

ชื่อเรื่อง โรคผิวหนังในฤดูฝน



หลังจากประเทศไทยได้ผ่านช่วงฤดูร้อนกันมาแล้ว ตอนนี้ก็จะเข้าสู่ช่วงฤดูฝน หน่วยผิวหนังของศูนย์การแพทย์กาญจนาภิเษก จึงอยากแนะนำให้ประชาชนได้รู้จักกับโรคผิวหนังที่พบได้บ่อยในช่วงฤดูฝน เพื่อจะได้รู้วิธีการดูแลรักษาและวิธีป้องกันเบื้องต้นก่อนมาพบแพทย์ มารู้จักกับ ๔ โรคผิวหนังที่พบบ่อยในฤดูฝนกันเถอะ

๑. โรคเชื้อราที่ผิวหนัง
๒. ผื่นผิวหนังอักเสบจากแมลง
๓. โรคน้ำกัดเท้า
๔. โรคเท้าเหม็น

๑. โรคเชื้อราที่ผิวหนัง

๑.๑ โรคเกลื้อน (Pityriasis versicolor) ผื่นเป็นวงหลายวง ขอบเขตชัดเจน มีขุยละเอียด เป็นได้หลายสี ทั้งสีขาว แดง ชมพู หรือสีน้ำตาล ขึ้นอยู่กับสีผิวของผู้ป่วย อาจไม่มีอาการ หรือมีอาการคันเล็กน้อยได้มักพบบริเวณหน้าอก หลัง คอ และพบได้บ่อยในผู้ที่มีเหงื่อออกมาก หรือใส่เสื้อผ้าอับชื้นเกิดจากเชื้อรา *Malassezia furfur* การป้องกัน: อาบน้ำชำระล้างเหงื่อโคลนอยู่เสมอ ไม่ใช้ผ้าเช็ดตัวหรือเสื้อผ้าที่อับชื้นการรักษา: ยาฆ่าเชื้อรา ซึ่งมีทั้งยาทาภายนอก และยารับประทานโรคผิวหนังในฤดูฝนความรู้ทั่วไป, ความรู้ทั่วไป

๑.๒ โรคกลาก (Tinea) ผื่นเป็นวงกลมสีแดงนูน ขอบชัดและมีขุยที่ขอบ บางชนิดอาจมีการอักเสบรุนแรงเป็นตุ่มหนองได้มักมีอาการคันร่วมด้วยพบได้หลายบริเวณ เช่น ลำตัว ใบหน้า ขาหนีบ มือและเท้าผื่นมักขยายออกเป็นวงกว้าง หากไม่ได้รับการรักษาเกิดจากเชื้อราในกลุ่ม *Dermatophytes* หากสงสัยว่าเป็นโรคดังกล่าว ไม่แนะนำให้ซื้อยา steroids มาทาเอง เนื่องจากทำให้ผื่นลุกลามได้ การป้องกัน: ติดต่อทางการสัมผัส โดยขึ้นกับชนิดและแหล่งของเชื้อรา เช่น ติดจากคน สัตว์ หรือสิ่งแวดล้อม การรักษา: ยาฆ่าเชื้อราชนิดทาภายนอกหรือชนิดรับประทาน ขึ้นกับความรุนแรงของโรค

๑.๓ โรคเชื้อราแคนดิดาที่ผิวหนัง (Cutaneous candidiasis) ผื่นเป็นปื้นแดงใหญ่ ขอบเขตชัด มีผิวหนังเปื่อย และมีตุ่มแดงเล็ก ๆ กระจายอยู่รอบ ๆ มักมีอาการคันเกิดจากเชื้อราในกลุ่ม *Candida* พบบริเวณซอกพับที่มีการอับชื้น เช่น รักแร้ ใต้ราวนมและขาหนีบ เป็นต้นพบได้บ่อยในกลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน ภาวะอ้วน และผู้ที่มี

ภูมิคุ้มกันต่ำ การป้องกัน: ดูแลรักษาความสะอาด คอยจับเห็บให้แห้งอยู่เสมอ ลดความอับชื้น การรักษา: ยาฆ่าเห็บ เชื้อรา

๒. ผื่นผิวหนังอักเสบจากแมลง

๒.๑ ตุ่มแมลงกัด (Insect bite) ผื่นจากแมลงโดยทั่วไป เช่น มด ยุง หมัด ไร มักเป็นตุ่มแดง หรือตุ่มที่มีลักษณะคล้ายลมพิษมักมีอาการคัน และอาจมีรอยดำตามหลังการอักเสบได้ควรหลีกเลี่ยงการเกา เนื่องจากอาจทำให้เกิดแผลและมีการติดเชื้อตามมาได้ การป้องกัน: สวมเสื้อผ้าที่ปกปิด กำจัดแมลงบริเวณที่อยู่อาศัยการรักษา: ยา ทาลดการอักเสบกลุ่ม steroids หากผื่นเป็นมาก แนะนำให้มาพบแพทย์โรคผิวหนังในฤดูฝนความรู้ทั่วไป, ความรู้ทั่วไป

๒.๒ ผื่นผิวหนังอักเสบจากแมลงคันกระดก (Paederus dermatitis) แมลงคันกระดกมีสารพิษที่ชื่อว่า Pederin ซึ่งหากสัมผัสโดนจะเกิดการอักเสบระคายเคืองอย่างรุนแรงผื่นมักจะขึ้นหลังสัมผัสสารพิษประมาณ ๒๔ ชั่วโมง มีลักษณะเป็นผื่นแดงขอบชัด อาจมีรอยไหม้เป็นทางยาวได้ ซึ่งเป็นรอยที่เกิดจากการกัดแมลง อาจมีผื่นบริเวณข้อพับประกบกัน จากการที่มีแมลงไปอยู่บริเวณข้อพับดังกล่าวมักมีอาการแสบ และอาจมีการติดเชื้อแบคทีเรียแทรกซ้อนได้การป้องกัน:

- สำรวจบริเวณที่อยู่อาศัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งตามพื้นนอน
- ถ้าเจอแมลงคันกระดก ไม่แนะนำให้บี้หรือสัมผัสโดยตรง อาจใช้อุปกรณ์จับหรือใช้เทปแปะเพื่อนำตัว

แมลงออก

การรักษา:

- หากสัมผัสแมลงคันกระดก ให้รีบล้างด้วยน้ำสะอาดหรือน้ำสบู่ทันที แล้วประคบเย็นบริเวณที่สัมผัส
- หากผื่นอักเสบมาก ให้มาพบแพทย์

๓. โรคน้ำกัดเท้า (Athlete's foot) โรคน้ำกัดเท้า หรือ “ฮ่องกงฟุต” เป็นโรคที่พบบ่อยในช่วงฤดูฝนที่มีน้ำท่วมขัง ผื่นมักเป็นบริเวณง่ามนิ้วเท้า มีลักษณะเป็นสีขาว ยุ่ย ลอก หรือแตกเป็นแผลได้มักมีอาการคัน และอาจมีกลิ่นเหม็นที่บริเวณเท้าร่วมด้วย

เกิดจากเชื้อรากลุ่ม Dermatophytes การป้องกัน: หลีกเลี่ยงการย่ำน้ำขัง หากจำเป็นให้ใส่รองเท้าบูท ล้างเท้าด้วยน้ำและสบู่ เช็ดเท้าให้แห้งอยู่เสมอการรักษา: ยาฆ่าเชื้อราชนิดทาภายนอกหรือชนิดรับประทาน ขึ้นกับความรุนแรงของโรค

ที่มา : เว็บไซต์มหาวิทยาลัยมหิดล

ผู้เขียน : โดย พญ.เจษฎาภา พิเชียรสุนทร

พญ.รุจิภาณูจน์ สุล์ญชุปกร (แพทย์ผู้เชี่ยวชาญโรคผิวหนัง)

พญ.วรุณย์พันธุ์ ลีเจริญ (แพทย์ผู้เชี่ยวชาญโรคผิวหนัง)

นพ.วุฒิเดช พักประไพ (แพทย์ผู้เชี่ยวชาญโรคผิวหนัง)

วันที่เผยแพร่ : ๑๔ มิถุนายน ๒๕๖๖

คำถามที่ ๑ แบบเลือกตอบ

จากบทความข้างต้น ข้อใดคือโรคผิวหนังที่พบได้บ่อยในฤดูฝนคืออะไร

๑. โรคสะเก็ดเงิน
๒. โรคน้ำกัดเท้า
๓. โรคผิวหนังอักเสบจากภูมิแพ้
๔. โรคงูสวัด

คำตอบที่ : ๒. โรคน้ำกัดเท้า

กระบวนการอ่าน : การรู้การรู้ตำแหน่งในบทบทอ่าน

สถานการณ์ : สาธารณะ

แหล่งที่มา : แหล่งข้อมูลเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง : แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง : บอกเล่าสถานการณ์

ความสอดคล้องตัวชี้วัด : ท ๑.๑ ม.๑/๒ จับใจความเรื่องที่อ่าน

คำถามที่ ๒ แบบเลือกตอบเชิงซ้อน

โรคเชื้อราแคนดิดาที่ผิวหนังมีอาการเด่นชัดอย่างไร

๑. ผื่นเป็นวงกลมแดงนูน มีขุยที่ขอบ
๒. ผื่นเป็นปื้นแดงใหญ่ ขอบเขตชัด มีผิวหนังเปื่อย
๓. ผื่นแดงขอบชัด มีลักษณะรอยไหม้เป็นทางยาว
๔. ผื่นเป็นตุ่มแดงคล้ายลมพิษ

คำตอบที่ : ๒. ผื่นเป็นปื้นแดงใหญ่ ขอบเขตชัด มีผิวหนังเปื่อย

กระบวนการอ่าน : การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์ : สาธารณะ

แหล่งที่มา : แหล่งข้อมูลเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง : แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง : บอกเล่าอธิบาย

ความสอดคล้องตัวชี้วัด : ท ๑.๑ ม.๑/๒ จับใจความเรื่องที่อ่าน

คำถามที่ ๓ แบบเติมคำตอบปิด

วิธีการป้องกันการเกิดผื่นจากแมลงก้นกระดกคือ _____ และไม่แนะนำให้ _____

เฉลย/แนวคำตอบ : สำนวจบริเวณที่อยู่อาศัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งตามที่นอน, บั๊หรือสัมผัสโดยตรง

กระบวนการอ่าน : การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์ : สาธารณะ

แหล่งที่มา : แหล่งข้อมูลเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง : แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง : บอกเล่าสถานการณ์

ลักษณะข้อสอบ : เติมคำตอบแบบปิด

ความสอดคล้องตัวชี้วัด : ท ๑.๑ ม.๑/๒ จับใจความเรื่องที่อ่าน

คำถามที่ ๔ แบบเลือกตอบแบบเปิด

เพราะเหตุใดจึงมีคำแนะนำให้ประชาชนได้รู้จักกับโรคผิวหนังที่พบได้บ่อยในช่วงฤดูฝน

เฉลย/แนวคำตอบ เพื่อให้ประชาชนตระหนักถึงความเสี่ยงโรคผิวหนังที่พบได้บ่อยในช่วงฤดูฝน

เพื่อให้ประชาชนตระหนักถึงความสำคัญของโรคที่จะเกิดขึ้นในฤดูฝน

กระบวนการอ่าน : การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์ : สาธารณะ

แหล่งที่มา : แหล่งข้อมูลเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง : แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง : บอกเล่าอธิบาย

ลักษณะข้อสอบ : เติมคำตอบแบบเปิด

ความสอดคล้องตัวชี้วัด : ท ๑.๑ ม.๑/๒ จับใจความเรื่องที่อ่าน

คำถามที่ ๕ แบบเติมคำตอบแบบอิสระ

นักเรียนมีวิธีการป้องกันและเผยแพร่ข้อมูลเกี่ยวกับโรคผิวหนังที่พบได้บ่อยในช่วงฤดูฝน เพื่อให้ปลอดภัยได้อย่างไร

เฉลย/แนวคำตอบ ป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากโรคผิวหนัง โดยการบอกเล่าให้คนรอบข้างสร้างความตระหนักใน

อันตรายของโรค และผลกระทบที่เกิดขึ้นจากโรคผิวหนัง

กระบวนการอ่าน : การประเมินและสะท้อนความคิดเห็น

สถานการณ์ : สาธารณะ

แหล่งที่มา : แหล่งข้อมูลเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง : แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง : บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ : เติมคำตอบแบบอิสระ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด : ท ๑.๑ ม.๑/๒ จับใจความเรื่องที่อ่าน