

## ตับแข็ง

นายแพทย์เอกวิทย์ ศรีปริวัณ

### ตับแข็งคืออะไร

ตับแข็ง หมายถึง ภาวะที่ตับมีโครงสร้างเปลี่ยนแปลงไปกล่าวคือผิวตับมีลักษณะขรุขระและเมื่อดูด้วยกล้องจุลทรรศน์จะเห็นเซลล์ตับที่เกิดขึ้นใหม่รวมกันอยู่เป็นกลุ่มๆ ล้อมรอบด้วยพังผืด

### ตับแข็งเกิดจากอะไร

ตับแข็งเกิดได้จากหลายสาเหตุ สาเหตุที่พบบ่อยในประเทศไทยได้แก่ การดื่มแอลกอฮอล์ การติดเชื้อไวรัสตับอักเสบบีและตับอักเสบบีเรื้อรัง สาเหตุอื่น ๆ ที่พบรองลงไปได้แก่ การอักเสบของตับจากภาวะไขมันแทรกในตับที่ไม่ได้เกิดจากแอลกอฮอล์ ยา สารพิษ โรคภูมิคุ้มกันตัวเองต่อตับ โรคไวรัสอื่น ภาวะดีซ่านเรื้อรัง ภาวะหัวใจวายเรื้อรัง พยาธิบางชนิด

### ตับแข็งมีอาการอย่างไร

ถ้าเป็นตับแข็งระยะเริ่มต้นมักไม่มีอาการ บางรายอาจมีอาการอ่อนเพลีย เบื่ออาหาร เหนื่อยง่าย คลื่นไส้ น้ำหนักลด แต่ถ้าตับแข็งเป็นมากขึ้นจะเริ่มแสดงอาการชัดเจนโดยเป็นผลมาจากการทำงานของตับที่เสียไปร่วมกับภาวะที่มีความดันของเส้นเลือดในช่องท้องสูงขึ้นได้แก่ ตาเหลือง ตัวเหลือง คันตามตัว ท้องโต ขาบวม เลือดออกง่าย เป็นต้น

### แพทย์จะทราบได้อย่างไรว่าผู้ป่วยเป็นตับแข็ง

แพทย์จะถามประวัติความเสี่ยงต่อโรคตับแข็ง เช่นการดื่มแอลกอฮอล์ ประวัติโรคตับอักเสบบีเรื้อรัง ตับแข็งหรือมะเร็งตับในครอบครัวรวมถึงอาการของตับแข็งดังกล่าว ประกอบกับการตรวจร่างกายพบภาวะดีซ่าน (ตาเหลือง ตัวเหลือง) ฝ่ามือแดง มีเส้นเลือดฝอยที่หน้าอกขยายตัว มีน้ำในท้อง ขาบวม เต้านมโตในเพศชาย ทำให้น่าสงสัยว่าจะมีตับแข็ง

### มีการตรวจยืนยันตับแข็งได้อย่างไร

การตรวจคลื่นเสียงความถี่สูงของตับ (อัลตราซาวด์) ช่วยวินิจฉัยตับแข็งได้ค่อนข้างแม่นยำ ราคาไม่สูง เครื่องตรวจนี้มีตามโรงพยาบาลหรือคลินิกและวิธีการตรวจไม่ยุ่งยากจึงมักเป็นการตรวจอันดับแรกที่แพทย์เลือกใช้

การเจาะตรวจเนื้อตับมาตรวจเป็นอีกวิธีที่ยืนยันตับแข็งได้แน่นอนแต่เนื่องจากมีความเสี่ยงต่อเลือดออกในตับและต้องอาศัยความชำนาญในการตรวจจึงไม่ค่อยได้ใช้เป็นวิธีแรก

การตรวจเอ็กซเรย์คอมพิวเตอร์หรือคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้าก็สามารถวินิจฉัยภาวะตับแข็งได้เช่นกันแต่มีข้อเสียคือในการตรวจเอ็กซเรย์คอมพิวเตอร์ผู้ป่วยจะได้รับรังสีและต้องได้รับการฉีดสารทึบรังสีเข้าหลอดเลือดดำซึ่งอาจเกิดอาการแพ้หรือมีผลต่อไตในผู้ป่วยบางราย ส่วนการตรวจคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้าแม้ว่าผู้ป่วยจะไม่ได้รับรังสีแต่เป็นการตรวจที่มีราคาสูงและเครื่องตรวจนี้มีเฉพาะในโรงพยาบาลใหญ่ๆหรือโรงพยาบาลโรงเรียนแพทย์

การตรวจเลือดเพื่อดูการทำงานของตับใช้สำหรับประกอบการวินิจฉัยและประเมินความรุนแรงของตับแข็ง

## ภาวะแทรกซ้อนจากตับแข็งมีอะไรบ้าง

1. เลือดออกในทางเดินอาหารจากเส้นเลือดชดในหลอดอาหารหรือแผลในกระเพาะอาหาร
2. ท้องโตเนื่องจากมีน้ำในท้อง
3. อาการทางสมองเช่น ซึม สับสนหรือหลงลืมเนื่องจากมีของเสียคั่งในร่างกายหรือเกลือแร่ในเลือดผิดปกติ
4. เหนื่อยง่ายเนื่องจากภาวะความดันของเส้นเลือดในปอดสูงหรือโลหิตจาง
5. ติดเชื้อได้ง่ายเนื่องจากการสร้างภูมิคุ้มกันต้านทานจากตับลดลง
6. มะเร็งตับ
7. ไตวาย
8. เลือดออกง่ายเนื่องจากการการสร้างสารที่ช่วยเลือดแข็งตัวลดลง เกล็ดเลือดต่ำ
9. ดีซ่านเนื่องจากตับไม่สามารถขับน้ำดี
10. ค้นตามตัวเนื่องจากน้ำดีสะสมที่ผิวหนัง

## ความรุนแรงของตับแข็งมีกี่ระดับ

โดยทั่วไปแบ่งเป็น 3 ระดับ คือ A, B และ C โดยดูจากผลการตรวจเลือดได้แก่ระดับ

ไข่ขาว บิลิรูบินและการแข็งตัวของเลือดร่วมกับอาการบวมและอาการซีมสับสน ระดับ A เป็นขั้นต้น ระดับ B ปานกลางและระดับ C รุนแรงที่สุด ผู้ป่วยตับแข็งระดับ A มีโอกาสรอดชีวิตมากกว่าผู้ป่วยตับแข็งระดับ B และ C ตามลำดับ

## การรักษาตับแข็งมีอะไรบ้าง

ถึงแม้ว่าตับแข็งจะไม่สามารถกลับคืนเป็นตับปกติแต่ก็ยังมีวิธีการรักษาเพื่อไม่ให้โรคเป็นรุนแรงขึ้น การรักษาเหล่านี้ได้แก่ การหยุดดื่มแอลกอฮอล์และการให้ยารักษาไวรัสตับอักเสบบีเรื้อรัง

กรณีที่ตับแข็งไม่รุนแรง (ระดับ A) มักรักษาตามอาการ ได้แก่ การให้ยาขับปัสสาวะ

วิตามิน ยาป้องกันเลือดออกจากทางเดินอาหาร ยาระบายและยารักษาอาการคัน

กรณีที่ตับแข็งรุนแรงนอกจากการรักษาตามอาการแล้วยังมีการรักษาด้วยวิธีการผ่าตัดเปลี่ยนตับแต่สามารถทำได้ในโรงพยาบาลที่เป็นโรงเรียนแพทย์เท่านั้น

## ผู้ป่วยตับแข็งควรปฏิบัติตัวอย่างไร

1. งดดื่มแอลกอฮอล์ทุกชนิดโดยเด็ดขาด
2. รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ครบ 5 หมู่ มีโปรตีนในปริมาณที่เหมาะสม
3. ระวังอย่าให้ท้องผูก
4. การซื้อยารับประทานเอง
5. หลีกเลี่ยงอาหารเค็ม
6. ตรวจติดตามกับแพทย์สม่ำเสมอ
7. มาพบแพทย์เมื่อมีอาการผิดปกติ ได้แก่ ตาเหลืองมากขึ้น ซึมสับสน อาเจียนเป็นเลือดหรือถ่ายอุจจาระดำเหลว มีไข้ เหนื่อย
8. หลีกเลี่ยงการออกกำลังกายที่ต้องใช้การเบ่งหรือเกร็ง
9. หลีกเลี่ยงอาหารไม่สุกโดยเฉพาะอาหารทะเล

## การป้องกันตัวอย่างไร

1. หลีกเลี้ยงแอลกอฮอล์
  2. เพศสัมพันธ์อย่างปลอดภัย
  3. หลีกเลี้ยงการฉีดยาเสพติดเข้าเส้น
  4. ฉีดวัคซีนป้องกันไวรัสตับอักเสบบี
  5. ออกกำลังกายสม่ำเสมอ
  6. ควบคุมน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์เหมาะสม
  7. รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ครบ 5 หมู่
-