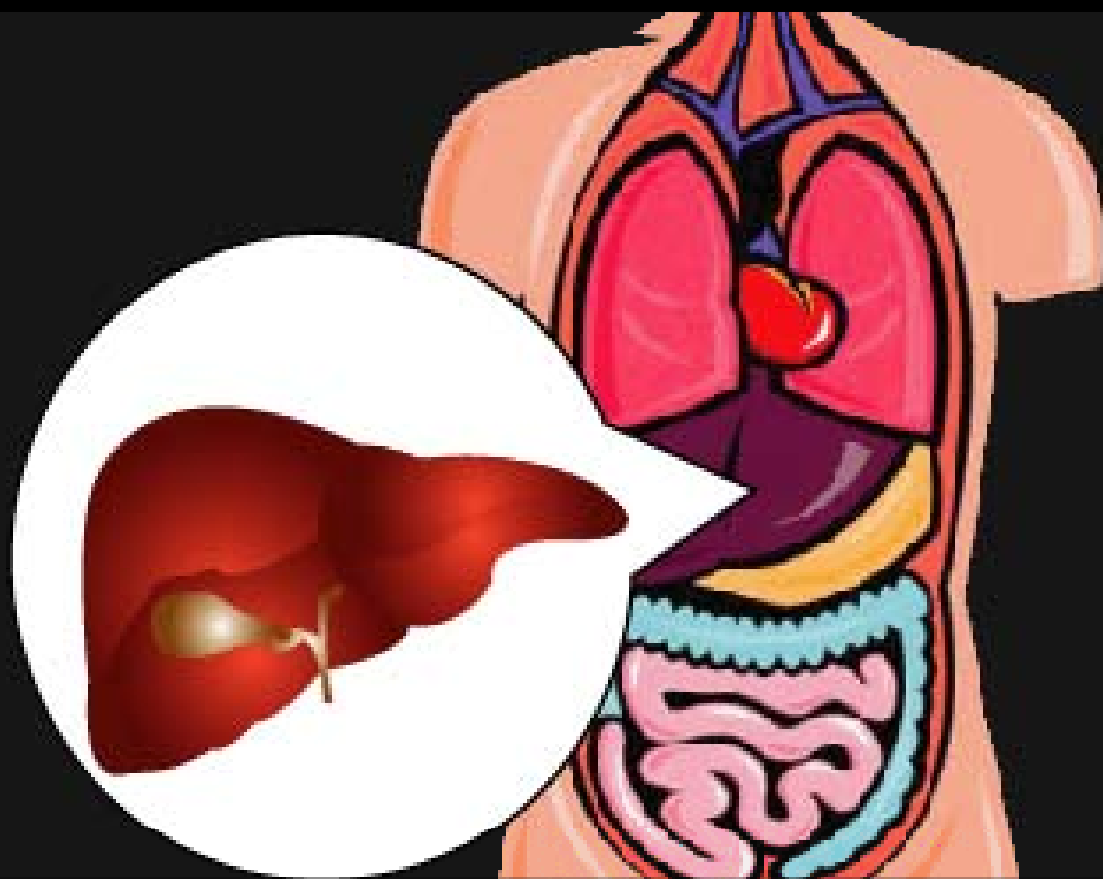


# เนื้ล่าจ่า....



# ตับล่าก่าอน

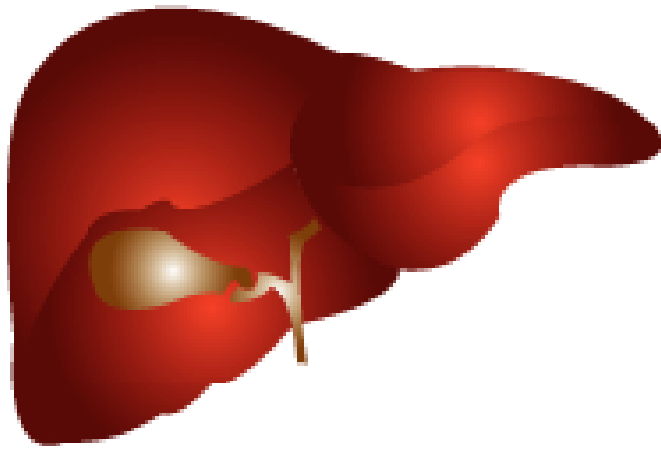
อยากรู้  
อยากรู้ **โทร 1413**

ศูนย์ปรึกษาปัญหาสุรา



ศูนย์ปรึกษาปัญหาสุรา





# ตับ

ตับเป็นอวัยวะที่สำคัญมากมีขนาดใหญ่มีน้ำหนักประมาณ 1 กิโลกรัม ตั้งอยู่ที่ชายโครงด้านขวาทำหน้าที่ควบคุมระดับกรดอะมิโนในเลือด ผลิตโปรตีนหลายชนิด ผลิตสารที่นำเกล็ดเลือดไปซ่อมแซมผนังหลอดเลือดเพื่อให้เลือดหยุด เมื่อผนังหลอดเลือดได้รับบาดเจ็บ เซลล์ตับจะผลิตน้ำดีและขับน้ำดีเข้าสู่ลำไส้เพื่อช่วยย่อยอาหารประเภทไขมัน นอกจากนี้ ตับยังทำหน้าที่เก็บสะสมน้ำตาลแป้ง (กลูโคส) ในรูปแบบไกลโคเจน ซึ่งจะถูกเปลี่ยนกลับเป็นน้ำตาลแป้ง (กลูโคส) เมื่อร่างกายต้องการใช้พลังงาน รวมทั้งตับยังทำหน้าที่ขับยาและสารพิษตกค้างออกจากเลือดด้วย จะเห็นว่าจากหน้าที่การทำงานของตับ ถ้ามันถูกทำลายไปร่างกายที่เหลือก็ไม่สามารถดำรงชีวิตอยู่ต่อไปได้

# เหล้าหรือสุรา.....

หมายถึงเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์  
ผสมอยู่ทุกประเภท ตั้งแต่วิสกี้ ปรันด์  
เบียร์ ไวน์ แชมเปญ เหล้าแดง เหล้าปั่น  
เหล้าขาวยาดอง กระแช่ สาโท ฯลฯ





## เหล่าไปทำอะไรกับตับ

เมื่อเข้าไปในระบบทางเดินอาหาร มันจะถูกดูดซึมผ่านผนังของกระเพาะหรือลำไส้เล็ก โดยไม่ถูกย่อยที่กระเพาะในกระเพาะที่ว่างเปล่าแอลกอฮอล์สามารถไปถึงสมองภายในหนึ่งนาทีหลังจากที่ได้รับ การดูดซึมจากผนังกระเพาะเมื่อแอลกอฮอล์ออกจากลำไส้ มันก็จะเข้าไปยังตับและทุกเซลล์ในตับจะถูกขโมยด้วยแอลกอฮอล์ ดังนั้นตับจึงรับภาระมากที่สุดซึ่งเป็นผลเสียที่เกิดขึ้นมากที่สุด ในร่างกาย

เมื่อแอลกอฮอล์ เข้ามามากเกินที่ตับจะพอกได้ มันก็จะล้นเข้าระบบไหลเวียน ทำให้แอลกอฮอล์ ซึ่งละลายน้ำได้ดีสามารถไปยังอวัยวะต่างๆ ของร่างกายและจะต้องรอจนกว่าตับจะพอกออกหมดยิ่งเวลาผ่านไปนานเข้าเนื้อตับก็จะถูกทำลายตามขั้นตอนดังนี้

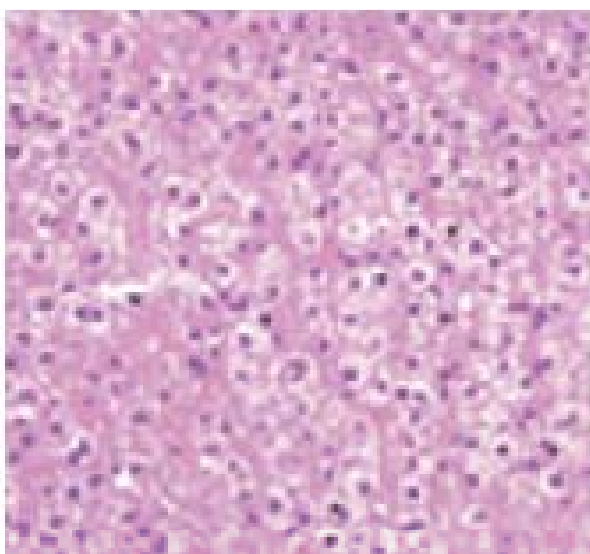
## 1. เกิดไขมันเกาะตับ

ระยะแรกจะมีไขมันไปสะสมในเนื้อตับ เกิดจากความผิดปกติในการบริหารจัดการกับไขมันในร่างกาย ดังภาพจะเป็นภาพไขมันที่เกาะในเนื้อตับจะมองเห็นตับเป็นสีเหลืองนวล อีกภาพเป็นภาพเนื้อตับจากกล้องจุลทรรศน์จะพบว่า เนื้อเยื่อไขมันแทรกอยู่ในเนื้อตับเห็นเป็นวงสีขาว อยู่ในเนื้อตับดีสีม่วงนั้นเองการเปลี่ยนแปลงในระยะเริ่มต้นเกิดจากการดื่มแอลกอฮอล์ปริมาณมากๆ ได้ภายใน 5-7 วัน แต่ถ้าหยุดดื่มตับจะกลับคืนสู่สภาพเดิมได้ภายใน 3-4 สัปดาห์

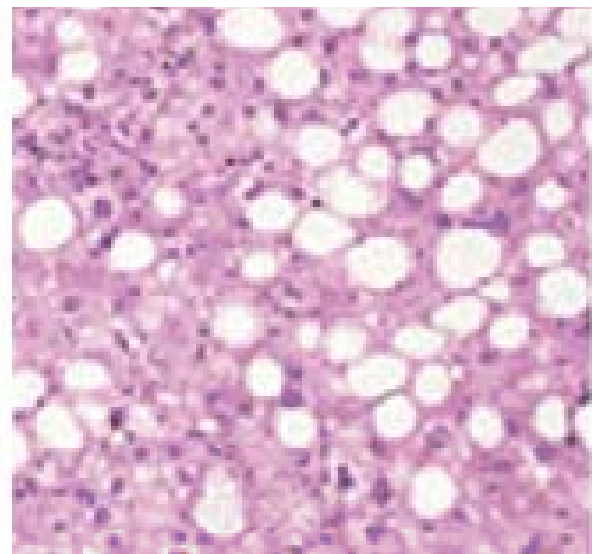


ภาพไขมันเกาะในเนื้อตับ จะมองเห็นเป็นสีเหลืองนวล

เซลล์ตับปกติ



เซลล์ตับที่มีไขมันสะสม



อีกภาพเป็นภาพเนื้อตับจากกล้องจุลทรรศน์

ส่วนมากไม่ค่อยมีอาการแต่บางรายอาจมีอาการ เบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้องรอบๆ สะดือหรือปวดที่ลิ้นปี่ ได้ฉายาโครงด้านขวาได้ การตรวจร่างกายอาจพบว่าตับมีขนาดใหญ่ ผิวเรียบ นุ่ม และกดไม่เจ็บ ผู้ป่วยไขมันเกาะตับ มักจะอยู่คู่กับโรคเรื้อรังหลายอย่าง เช่น โรคอ้วน เบาหวาน ไขมันในเลือดสูง ความดันโลหิตสูง หลอดเลือดหัวใจตีบ เกาต์ นิ่วในถุงน้ำดี เป็นต้น ไขมันเกาะตับนอกจากไปเพิ่มความรุนแรงของ โรคเรื้อรังเหล่านี้แล้ว ยังเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้ผลการรักษาของโรคเรื้อรังเหล่านี้ไม่ดีเท่าที่ควร รวมทั้งยากต่อการฟื้นฟูสมรรถภาพ การทำงานของตับให้กลับสู่ภาวะปกติด้วยการตรวจเลือดอาจพบความผิดปกติเล็กน้อย ไม่เฉพาะเจาะจงเป็นอาการเริ่มต้น หายเองได้

## 2. เกิดตับอักเสบ

เมื่อการดื่มเหล้ายังไม่หยุดยั้งจึงทำให้เกิดการเสื่อมและการตายของเซลล์ตับ ตับจะมีการซ่อมแซมส่วนที่สึกเหรอจะมีผลทำให้โครงสร้างของเซลล์ตับผิดรูปร่างทำให้เกิดโรคตับอักเสบ จะมีอาการปวดเมื่อยตามตัว เบื่ออาหารคลื่นไส้อาเจียน น้ำหนักลด และตัวเหลืองตาเหลือง บางรายมีไข้สูงร่วมด้วย เมื่อตรวจร่างกายมักจะพบว่ามีตับโตและ กดเจ็บ ในรายที่เป็นรุนแรงจะพบภาวะท้องบวม น้ำ เลือดออก แขนขาบวม และมีอาการสับสนถึงแม้ว่าเมื่อหยุดดื่มเหล้าไปแล้ว จะทำให้อาการท้องบวมน้ำหรือภาวะสับสนดีขึ้นก็ตาม แต่หากยังดื่มเหล้าต่อไปอีกก็จะนำไปสู่การอักเสบของตับ ในบางรายกว่าจะฟื้นตัว จากการอักเสบต้องใช้เวลาอย่างมาก ประมาณ 6 เดือน หรือมากกว่า ภาวะนี้จัดได้ว่า เป็นภาวะเบื้องต้นที่นำไปสู่การเกิดตับแข็งในโอกาสต่อไป





**ผู้ป่วยตีชานตาและผิวหนังจะมีสีเหลือง**

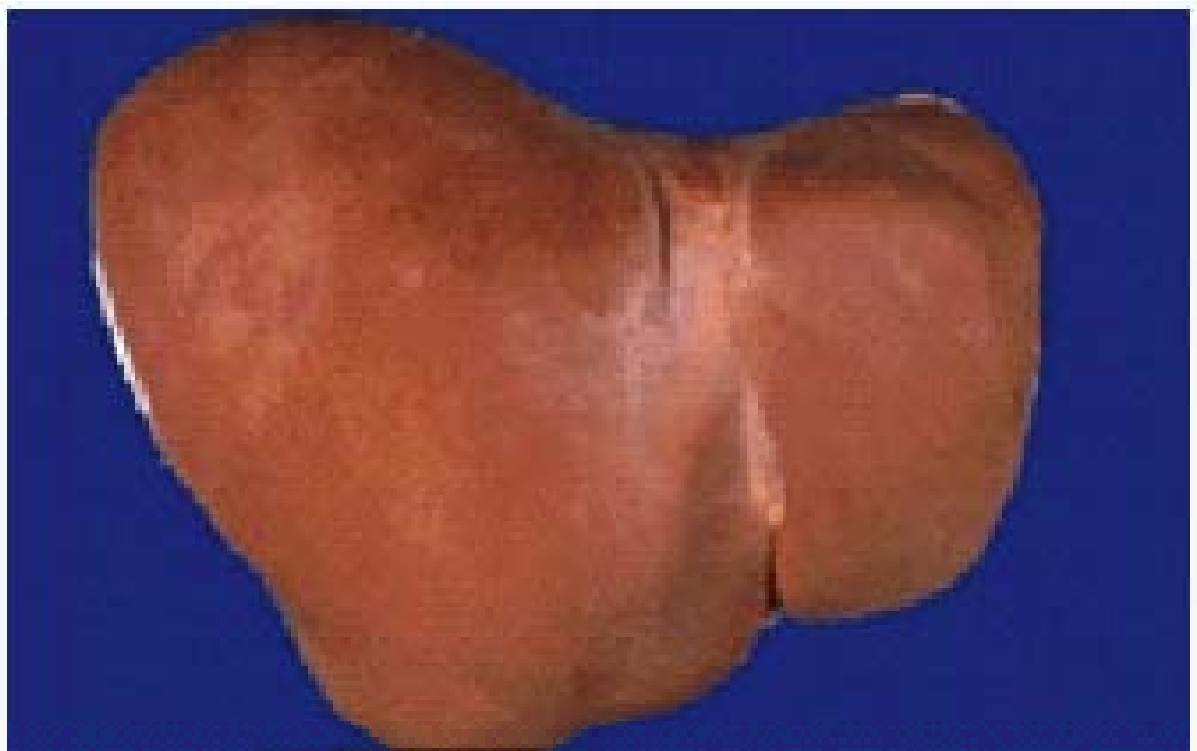
### **3. เกิดโรคตับแข็ง**

หากว่ายังดื่มต่อไปเรื่อยๆ ตับจะถูกทำลายจนกลายเป็นเยื่อพังผืดคล้ายปุ่มและแผลเป็นที่มีลักษณะแข็งกว่าปกติทำให้เลือดซึ่งรับอาหารจากผนังของกระเพาะและลำไส้ ลำเลียงเข้าไปให้ตับได้ลำบากเพราะพังผืดที่ทำให้เส้นเลือดในตับตีบแคบซึ่งก็คือบรรดาเส้นเลือดเล็กๆ ที่ไปจากผนังของกระเพาะ



©1995 Cornell University Medical College

ตับแข็งมีลักษณะขรุขระเต็มไปด้วยปุ่มและแผลเป็น



ตับปกติมีผิวเรียบ ไม่มีแผลเป็น

และลำไส้ เมื่อการลำเลียงลำบาก เลือดทั้งหลายก็จะล้น (ซึม)ออกนอกลำไส้ ท้องก็จะโตขึ้น ซึ่งอย่างที่เราเรียกกันว่า "ท้องมาน" ไม่เพียงแค่นั้นเส้นเลือดเหล่านั้นก็ยังบวมเป่งเพราะเส้นทางลำเลียงเหล่านี้มีโอกาสแตกง่ายกว่าธรรมดาอาการแทรกซ้อนที่จะตามมาซึ่งยากมากต่อการดูแลรักษาก็คือ เส้นเลือดแตกทำให้เลือดออกในกระเพาะหรือลำไส้ หลอดอาหารคอเหล่าเหล่านี้จะเสียเลือดสดๆ ออกไปในลำไส้ได้เป็นจำนวนมากบ่อยครั้งพวกนี้จะอาเจียนเป็นเลือด ซึ่งเป็นอาการที่ทรมาณมากเพราะขาดอาหาร หายใจไม่สะดวก มักจะเสียชีวิตภายใน 6 เดือนพวกที่รอดชีวิต ก็ยังเสี่ยงกับการเป็นมะเร็งในตับสูงราว 10 %

### ตับแข็งมีอาการอย่างไร

- ★ เจ็บบริเวณชายโครงด้านขวาเล็กน้อย อาจมีอาการตาเหลืองเล็กน้อย ค้นตามผิวหนัง
- ★ ผ่ามือแดงผิดปกติหรือมีจุดแดงที่ หน้าอก หน้าท้อง
- ★ ในผู้หญิงอาจมีอาการประจำเดือนขาดหรือมาไม่สม่ำเสมอ มีหนองขึ้นหรือมีเสียงแหบห้าวคล้ายผู้ชาย
- ★ ในผู้ชายอาจรู้สึกนมโตและเจ็บ อัณฑะฝ่อหรือเสื่อมสมรรถภาพทางเพศ(นกเขาไม่ขัน)

# ภาพ ท้องมาน





ภาพ มะเร็งตับ

#### 4. เกิดมะเร็งตับ

เมื่อเกิดภาวะตับแข็งแล้วซึ่งทำให้เซลล์ตับเสียหายเป็นจำนวนมากทำให้เกิดความเสี่ยงในการเกิดมะเร็งตับขึ้น โดยเฉพาะผู้ที่มีความเสี่ยงอื่นๆร่วมด้วย เช่น ไวรัสตับอักเสบบีเรื้อรังชนิด บี ซี เป็นต้น อาการต่างๆไปก็คล้ายๆ กับโรคตับแข็ง แต่จะมีอาการอื่นๆร่วม เช่น ผอมลงอย่างรวดเร็ว ปวดใต้ชายโครงขวามากขึ้น อาการทรุดลงอย่างรวดเร็วและเสียชีวิตในที่สุด

# การรักษา

- 1 การหยุดดื่มแอลกอฮอล์เป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดซึ่งค่อนข้างยากพอสมควรแต่ก็ต้องทำ เพราะต้องอาศัยความร่วมมือระหว่างผู้ป่วย แพทย์ และครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญ ในช่วงหยุดดื่มเหล้าอาจจะมีอาการขาดแอลกอฮอล์ขึ้น ซึ่งต้องป้องกันและรักษาไปพร้อมๆ กัน เช่น อาการชัก ลับสน มือสั่นใจสั่น นอนไม่หลับ
- 2 โภชนาการบำบัดเนื่องจากผู้ป่วยที่ดื่มเหล้ามากๆ มักจะขาดอาหาร และวิตามินหลายชนิด
- 3 การเปลี่ยนตับ ใช้สำหรับภาวะตับแข็งแล้วแต่ต้องคัดเลือกผู้ป่วยพอสมควร ไม่สามารถทำกับผู้ป่วยทุกคนได้
- 4 สำหรับผู้เป็นมะเร็งตับแล้ว ถึงปัจจุบันแล้ว ยังไม่มีการรักษาที่ชัดเจน การผ่าตัดมักจะมีลำบาก เพราะหากสุขภาพของผู้ป่วยไม่อำนวยก็คงได้แต่ประคับประคองไม่ให้ปวดไม่ให้ทรมาณ

# ที่ปรึกษาและบรรณาธิการ

พ.อ.นพ.พิชัย แสงชาญชัย

จิตแพทย์ กองจิตเวชและประสาทวิทยา  
โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า

## เรียบเรียงโดย

ธวัชชัย กุศล

ศูนย์ปรึกษาปัญหาสุรา

ALCOHOL HELP LINE 1413

## เอกสาร อ้างอิง

ผศ.นพ.ดร.ปิยะวัฒน์ โกมลมิศร์

เลขาธิการศูนย์โรคตับและปลูกถ่ายตับ

ภาควิชาอายุรศาสตร์ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์

[http://www.medicthai.com/admin/news\\_dna\\_detail.php?id=96](http://www.medicthai.com/admin/news_dna_detail.php?id=96)

นพ.เชวง ลิขสิทธิ์

โรงพยาบาลอุบลรักษ์ ธนบุรี

<http://www.pocpcare.com/edu18.htm>

นพ.สมนึก ศรีวิศาล

FRCR, FRCPC, St.Louis, MO, USA

[http://www.krumontree.com/science/alcohol\\_00.html](http://www.krumontree.com/science/alcohol_00.html)

อย่ากรั<sup>ง</sup> **โทร**

อย่ากลั<sup>ง</sup>

**1413**

ศูนย์ปรึกษาปัญหาสุรา

