

ตกขาว .. รักษาอย่างไร

รองศาสตราจารย์ ดร.ภญ.ศรีจันทร์ พรจิราศิลป์

ภาควิชาเภสัชวิทยา คณะเภสัชศาสตร์มหาวิทยาลัยมหิดล

(สอบทานความสมบูรณ์และถูกต้อง : รศ.ภญ.สมใจ นครชัย

และ ผศ.ดร.ภญ.วิลาสินี ชาติยะ)

ตกขาวเป็นปัญหาที่พบบ่อยในสตรีหมายถึงภาวะที่มีของเหลวออกมาทางช่องคลอด อาจก่อความรำคาญ รู้สึกเหนอะหนะ และอาจมีอาการผิดปกติต่างๆ เช่น คันช่องคลอด ระคายเคือง แสบขัดเวลาปัสสาวะเจ็บเวลามีเพศสัมพันธ์มีเลือดออกทางช่องคลอด (ปริมาณไม่มาก) อาจมีกลิ่นเหม็นร่วมด้วย ทำให้กังวลว่าต้องรีบรับการรักษาหรือไม่

แท้จริงแล้ว ตกขาวหรือระดูขาว มีทั้งที่ปกติและผิดปกติ ตกขาวปกติมีลักษณะคล้ายแป้งเปียก ไม่มีกลิ่น ส่วนตกขาวที่ผิดปกติอาจมีลักษณะต่างกันไปตามสาเหตุ ส่วนใหญ่เกิดจากการติดเชื้อ ฉะนั้นเมื่อมีตกขาวต้องพิจารณาก่อนว่าเป็นตกขาวปกติหรือผิดปกติ

ตกขาวปกติ

ผนังด้านในช่องคลอดบุด้วยเซลล์ชนิดเยื่อเมือกคล้ายเซลล์เยื่อเมือกที่บุในช่องปากและจมูก เซลล์นี้สร้างน้ำเมือกซึ่งมีลักษณะคล้ายแป้งละลายน้ำ ปกติไม่มีกลิ่นหรืออาจมีกลิ่นคาวเล็กน้อย น้ำเมือกนี้ช่วยหล่อลื่นช่องคลอด ช่วยขับสิ่งแปลกปลอมฆ่าเชื้อโรค และปรับสภาพความเป็นกรดต่างในช่องคลอดให้สมดุล ในแต่ละรอบประจำเดือนมีการเปลี่ยนแปลงของระดับฮอร์โมนเอสโตรเจนและโปรเจสเทอโรนในร่างกาย ซึ่งส่งผลต่อสภาพและปริมาณของน้ำเมือกในช่องคลอด ในช่วงกลางของรอบเดือน (ราววันที่ 14 ของรอบเดือน) เป็นช่วงใกล้เวลาไข่ตก น้ำเมือกในช่องคลอดจะเหลวใส และมีปริมาณมาก ส่วนช่วงอื่นน้ำเมือกจะข้น ขาวขุ่นคล้ายแป้งเปียกอย่างไรก็ดี ปริมาณน้ำเมือกในช่องคลอดมากหรือน้อยเพียงไร ขึ้นกับแต่ละคนบางคนไม่รู้สึกรู้สีกว่าน้ำเมือกออกมาจากช่องคลอด (ตกขาว) บางคนอาจรู้สึกว่ามีตกขาวในช่วง กลางรอบประจำเดือน หรือรู้สึกว่าการทำไมตกขาวใสๆ จึงเปลี่ยนเป็นขั้นขึ้น ละเอียดใจว่าเกิดความผิดปกติ ทั้งที่แท้จริงแล้วเป็นปกติ สิ่งที่น่าสงสัยก็คือตกขาวแบบปกติมักไม่มีอาการผิดปกติอื่น ๆ ร่วมด้วย เช่น แสบหรือคันช่องคลอด และมักหายได้เองโดยไม่ต้องให้การรักษาใดๆ ผู้หญิงทุกคนมีตกขาวเป็นเรื่องปกติ ช่วงเด็กอาจมีเพียงเล็กน้อย เมื่อถึงช่วงเริ่มมีประจำเดือน ตกขาวจะมากขึ้นและมีปริมาณที่พอเหมาะจนถึงวัยสูงอายุจากนั้นปริมาณลดลงจนแทบไม่มี บางช่วงอาจมีตกขาวมากกว่าปกติ เช่น ขณะตั้งครรภ์เวลาที่มีการกระตุ้นทางเพศ หลังจากมีกิจกรรมทางเพศหรือเมื่อใช้ยาคุมกำเนิดบางชนิด เป็นต้น

ตกขาวผิดปกติ

หากมีน้ำเมือกออกมาทางช่องคลอดปริมาณมากผิดปกติร่วมกับมีอาการคัน หรือปวดแสบปวดร้อน มีกลิ่นเหม็นและมีอาการเป็นอยู่นาน ไม่หายไปเอง เหล่านี้คืออาการของตกขาวที่ผิดปกติ สาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากการอักเสบติดเชื้อในช่องคลอด เรียกว่า “ช่องคลอดอักเสบ” สาเหตุรองลงมาได้แก่

เนื้องอก หากเกิดจากเนื้องอก มักมีเลือดปนในตกขาวด้วย ตกขาวผิดปกติยังอาจเกิดจากสิ่งแปลกปลอมในช่องคลอด เช่น ผ้าอนามัยชนิดสอดช่องคลอด หรือถุงยางคุมกำเนิด เป็นต้น

การอักเสบติดเชื้อในช่องคลอด อาจเกิดได้จากเชื้อหลายประเภท ทั้งเชื้อรา เชื้อแบคทีเรีย เชื้อปรสิต กรณีติดเชื้อรามักมีตกขาวลักษณะคล้ายนม หรือยางมะละกอ บางครั้งเป็นก้อน มีสีอาการคันมาก ร่วมกับมีผื่นคันแดงหรือบวมที่บริเวณปากช่องคลอด เจ็บเวลามีเพศสัมพันธ์ เชื้อราที่เป็นสาเหตุสำคัญคือ *Candida albicans* เป็นเชื้อราที่ชอบสภาพแวดล้อมที่ร้อนชื้นแบบในช่องคลอด การใส่เสื้อผ้าที่คับมาก สภาพร่างกายที่อ้วนมาก ทำให้ช่องคลอดอับชื้นหนักเป็นปัจจัยที่ทำให้เชื้อชนิดนี้เจริญเติบโต นอกจากนี้ ช่องคลอดอักเสบจากการติดเชื้อรา ยังอาจเกิดจากการใช้ยาปฏิชีวนะ หรือยาสเตียรอยด์ โรคเบาหวานที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้ การตั้งครรภ์หรือใช้ยาคุมกำเนิด หรือวัยหมดประจำเดือน เป็นต้น อย่างไรก็ตาม ช่องคลอดอักเสบจากการติดเชื้อราอาจไม่มีอาการแสดงอะไรเลยก็ได้

ช่องคลอดอักเสบจากการติดเชื้อแบคทีเรียอาจเกิดขึ้นเอง หรือติดต่อกจากการมีเพศสัมพันธ์ มักเกิดในหญิงที่ใช้ห่วงคุมกำเนิด ความผิดปกติเกิดจากการมีแบคทีเรียชนิดใดชนิดหนึ่งเจริญเติบโตมากกว่าปกติ ทำให้แบคทีเรียชนิดที่มีประโยชน์ต่อร่างกายคือ *Lactobacilli* ในช่องคลอดมีจำนวนลดลง ตกขาวจากการติดเชื้อแบคทีเรียมักมีสีขาว สีเทา หรือสีเหลืองอาจมีกลิ่นคาวปลา รวมทั้งมีอาการคัน แสบร้อนช่องคลอดร่วมด้วย

ช่องคลอดอักเสบจากการติดเชื้อปรสิต *Trichomonas vaginalis* ติดต่อกโดยการมีเพศสัมพันธ์กับผู้ที่มีการติดเชื้อนี้อยู่ ตกขาวมักมีสีเหลือง เป็นฟอง และมีกลิ่นเปี้ยว

ความผิดปกติในช่องคลอดยังอาจเกิดได้จากเหตุอื่นนอกจากการติดเชื้อ เช่น การฉีกล้างช่องคลอด การใช้สบู่หอม การใช้สารฆ่าเชื้อ อาจทำให้เกิดการแพ้หรือระคายเคืองช่องคลอด การลดลงของฮอร์โมนเพศหญิงในวัยหมดประจำเดือนจะทำให้เยื่อช่องคลอดบางลง ก็ทำให้ช่องคลอดเกิดอาการคันและแสบร้อนได้เช่นกัน

การรักษาตกขาวผิดปกติ

ยาที่ใช้สำหรับช่องคลอดอักเสบจากการติดเชื้อแบคทีเรียให้ได้ทั้งวิธีรับประทานหรือสอดเข้าช่องคลอด เช่น

- Metronidazole 500 mg รับประทาน วันละ 2 ครั้งเป็นเวลา 7 วัน
- Metronidazole gel 0.75% ครั้งละ 5 กรัม สอดเข้าช่องคลอดโดยใช้ applicator (บีบยาเต็ม applicator ที่ให้มาด้วยในกล่องยา แล้วสอด applicator พร้อมยาเข้าไปข้างในช่องคลอดให้ลึกที่สุด ระบายเท่าที่ไม่รู้สึกเจ็บ แล้วค่อย ๆ กดแกนกลางของ applicator เพื่อปล่อยยาเข้าช่องคลอด) วันละครั้ง ก่อนนอน เป็นเวลา 5 วัน
- Clindamycin cream 2% ครั้งละ 5 กรัม สอดเข้าช่องคลอด โดยใช้ applicator วันละครั้ง ก่อนนอน เป็นเวลา 7 วัน
- Metronidazole 2 g รับประทานครั้งเดียว
- Clindamycin 300 mg รับประทาน วันละ 2 ครั้งเป็นเวลา 7 วัน
- Clindamycin ovules 100 g สอดเข้าช่องคลอด วันละครั้ง ก่อนนอน เป็นเวลา 3 วัน

ยาที่ใช้สำหรับช่องคลอดอักเสบจากการติดเชื้อรา โดยมากเป็นยาเหน็บ หรือ ยาทาช่องคลอด
เช่น

- Butoconazole 2% cream ครั้งละ 5 กรัมสอดเข้าช่องคลอดโดยใช้ applicator วันละครั้ง ก่อนนอน เป็นเวลา 3 วัน
- Clotrimazole 1% cream ครั้งละ 5 กรัมสอดเข้าช่องคลอดโดยใช้ applicator วันละครั้ง ก่อนนอน เป็นเวลา 7--14 วัน
- Clotrimazole 100 mg สอดช่องคลอด วันละครั้งก่อนนอน เป็นเวลา 7 วัน
- Clotrimazole 100 mg vaginal tablet สอดเข้าช่องคลอด วันละ 2 เม็ด ก่อนนอน เป็นเวลา 3 วัน
- Clotrimazole 500 mg vaginal tablet สอดเข้าช่องคลอด 1 เม็ดครั้งเดียว
- Miconazole 2% cream ครั้งละ 5 กรัมสอดเข้าช่องคลอดโดยใช้ applicator วันละครั้ง ก่อนนอน เป็นเวลา 7 วัน
- Miconazole 100 mg vaginal suppository สอดช่องคลอด วันละครั้งก่อนนอน เป็นเวลา 7 วัน
- Miconazole 200 mg vaginal suppository สอดช่องคลอดวันละครั้งก่อนนอน เป็นเวลา 3 วัน
- Miconazole vaginal ovule 1200mg ครั้งเดียว
- Miconazole 400mg สอดช่องคลอด วันละครั้งก่อนนอน เป็นเวลา 3 วัน
- Tioconazole 6.5% ointment 5 กรัมครั้งเดียวสอดเข้าช่องคลอดโดยใช้ applicator
- Terconazole 0.4% cream ครั้งละ 5 กรัมสอดเข้าช่องคลอดโดยใช้ applicator วันละครั้ง ก่อนนอน เป็นเวลา 7 วัน
- Terconazole 0.8% cream ครั้งละ 5 กรัมสอดเข้าช่องคลอดโดยใช้ applicator วันละครั้ง ก่อนนอน เป็นเวลา 3 วัน
- Terconazole 80 mg vaginal suppository ใส่ช่องคลอด วันละครั้งก่อนนอน เป็นเวลา 3 วัน
- รับประทานยาเม็ด Fluconazole 150 mg 1 เม็ดครั้งเดียว
- รับประทาน Itraconazole 200mg วันละ 2 ครั้ง เป็นเวลา 1 วัน

ยาที่ใช้สำหรับช่องคลอดอักเสบจากการติดเชื้อปรสิต *Trichomonas vaginalis* ใช้ยารับประทาน โดยต้องรักษาคู่นอนพร้อมกันไปด้วยแม้ว่าจะไม่มีอาการ ยาที่ใช้ได้แก่

- Metronidazole 2 กรัม รับประทานครั้งเดียว
- Metronidazole 500 มิลลิกรัมรับประทานวันละ 2 ครั้งเป็นเวลา 7 วัน
- Tinidazole 2 กรัม รับประทานครั้งเดียว

เอกสารอ้างอิง

1. <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/vaginitis/basics/treatment/con-20022645>
access 23/04/2016
2. 2011 European (IUSTI/WHO) Guideline on the Management of Vaginal Discharge.
http://www.iusti.org/regions/europe/pdf/2011/Euro_Guidelines_Vaginal_Discharge_2011.Intl_Jrev.pdf access 27/04/2016
3. <http://www.cdc.gov/std/treatment/2010/vaginal-discharge.htm> access 27/04/2016