

## สุขภาพเหงือกและฟันและโรคหัวใจ

โดย อาจารย์แพทย์หญิงชนิษฐา ลายลักษณ์ดำรง

ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

หลายคนคงคิดว่าโรคเหงือกและฟันกับโรคหัวใจไม่น่าสัมพันธ์กันได้ แต่มันเป็นความจริง งานวิจัยพบว่าปัญหาเหงือกและฟันกับโรคหัวใจมีการเชื่อมต่อกัน

ปาก เป็นช่องทางผ่านของอาหาร ในขณะที่เดียวกันก็เป็นที่พักของ ฝงตัว ของเชื้อโรคหลายชนิด ที่สำคัญคือ เชื้อแบคทีเรียที่มีชื่อว่า สเตรปโตคอคโคส เชื้อแบคทีเรียชนิดนี้มักฝังตัวอยู่บริเวณซอกฟัน ช่องฟันที่ผุ และเยื่อในช่องปาก ซึ่งสถานะเช่นนี้เป็นเรื่องปกติ เชื้อสเตรปโตคอคโคสนี้เป็นเชื้อที่มีความรุนแรงต่ำและไม่ทำให้เกิดอาการหรือผลกระทบใดๆ ในคนปกติ แต่เชื้อโรคในปากเหล่านี้อาจแทรกซึมเข้าสู่กระแสโลหิตได้ ซึ่งอาจเกิดได้จาก การแปรงฟันที่ไม่ถูกวิธี การได้รับการถอนฟัน หรือการตัดต่อมทอนซิล หรือการปล่อยให้ฟันผุนานๆ และเป็นเรื้อรังจนเป็นหนองในโพรงประสาทฟัน เป็นต้น เมื่อเชื้อสเตรปโตคอคโคสนี้เข้าสู่กระแสโลหิตจะผ่านเข้าไปถึงหัวใจ ในผู้ที่เป็นโรคหัวใจหรือมีความผิดปกติของระบบไหลเวียนโลหิตบริเวณหัวใจ เช่น มีการไหลกระแทกของโลหิตผิดปกติ เกิดเป็นผนังหัวใจที่ขรุขระและเกิดปฏิกิริยาการจับตัวของเกร็ดเลือด โดยมีเชื้อสเตรปโตคอคโคสนี้ผสมเข้าไปด้วย ทำให้เกิดเป็นก้อนติดเชื่อในช่องหัวใจ โดยเฉพาะเยื่อลิ้นหัวใจ ก้อนเชื่อเหล่านี้จะกีดทำลายลิ้นหัวใจ ที่พบบ่อยๆเป็นตำแหน่งลิ้นหัวใจเอออดิกและลิ้นหัวใจไมตรัล ส่งผลให้ลิ้นหัวใจทำงานไม่ปกติจนเกิดลิ้นหัวใจรั่ว ผู้ป่วยก็จะมาพบแพทย์ด้วยเรื่องไข้เรื้อรัง อ่อนเพลีย น้ำหนักลด ปวดข้อ ข้ออักเสบ มีการติดเชื้อกระจายไปตามอวัยวะต่าง ๆ ปัสสาวะปนเลือด ซีด มีจุดเลือดออกตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย เกิดภาวะหัวใจวาย น้ำท่วมปอด นอกจากนี้ในช่องหัวใจเองถ้ามีการติดเชื้อในตำแหน่งเฉพาะที่เชื่อก็จะลุกลามกีดกั้นเนื้อเยื่อที่เป็นตำแหน่งไฟฟ้าหัวใจร่วมด้วย ทำให้หัวใจเต้นช้าลงและทำให้หัวใจทำงานหนักขึ้นจนช็อกได้ และมีผลต่ออวัยวะอื่นที่สำคัญอีกด้วยเช่น ไตวายเฉียบพลัน อัมพฤกษ์ อัมพาต ฝีในสมอง เป็นต้น การรักษาต้องอยู่โรงพยาบาลนานหลายเดือนเนื่องด้วยต้องให้ยาฆ่าเชื้อทางหลอดเลือดในระยะเวลาที่นานและต้องให้บ่อยๆในแต่ละวัน รวมทั้งต้องอาศัยการผ่าตัดเปลี่ยนลิ้นหัวใจ และอาจต้องมีการฝังเครื่องกระตุ้นหัวใจร่วมด้วย จะเห็นได้ว่าผู้ที่เป็นโรคติดเชื้อลิ้นหัวใจนี้มีอัตราการเสียชีวิตสูง การรักษาซับซ้อน ใช้เวลารักษานาน ค่าใช้จ่ายในการรักษาสูง แต่จุดเริ่มต้นคือสุขภาพเหงือกและฟันที่ไม่แข็งแรง ทำให้เชื้อโรคเข้าสู่กระแสโลหิตได้ง่าย ดังนั้นการรักษาสุขภาพเหงือกและฟันที่ดีก็จะทำให้ห่างไกลโรคหัวใจได้

คำแนะนำในการดูแลสุขภาพเหงือกและฟันนั้น ควรแปรงฟันให้ถูกวิธี และแปรงครั้งละ 2 นาทีขึ้นไป จะช่วยป้องกันฟันผุและเหงือกอักเสบได้ ที่สำคัญควรตรวจสุขภาพฟันปีละ 2 ครั้ง และควรรีบไปพบทันตแพทย์ทุกครั้งเมื่อพบว่าฟันผุ นอกจากนี้การกินผัก ผลไม้ให้มากจะช่วยเป็นแปรงสีฟันธรรมชาติ ช่วยทำความสะอาดฟัน ป้องกันฟันจากโรคฟันผุ และโรคเหงือก อาจกล่าวได้ว่าฟันผุและเหงือกอักเสบนั้นไม่เพียงแต่เป็นโรคที่เกิดขึ้นในช่องปากเท่านั้น แต่โรคต่างๆที่ตามมาอาจเป็นภัยคุกคามต่อชีวิตของเราได้

4 มีนาคม 2558