

โรคระบาดที่มากับน้ำท่วม (ตอนที่ 4) การดูแลและรักษาน้ำกัดเท้า

อาจารย์ ดร. วรพรรณ กิจผาติ

ภาควิชาสรีรวิทยา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ในปี พ.ศ.2554 ประเทศไทยได้ประสบภาวะอุทกภัยอย่างหนัก ครอบคลุมหลายบริเวณ ทั้งในภาคเหนือ ภาคอีสาน และภาคกลางโดยเฉพาะจังหวัด ลพบุรี นครสวรรค์ อุทัยธานี นนทบุรี และกรุงเทพมหานคร ทำให้ประชาชนได้รับความเดือดร้อนอย่างแสนสาหัสเป็นจำนวนมาก ทั้งไร้ที่อยู่อาศัย ขาดแคลนอาหารและน้ำสำหรับอุปโภคบริโภค และต้องใช้ชีวิตอยู่ในพื้นที่ที่มีน้ำท่วมขังอยู่เป็นระยะเวลานาน ทำให้เกิดโรคต่างๆ ตามมา เช่น โรคอุจจาระร่วง โรคตาแดง โรคฉี่หนู โรคผิวหนังต่างๆ รวมถึงภาวะน้ำกัดเท้า

น้ำกัดเท้าเป็นอาการทางผิวหนังที่พบบ่อยในภาวะอุทกภัย เกิดจากการระคายเคืองของผิวหนังบริเวณเท้าที่แช่อยู่ในน้ำที่สกปรกเป็นเวลานาน หรือมีความชื้นที่เท้าอยู่ตลอดเวลา หากปล่อยให้มีอาการอักเสบอย่างต่อเนื่อง ผิวหนังจะมีการเปื่อย จี๊ดๆ และมีการติดเชื้อแบคทีเรีย หรือเชื้อราตามมา ดังนั้นจึงสามารถแบ่งระยะและการรักษาภาวะน้ำกัดเท้า ตามอาการ ดังต่อไปนี้

ระยะที่เกิดการระคายเคือง

เป็นระยะแรกเมื่อเท้าแช่อยู่ในน้ำเป็นเวลานาน ทำให้เกิดการระคายเคือง มีอาการเท้าเปื่อย คัน แสบ ผิวหนังแดงและลอก ระยะนี้เป็นระยะที่เป็นมาไม่นาน จึงยังไม่มีอาการติดเชื้อใดๆ การรักษาจะใช้ยาทาสเตียรอยด์อ่อนๆ เช่น ไตรแอมซิโนโลนชนิดครีม (triamcinolone cream), เบตาเมทาโซนชนิดครีม (betamethasone cream) ทาบางๆ วันละ 2-3 ครั้ง หลังจากทำความสะอาดเท้าด้วยสบู่และเช็ดให้แห้งแล้ว

ระยะที่ติดเชื้อแบคทีเรีย

เป็นระยะที่มีอาการเป็นผื่นบวมแดงมาก มีหนอง และปวด อาการมักเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว หลังจากการแช่น้ำเป็นเวลานาน จนมีรอยแผลเปื่อยที่ผิวหนังซึ่งเป็นช่องทางให้เชื้อโรคเข้าสู่แผล การรักษาในกรณีที่เป็นไม่มาก ให้ล้างแผลด้วยน้ำเกลือ หรือด่างทับทิม แล้งทาแผลด้วยยาฆ่าเชื้อ เช่น โพวิโดน ไอโอดีน (povidone iodine) หรือ ขี้ผึ้งวิทฟิลด์ (Whitfield's ointment) วันละ 2-3 ครั้ง หลังจากทำความสะอาดเท้าด้วยสบู่และเช็ดให้แห้งแล้ว ส่วนในกรณีที่มีการติดเชื้อรุนแรง มีอาการบวมและปวดมาก หรือในผู้ป่วยเบาหวานหรือผู้ป่วยที่มีภูมิคุ้มกันต่ำ ให้ไปพบแพทย์เพื่อรับยาฆ่าเชื้อ (ยาปฏิชีวนะ) ชนิดฉีด หรือชนิดรับประทาน เช่น คลอซาคซิลลิน (cloxacillin)

ระยะที่ติดเชื้อรา

ระยะนี้มีความแตกต่างจากการติดเชื้อแบคทีเรียตรงที่การติดเชื้อรามักเกิดในผู้ที่แช่น้ำอย่างต่อเนื่องมาเป็นเวลานานมาก หรือผู้ที่มีนิ้วเท้าขีดหรือเกยกัน อาการคือผิวหนังมีขุยขาวเปื่อย มีกลิ่นเหม็น และมีอาการคัน ร่วมกับมีประวัติเป็นมานานเกิน 2 สัปดาห์ การรักษาจะใช้ยาด้านเชื้อรา เช่น ขี้ผึ้งวิทฟิลด์ (Whitfield's ointment), คีโตโคนาโซลชนิดครีม (ketoconazole cream) และ โคลทริมาโซล

ชนิดครีม (clotrimazole cream) โดยทาบางๆ วันละ 2-3 ครั้ง หลังจากทำความสะอาดเท้าด้วยสบู่และเช็ดให้แห้งแล้ว ซึ่งรูปแบบของยาจะต่างกันตรงที่ ขี้ผึ้งวิทฟิลด์ (Whitfield's ointment) มีลักษณะเป็นขี้ผึ้ง ส่วนคีโทโคนาโซลชนิดครีม (ketoconazole cream) และโคลทริมาโซลชนิดครีม (clotrimazole cream) เป็นยาครีมซึ่งมีความน่าใช้ ไม่เหนียวเหนอะหนะ แต่ก็ถูกชะออกได้ง่ายกว่า ดังนั้นการใช้ขี้ผึ้งวิทฟิลด์ (Whitfield's ointment) เป็นยาต้านเชื้อราในกรณีน้ำท่วมเท้าจะมีข้อดีเหนือกว่าการใช้ยาครีมเนื่องจากขี้ผึ้งจะเกาะติดผิวหนังได้ดี ไม่ถูกชะออกง่าย และความมันของขี้ผึ้งจะช่วยลดความเปียกชื้นของผิวหนังและช่วยเคลือบผิวหนังไว้ไม่ให้สัมผัสกับสิ่งสกปรกที่มากับน้ำได้ด้วย นอกจากนี้ขี้ผึ้งวิทฟิลด์ (Whitfield's ointment) ยังมีฤทธิ์ทำให้ผิวหนังลอก จึงช่วยให้ผิวหนังที่เป็นขุยหลุดลอกออกได้ง่าย อย่างไรก็ตามการใช้ขี้ผึ้งวิทฟิลด์ (Whitfield's ointment) อาจพบอาการข้างเคียงคือการระคายเคืองผิวหนังทำให้เกิดอาการแสบได้ ซึ่งแก้ไขได้โดยหลีกเลี่ยงการทาบริเวณแผลเปิด ลดความถี่ในการทา หรือหยุดทายาสักระยะ แล้วกลับไปทาใหม่เมื่ออาการระคายเคืองดีขึ้น อย่างไรก็ตาม หากการติดเชื้อรามีอาการรุนแรง ไม่ตอบสนองต่อยาที่ใช้ทา หรือมีการติดเชื้อที่เล็ดร่วร่วมด้วย ต้องไปพบแพทย์เพื่อตรวจหาเชื้อ และรับประทานยาต่อไป

จะเห็นได้ว่าการรักษาภาวะน้ำกัดเท้าในระยะแรกนั้น ยังไม่มีความจำเป็นต้องใช้ยาฆ่าเชื้อแต่อย่างใด ที่สำคัญคือต้องทำความสะอาดด้วยสบู่และเช็ดเท้าให้แห้งทันทีหลังขึ้นจากน้ำ โดยเฉพาะบริเวณซอกนิ้วเท้าส่วนระยะที่มีการติดเชื้อก็ควรใช้ยาให้ถูกกับเชื้อตามอาการแสดง และต้องทำความสะอาดด้วยสบู่และเช็ดเท้าและเช็ดให้แห้งทุกครั้งก่อนทายา และในกรณีที่เป็นการติดเชื้อราจะต้องทายาต่อเนื่องไปอีก 2-4 สัปดาห์หลังจากที่รอยโรคหายเป็นปกติแล้ว

สำหรับ ขี้ผึ้งวิทฟิลด์ (Whitfield's ointment) นั้น ถือว่ามีประโยชน์อย่างมากในการรักษาน้ำกัดเท้า ซึ่งสามารถใช้ได้กับน้ำกัดเท้าในทุกระยะ เนื่องจากช่วยลดอาการเท้าเปื่อย ลอก แดง และคันได้ และยังมีฤทธิ์ฆ่าเชื้อได้ทั้งเชื้อแบคทีเรียและเชื้อรา นอกจากนี้การทาขี้ผึ้งวิทฟิลด์ (Whitfield's ointment) ก่อนลงน้ำก็มีประโยชน์ในแง่ของการป้องกันเนื่องจากความมันของตัวขี้ผึ้งจะช่วยลดโอกาสในการสัมผัสของน้ำสกปรกกับผิวหนังได้ ซึ่งในส่วนของการป้องกันนี้ หากไม่มีขี้ผึ้งวิทฟิลด์ (Whitfield's ointment) ก็สามารถใส่ขี้ผึ้งวาสลีนทาให้ทั่วเท้า ทั้งนิ้วเท้าและง่ามนิ้วแทน แล้วเช็ดขี้ผึ้งออกและล้างเท้าให้สะอาดด้วยสบู่และเช็ดเท้าให้แห้งทันทีหลังขึ้นจากน้ำ

บรรณานุกรม

1. กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. แนวทางการดูแลรักษาโรคติดเชื้อต่างๆ ในภาวะอุทกภัยสำหรับบุคลากรทางการแพทย์ (ฉบับ 1 วันที่ 11 พฤศจิกายน 2554).
2. Whitfield's Ointment: ประเด็นควรทราบสำหรับเภสัชกร (online). Available from: <http://www.osotsala-chula.com/administrator/.../whitfield%20ointment.pdf>. (Cited 2011 Nov 14)
3. มูลนิธิหมอชาวบ้าน. น้ำกัดหรือเชื้อราก็กัดเท้ากันแน่ (online). Available from: <http://www.doctor.or.th/node/2751>. (Cited 2011 Nov 14).