

บทความเรื่อง สิว (Acne vulgaris)

เรียบเรียงและจัดพิมพ์โดย นายแพทย์ กฤตยะ จันทรสุนย์
MD, Dip Dermatology, Cardiff University

สิว เป็นโรคที่พบบ่อยถึง 60-70% ของกลุ่มโรคผิวหนังทั้งหมด และ 20% ในกลุ่มนี้ จะมีอาการขั้นรุนแรง

อาการและอาการแสดงของสิว อาจเป็นลักษณะที่ไม่มีอาการอักเสบ เช่น สิวอุดตัน ซึ่งแบ่งออกเป็นสิวอุดตันหัวปิด และสิวอุดตันหัวเปิด

สิวอีกชนิด คือ สิวอักเสบ ซึ่งอาจมีลักษณะบวมแดง มีหนองร่วมด้วย หรือเป็นตุ่มแดง

ตำแหน่งที่เป็นสิวได้แก่ ตำแหน่งที่มีต่อมไขมัน เช่น บริเวณใบหน้า บริเวณส่วนบนของหน้าอก และบริเวณหลัง

สาเหตุของสิว สิวนั้น เกิดจากหลายสาเหตุ ได้แก่ การแบ่งตัวมากเกินไปของเซลล์ต่อมไขมัน การสร้างไขมันมากเกินไป สิวฮอร์โมนเพศชาย DHEA-S มากกว่าปกติ (ซึ่งฮอร์โมนเพศชายนี้สามารถพบได้ทั้งในเพศชายและเพศหญิง) การติดเชื้อแบคทีเรีย *P. acnes* หรือจากเครื่องสำอางที่ใช้ไม่เหมาะกับสภาพผิว การทำความสะอาดเครื่องสำอางไม่เพียงพอ

ผลกระทบจากการเป็นสิว สิวส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจ และนำไปสู่ผลเป็นจากการแคะ แกะและบีบสิว บางคนเป็นสิวมืดแต่ผิวแต่ความเครียดมากถึงเกือบร้อยละ 50 บางคนเป็นสิวง่ายทั่วหน้าแต่ปราศจากความเครียดแม้แต่น้อย จึงเป็นจุดที่ต้องคำนึงถึงสภาพจิตใจของผู้ป่วยโรคสิว

ดังนั้น แพทย์เฉพาะทางด้านผิวหนัง จะต้องวิเคราะห์ผิวของผู้ป่วย โดยไม่นำเอาความเครียดของผู้ป่วยมาร่วมประเมินความรุนแรงของโรคสิว เพียงแต่ให้การรักษาดังกล่าวที่คนไข้เป็น และ ให้คำแนะนำเกี่ยวกับความรุนแรงของตัวโรคที่คนไข้เป็น ต้องดูตามจำนวน ชนิดของสิว และ ปริมาณของสิว หากเป็นเม็ดเดียว แต่เครียดเกินร้อย ก็ยังจัดว่าเป็นระดับ **เบา (mild acne)** ส่วนความเครียดก็ต้องให้คนไข้เข้าใจว่ามีทางรักษา ต้องใช้เวลา และหาวิธีผ่อนคลายความเครียด หากิจกรรมอื่นทำ นอกจากการนั่งส่องกระจกทั้งวัน เพราะหากคนไข้ยังคงมีความเครียด อาจทำให้เกิดความเข้าใจผิดๆ และทำให้สิวกำเริบ รุนแรงได้ จากการดูแลผิวที่ผิดวิธี หรือจากการบีบเค้น ก็ทำให้เกิดรอยดำ

การรักษาสิว รักษาตามสาเหตุ และระดับความรุนแรง จะเป็นการรักษาที่เหมาะสมที่สุด ซึ่งขึ้นกับการวินิจฉัย

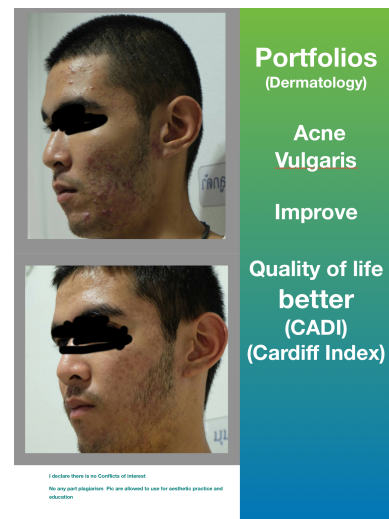
การทายาในกลุ่ม Benzoyl peroxide ช่วยลดภาวะเชื้อแบคทีเรียดีอียา และต้านเชื้อแบคทีเรียได้

การทายาในกลุ่ม Retinoids ช่วยละลายต่อมไขมัน (comedolytic) และลดการอักเสบ (anti-inflammation)

การทายาในกลุ่ม Antibiotic จะช่วยลดการติดเชื้อแบคทีเรีย

การรับประทานยา ในกลุ่ม ฮอว์โมน และ ในกลุ่มวิตามิน เอ แซมซัน ควรอยู่ภายใต้การควบคุมดูแลของแพทย์ไม่ควรหาซื้อทานเอง เนื่องจาก ยาเหล่านี้มีฤทธิ์รุนแรง ต้องติดตามอาการโดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ และยาเหล่านี้มีผลต่อสุขภาพ หากใช้โดยเกินความจำเป็น รวมถึงการตรวจการตั้งครรภ์และการตรวจการทำงานของตับก่อนรับประทานบางชนิด ตรวจ ANA ก่อนการรับ minocyclin ก็มีความจำเป็นเช่นกัน

ในผู้ป่วยบางราย จำเป็นต้องตรวจพิเศษ ในกรณีที่ต้องรับประทานตัว ซึ่งอาจจำเป็นต้องกินยาเป็นระยะเวลาาน **อ้างอิง**



<http://emedicine.medscape.com/article/1069804-overview> open on March 1, 55

Motley RJ, Finlay AY, Practical use of a disability index in the routine management of acne. *Clinical and Experimental Dermatology* 1992; 17: 1-3

@ A Y Finlay, G K Khan April 1992 www.dermatology.org.uk

Oakley A. *Australian Journal of Dermatology* 2007; volume 37 issue 1: 37-39

คำแนะนำที่ดีต่อคนไข้

Patient Education:

การให้สุขศึกษาแก่คนไข้

-Skin care, avoid picking lesions,

แนะนำการดูแลผิว อย่าแกะสิวเอง

-Chronicity, emphasise compliance, discuss side effects

อธิบายว่าเป็นโรคเรื้อรัง เน้นเรื่องการทายาต่อเนื่อง

แนะนำเรื่องผลข้างเคียงจากยากินยาทา

อาจมีระคายเคือง ต้องเลี่ยงแสงแดด

-Unlikely to respond to therapy before 3-4 weeks

อธิบายว่าการรักษาจะไม่ดีขึ้นทันทีเริ่มดีขึ้นเมื่อสัปดาห์ที่สาม ถึง สี่

-Recurrences are common, in most resolution occurs in time

มีโอกาสกลับมาเป็นใหม่ เพราะฉะนั้น พยายามเลี่ยง

ปัจจัยเสี่ยงของการเกิดสิว

หากมีข้อสงสัย ควรพบแพทย์ทันที

อ้างอิงจากฐานข้อมูล Department of dermatology, Cardiff University

โพสต์เมื่อ 16th June 2014 โดย