงในส้วมที่ถูกต้องสุกๆ ดิบๆ และหลีกเลี่ยงการถ่ายอุจจาระกลางทุ่งหรือในแหล่งน้ำ เพื่อป้องกันไข่พยาธิใบไม้ตับปนเปื้อนสู่แหล่งน้ำ ทำให้ไม่สามารถแพร่กระจายโรคผ่านตัวกลางไปสู่คนได้



2. เลิกกินเนื้อปลาแบบดิบหรือสุกๆ ดิบๆ ต้องปรุงให้สุกอย่างทั่วถึงด้วยความร้อน เพื่อป้องกันการติดโรคพยาธิใบไม้ตับจากตัวอ่อนระยะติดตัวของพยาธิใบไม้ตับในเนื้อปลา



3. กินร้อน ใช้ช้อนกลาง ล้างมือให้สะอาด ก่อนกินอาหารและหลังขับถ่ายอุจจาระ



4. ควรตรวจอุจจาระเป็นระยะๆ อย่างต่อเนื่อง เพื่อตรวจหาไข่พยาธิใบไม้ตับในอุจจาระ และป้องกันการเกิดโรคพยาธิใบไม้ตับในระยะที่ไม่แสดงอาการ