

อาการท้องผูก

ในผู้ป่วยรักษาแบบประคับประคอง

คำจำกัดความ



มีการเบ่งในระหว่างที่มีการขับถ่าย



อุจจาระเป็นลิ่มหรือแข็ง



มีความรู้สึกถ่ายไม่สุด



รู้สึคว่ามีอะไรมาขวางบริเวณลำไส้ตรงและทวารหนัก



มีการใช้ตัวช่วยในการขับถ่าย



ถ่ายอุจจาระน้อยกว่า 3 ครั้งต่อสัปดาห์



WARNING

มีอย่างน้อย 2 อาการ

มีอาการติดต่อกันไม่น้อยกว่า 3 เดือน
เริ่มมีอาการไม่น้อยกว่า 6 เดือน

ลักษณะอุจจาระ

© Illustration by Jessica Olah for Verywell Health

แบบที่ 1

อุจจาระเป็นก้อนเล็กๆ แยกกันคล้ายเม็ดถั่ว

แบบที่ 2

อุจจาระคล้ายไส้กรอก แต่เป็นก้อน พื้นผิวเป็นขรุขระ ไม่เรียบ

แบบที่ 3

อุจจาระมีลักษณะคล้ายไส้กรอก แต่มีรอยแตกที่พื้นผิว

แบบที่ 5

อุจจาระเป็นก้อนนุ่ม มีขอบชัดเจน และขับถ่ายออกมาได้ง่าย

แบบที่ 6

อุจจาระเป็นก้อนฟู และ มีขอบนุ่ม

แบบที่ 4

อุจจาระมีพื้นผิวคล้ายไส้กรอก หรือ พื้นผิวเรียบและอ่อนนุ่ม

แบบที่ 7

อุจจาระเป็นน้ำเหลว ไม่มีก้อนแข็งปน

แบบที่ 1 หรือ 2 เป็นสัญญาณที่แสดงอาการท้องผูก
แบบที่ 3, 4 และ 5 เป็นอุจจาระที่อยู่ในเกณฑ์ปกติ
แบบที่ 6 และ 7 เป็นสัญญาณของอาการท้องเสีย

อัตราการเกิด

อัตราการเกิดท้องผูกในผู้ป่วยรักษาประคับประคองสูงถึง 59%



สาเหตุ



ผลข้างเคียงจากการใช้ยา โดยเฉพาะยาระงับปวดกลุ่ม Opioids



จากโรคเมะเร็งหรือจากการรักษาโรคเมะเร็ง



รับประทานอาหารที่มีปริมาณใยอาหารน้อย และดื่มน้ำได้น้อย

ความเคลื่อนไหวร่างกายที่ลดลง นอนบนเตียงนานๆ มีภาวะซึมเศร้า หรือ รู้สึกง่วงเพลียเกินไป



การรักษา

การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เช่น

- การรับประทานอาหารที่มีไฟเบอร์สูง
- การดื่มน้ำอย่างเพียงพอ
- การเคลื่อนไหวร่างกายเท่าที่ทำได้



การใช้ยาระบาย *ควรปรึกษาแพทย์ก่อนใช้ยา

บทบาทของผู้ดูแล

- 1 การสังเกตและติดตามอาการ
- 2 ดูแลเรื่องการรับประทานอาหารและน้ำ
- 3 ช่วยผู้ป่วยเคลื่อนไหวร่างกาย
- 4 ดูแลเรื่องการใช้ยาระบาย
- 5 การให้การสนับสนุนทางจิตใจและอารมณ์
- 6 สื่อสารกับทีมดูแลสุขภาพ

