

# ยารักษาโรคเท้าเหม็นจากเชื้อแบคทีเรีย

อาจารย์ ดร.ภก. สุรศักดิ์ วิชัยโย

ภาควิชาเภสัชวิทยา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ผู้อ่านเคยเป็นหรือเคยเห็นคนใกล้ชิดเป็นแบบนี้กันบ้างไหม? บางช่วงที่ต้องใส่ถุงเท้าและรองเท้าทำงานนาน ๆ และมีเหงื่อออกที่เท้ามาก ๆ หลายวันติดต่อกัน จะเริ่มรู้สึกที่ตัวเองมีกลิ่นเท้าเหม็น ทั้ง ๆ ที่เปลี่ยนถุงเท้าทุกวัน และเมื่อสังเกตที่ฝ่าเท้าพบว่ามียาพิษเป็นรูเล็ก ๆ หรือถลอกเป็นปื้น ๆ ร่วมกับอาการกลิ่นเหม็นนั้น ยิ่งไปกว่านั้น บางคนคิดว่าตัวเองเป็นโรคน้ำกัดเท้าที่เกิดจากเชื้อราจึงหาซื้อยามาซื้อยามาทาแต่ก็ไม่หาย ที่เป็นเช่นนั้นก็เพราะว่า อาการเท้าเหม็นที่ว่ามันนั้นไม่ได้เกิดจากเชื้อราแต่เป็นเชื้อแบคทีเรีย ซึ่งบางครั้งเรียกโรคนี้ว่า “โรคเท้าเป็นรู” หรือ “โรคเท้าเหม็นเป็นรู” ในบทความนี้จะนำเสนอข้อมูลเกี่ยวกับโรคนี้ว่าเป็นอย่างไร และมียาอะไรบ้างที่ใช้ในการรักษา

## โรคเท้าเหม็นจากเชื้อแบคทีเรีย เกิดได้อย่างไร

โรคเท้าเหม็นจากเชื้อแบคทีเรีย มีชื่อภาษาอังกฤษว่า “pitted keratolysis (พิต-เต็ด-เคอร์-รา-โท-ไล-ซิส)” ตามลักษณะอาการที่พบ นั่นคือ ผิวหนังบริเวณฝ่าเท้าเป็นรู (pitted = รู หรือ หลุม) เนื่องจากมีการหลุดลอกของผิวหนังชั้นบน (keratolysis = การสลายของผิวหนังชั้นบน) ซึ่งมีสาเหตุมาจากการติดเชื้อแบคทีเรียแกรมบวก โดยเฉพาะกลุ่ม *Corynebacterium spp.* (โค-ราย-นี-แบค-ที-เรียม) หรือ *Kytococcus sedentarius* (ไค-โต-คอค-คัส-ซี-เด็น-ทา-เรียส) ซึ่งปกติพบบนผิวหนังของมนุษย์ในปริมาณพอเหมาะ แต่สามารถเจริญเติบโตได้ดีในสภาวะอับชื้น โดยเฉพาะในเขตร้อนชื้นอย่างบ้านเรา ดังนั้น ผู้ที่มีเหงื่อออกมากและสวมใส่ถุงเท้าและรองเท้าที่ระบายอากาศได้ไม่ดีหรือไม่รักษาความสะอาดของถุงเท้าและรองเท้า มักส่งเสริมการเพิ่มจำนวนของเชื้อแบคทีเรียดังกล่าวจนก่อให้เกิดโรคที่ฝ่าเท้าได้ โดยเชื้อเหล่านี้สามารถผลิตเอนไซม์ออกมาย่อยสลายผิวหนังชั้นบนจนเกิดเป็นรูหรือหลุม (ดังแสดงในรูปภาพ) โดยเฉพาะฝ่าเท้าบริเวณที่ต้องรับน้ำหนักมาก ๆ แต่มักไม่มีอาการคัน (แตกต่างจากเชื้อราหรือน้ำกัดเท้า) ส่วนกลิ่นเท้าที่เหม็นนั้นเกิดจากเชื้อแบคทีเรียสร้างสารประกอบซัลเฟอร์ (sulfur compounds) ออกมาซึ่งมีกลิ่นเฉพาะตัว อย่างไรก็ตาม โรคนี้ไม่ใช่โรคติดต่อ จึงไม่ต้องกังวลว่าหากอยู่ใกล้ชิดกับผู้ที่เป็นโรคนี้แล้วจะติดมาด้วย



(ที่มา: Dermatol Ther 2014;27:101-4. และ BMJ 2018;361. และ <https://www.picuki.com/media/1545955948564571000>)

## รูปภาพแสดงอาการของโรคเท้าเหม็นจากเชื้อแบคทีเรีย

### โรคเท้าเหม็นจากเชื้อแบคทีเรีย รักษาอย่างไร

ยาหลักที่ใช้รักษาโรคนี้ ได้แก่ ยาฆ่าเชื้อแบคทีเรียชนิดทาผิวหนัง (ดังแสดงในตาราง) ซึ่งใช้เวลารักษาประมาณ 2-4 สัปดาห์ ร่วมกับการรักษาความสะอาดและดูแลเท้าด้วยสบู่ที่มียาฆ่าเชื้อ และอาจต้องใช้สารระงับเหงื่อ เช่น 20% aluminium chloride (อะลูมิเนียม-คลอไรด์) ซึ่งมีทั้งชนิดผงโรยเท้าและน้ำยาทาเท้า วันละ 1-2 ครั้ง อย่างไรก็ตาม ผู้ป่วยต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสวมใส่ถุงเท้าและรองเท้าร่วมด้วย นอกจากนี้ บางกรณีแพทย์อาจจ่ายยาฆ่าเชื้อแบคทีเรียชนิดรับประทานให้ผู้ป่วย โดยเฉพาะผู้ที่มีอาการเป็นบริเวณกว้าง หรือใช้ยาทาแล้วไม่หาย แต่ยารับประทานอาจทำให้เกิดอาการข้างเคียงได้มากกว่า เช่น คลื่นไส้ อาเจียน หรืออาการแพ้ยา เป็นต้น

### ตารางแสดงตัวอย่างยาฆ่าเชื้อที่ใช้รักษาโรคเท้าเหม็นจากเชื้อแบคทีเรีย

| ชื่อยา                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | วิธีใช้ยา                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ยาทาผิวหนัง</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>— 2-4% Erythromycin (อี-ริ-โทรมัย-ซิน)</li> <li>— 1% Clindamycin (คลิน-ด้ามัย-ซิน)</li> <li>— 2% Mupirocin (มิว-พิ-โร-ซิน)</li> <li>— 2% Fusidic acid (ฟิว-ซิ-ติก-แอ-ลิด)</li> <li>— 5% Benzoyl peroxide (เบน-โซ-อิล-เปอร์-ออก-ไซด์)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>— อาจเป็นครีม เจล หรือขี้ผึ้ง (ointment)</li> <li>— ทาบาง ๆ บนฝ่าเท้าบริเวณที่เป็นโรค วันละ 1-2 ครั้ง</li> </ul> |
| <b>ยารับประทาน</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Erythromycin ขนาดยา 250-500 มิลลิกรัม</li> <li>— Clindamycin ขนาดยา 150-300 มิลลิกรัม</li> <li>— Cephalexin (เซ-ฟา-เล็ก-ซิน) ขนาดยา 250-500 มิลลิกรัม</li> </ul>                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>— เป็นยาแคปซูล</li> <li>— รับประทานวันละ 4 ครั้ง (เช้า-กลางวัน-เย็น-และก่อนนอน)</li> </ul>                       |

## วิธีการดูแลตัวเอง เพื่อป้องกันการเกิดโรคเท้าเหม็นจากเชื้อแบคทีเรีย

สำหรับผู้ที่เคยเป็นโรคนี้แล้วมักเป็นซ้ำได้อีก ดังนั้น จึงควรดูแลเท้าให้แห้งอยู่เสมอ และปฏิบัติตัวดังนี้

- ☐ ล้างหรือฟอกเท้าด้วยสบู่หรือผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดร่างกายที่ผสมยาฆ่าเชื้อ แล้วเช็ดให้แห้ง
- ☐ ทาสารระงับเหงื่อที่เท้า (ดังกล่าวมาแล้ว) อย่างน้อยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง
- ☐ สวมถุงเท้าที่ดูดซับเหงื่อได้ดี เช่น ถุงเท้าที่ทำจากผ้าฝ้าย หรือ wool เป็นต้น
- ☐ เปลี่ยนถุงเท้าบ่อยขึ้น โดยเฉพาะเมื่อมีเหงื่อออกมาก
- ☐ สวมรองเท้าหุ้มส้น เช่น รองเท้าบูท รองเท้ากีฬา รองเท้าคัทชู ในช่วงเวลาที่สั้นที่สุดเท่าที่จะทำได้
- ☐ ไม่ควรสวมรองเท้าเดิมติดต่อกันเกินสองวัน ควรสลับการใช้เพื่อจะได้นำไปตากให้แห้ง
- ☐ ควรสวมรองเท้าแตะที่มีการระบายอากาศที่ดี เมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่ไม่จำเป็นต้องสวมใส่ชุดพิธีการมากนัก
- ☐ ไม่ควรใช้ถุงเท้า รองเท้า หรือผ้าเช็ดตัวร่วมกับผู้อื่น แม้โรคนี้จะไม่ใช้โรคติดต่อ

จากที่กล่าวมาทั้งหมด ผู้อ่านคงเห็นแล้วว่าอาการเท้าเหม็นและเป็นรูนั้นสามารถป้องกันและรักษาได้ หากใครสงสัยว่าตัวเองมีอาการคล้ายโรคนี้ ควรไปปรึกษาแพทย์ผิวหนังเพื่อให้ได้รับการตรวจวินิจฉัยโรคอย่างถูกต้อง หรือในเบื้องต้นสามารถไปปรึกษาเภสัชกรในร้านยาใกล้บ้าน เพื่อให้ได้รับคำแนะนำหรือส่งต่อผู้ป่วยเข้าสู่การรักษาอย่างเหมาะสม

## เอกสารอ้างอิง

1. Bristow IR, Lee YL. Pitted keratolysis: a clinical review. J Am Podiatr Med Assoc 2014;104:177-82.
2. Pranteda G, Carlesimo M, Pranteda G, Abruzzese C, Grimaldi M, De Micco S, et al. Pitted keratolysis, erythromycin, and hyperhidrosis. Dermatol Ther 2014;27:101-4.
3. Leung AK, Barankin B. Pitted Keratolysis. J Pediatr 2015;167:1165.
4. Gao Y, Liu Z. Pits on the sole of the foot. BMJ 2018;361.
5. Law RWY, So E, Chu AKC, Logan DB. Pitted keratolysis: a case report and review of current literature. Proceedings of Singapore Healthcare 2018.
6. Oakley A. Pitted keratolysis [Internet]. Dermnetnz.org. 2016 [cited 26 Jun 2020]. Available from: <https://dermnetnz.org/topics/pitted-keratolysis/>