

โรคสะเก็ดเงิน (Psoriasis) เป็นโรคผิวหนังเรื้อรังที่เกิดจากการแบ่งตัวผิดปกติของเซลล์ผิวหนังอย่างรวดเร็วกว่าปกติโดยการกระตุ้นของสารเคมีจากเซลล์เม็ดเลือดขาวที่เรียกว่า ลิมโฟไซต์ (Lymphocytes) ชนิดเซลล์ที (T-cell) ทำให้เกิดการอักเสบจนเกิดเป็นผื่นหนาขนาดใหญ่ มีลักษณะสีเงินและแดงที่ผิวหนังได้ทั่วร่างกาย โรคนี้สามารถเกิดได้ในคนทุกเพศทุกวัย



หากจำแนกตามประเภทของโรคพบว่ามีย่อยหลายชนิด แต่ที่พบได้บ่อยมีดังนี้

- โรคสะเก็ดเงินชนิดผื่นหนาหรือปื้นหนา (Plaque Psoriasis/Psoriasis Vulgaris) เป็นชนิดที่พบบ่อยที่สุดประมาณ 80% บริเวณผิวหนังจะมีลักษณะเป็นผื่นแดงหนาคลุมด้วยสีเงิน ส่วนใหญ่มักเกิดกับผิวบริเวณข้อศอก หัวเข่า และหนังศีรษะ
 - โรคสะเก็ดเงินชนิดผื่นขนาดเล็ก (Guttate Psoriasis) เป็นชนิดที่มักเกิดกับเด็กและวัยรุ่นเป็นส่วนใหญ่ โดยพบได้ประมาณ 10%
- ของโรคสะเก็ดเงินที่เกิดกับผู้ป่วย ลักษณะผิวหนังจะเป็นจุดสีชมพูขนาดเล็ก และอาจกลายเป็นผื่นหนาสีแดงได้เหมือนกับชนิดผื่นหนา สามารถเกิดได้บ่อยที่แขน ขา

หรือตามลำตัว

- โรคสะเก็ดเงินชนิดที่มีตุ่มหนอง (Pustular Psoriasis) เป็นชนิดที่เกิดได้มากในวัยผู้ใหญ่ บริเวณผิวหนังมีตุ่มหนองสีขาวกระจายเป็นวงกว้างและเกิดการอักเสบจนแดง มักพบมากตามแขนขา อาจเกิดการแพร่กระจายไปทั่วลำตัวได้ บางรายอาจมีอาการอื่นร่วมด้วย เช่น [ไข้](#) ขึ้น รู้สึกคันตามผิวหนัง [ไม่](#)อยากอาหาร
- โรคสะเก็ดเงินชนิดเกิดตามข้อพับ (Inverse Psoriasis/Intertriginous Psoriasis) ผิวหนังเป็นผื่นแดง มีความเรียบและเงา มักเกิดขึ้นตามข้อพับและซอกต่าง ๆ ตามร่างกาย เช่น หนี้ออก รักแร้ ขาหนีบ หรือรอบอวัยวะเพศ
- โรคสะเก็ดเงินชนิดผื่นแดงลอกทั่วตัว (Erythrodermic Psoriasis) เป็นชนิดที่รุนแรงและพบได้น้อย เพราะสามารถเกิดขึ้นได้ประมาณ 3% โดยผิวหนังจะเกิดผื่นแดงขนาดใหญ่และลอกอย่างรุนแรง ทำให้ผู้ป่วยรู้สึกคันและเจ็บ

อาการของโรคสะเก็ดเงิน

ผู้ป่วยจะมีอาการที่แตกต่างกันออกไปตามชนิดของโรคสะเก็ดเงินที่ผู้ป่วยเป็น ความผิดปกติที่พบได้บ่อยตามร่างกาย เช่น ผิวหนังมีลักษณะแดง ตกสะเก็ดเป็นขุยสีขาว เป็นผื่นแดงนูน เกิดการอักเสบของผิว ผิวแห้งมากจนแตกและมีเลือดออก หนังศีรษะลอกเป็นขุย เล็บมือและเท้าหนาขึ้น มีรอยขุม ฝีรูปรูทรวง ปวดข้อต่อและมีอาการบวมตามข้อต่อ และยังทำให้ผู้ป่วยมีอาการเจ็บ คัน หรือรู้สึกแสบร้อนบริเวณผิวหนัง ซึ่งการดำเนินของโรคแต่ละชนิดมีความคล้ายคลึงกัน อาการอาจคงอยู่นานหลายวันไปจนถึงหลายสัปดาห์ แล้วค่อย ๆ บรรเทาลง แต่เมื่อมีสิ่งมากระตุ้นก็อาจทำให้อาการของโรคกำเริบขึ้นซ้ำได้ อย่างไรก็ตาม ในรายที่อาการไม่กำเริบอาจอยู่ในระยะสงบของโรค จึงทำให้ผู้ป่วยไม่พบอาการผิดปกติที่แสดงออกมา

สาเหตุการเกิดโรคสะเก็ดเงิน

โรคสะเก็ดเงินยังไม่พบสาเหตุการเกิดที่แน่ชัด

แต่คาดการณ์ว่าปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดการพัฒนารูปร่างของโรคขึ้นได้อาจมาจากเซลล์เม็ดเลือดขาวในระบบภูมิคุ้มกันเกิดความผิดปกติ จึงได้ทำลายเซลล์ผิวหนังแทนสิ่งแปลกปลอมที่เข้าสู่ร่างกาย และอีกปัจจัยมาจากการถ่ายทอดทางกรรมพันธุ์ของคนในครอบครัวที่เป็นโรคสะเก็ดเงินและโรคผิวหนังอื่น ๆ นอกจากนี้ยังมีปัจจัยภายนอกที่ช่วยกระตุ้นให้เกิดโรคได้ เช่น การบาดเจ็บบริเวณผิวหนัง การติดเชื้อเอชไอวี การใช้ยารักษาโรคหัวใจและความดันสูง หรือความเครียด ซึ่งปัจจัยที่เป็นตัวกระตุ้นเหล่านี้จะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล

การวินิจฉัยโรคสะเก็ดเงิน

แพทย์จะสอบถามอาการ ประวัติการเจ็บป่วยของผู้ป่วยและบุคคลในครอบครัว รวมไปถึงสภาวะอื่น ๆ ของผู้ป่วย ก่อนมีการตรวจร่างกายและบริเวณผิวหนังที่เกิดความผิดปกติ เพื่อช่วยวินิจฉัยว่าผู้ป่วยเป็นโรคสะเก็ดเงินหรือโรคผิวหนังชนิดอื่นที่มีอาการคล้ายคลึงกัน แต่ในบางรายที่อาการไม่ชัดเจน แพทย์อาจมีการส่งตรวจเพิ่มเติมโดยการเก็บตัวอย่างจากผิวหนังไปตรวจวิเคราะห์ด้วยกล้องจุลทรรศน์ในห้องปฏิบัติการ ส่วนในรายที่พบว่าเป็นโรคข้ออักเสบสะเก็ดเงิน (Psoriatic Arthritis) ที่มีอาการปวดข้อร่วมด้วยอาจต้องมีการ [ตรวจเลือด](#) หรือเอกซเรย์ เพื่อหาชนิดของโรคไขข้อกระดูกอื่นเพิ่มเติม

การรักษาโรคสะเก็ดเงิน

โรคสะเก็ดเงินไม่สามารถรักษาได้หายขาด แต่การรักษาทำได้เพียงบรรเทาอาการให้ผู้ป่วยรู้สึกดีขึ้น ลดการอักเสบและผิวหนังที่ตกสะเก็ด
ชะลอการเติบโตของเซลล์ผิวหนัง และขจัดผิวหนังที่เป็นแผ่นแข็ง ซึ่งการรักษาสามารถทำได้หลายวิธี
ผู้ป่วยที่มีอาการเพียงน้อยถึงปานกลางอาจรักษาด้วยการใช้ยาทาภายนอก ส่วนในรายที่มีอาการปานกลางไปจนถึงรุนแรง แพทย์อาจรักษาด้วยการใช้ยารับประทาน
ยาฉีดเข้าเส้น หรือการฉายแสงด้วยรังสีอัลตราไวโอเล็ต การรักษาอาจใช้หลายวิธีควบคู่กันหรือเพียงวิธีเดียว เพื่อช่วยให้อาการดีขึ้น
นอกจากนี้ผู้ป่วยควรมีการดูแลเรื่องการรับประทานอาหาร ระวังการรับประทานวิตามินเสริม หลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์หรือสูบบุหรี่
รวมไปถึงลดน้ำหนักลงให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นปัจจัยกระตุ้นให้โรคกำเริบขึ้นมาได้

ภาวะแทรกซ้อนของโรคสะเก็ดเงิน

โรคสะเก็ดเงินสามารถเพิ่มความเสี่ยงให้ผู้ป่วยเกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรคต่าง ๆ ได้มากขึ้น เช่น โรคข้ออักเสบสะเก็ดเงิน โรคเกี่ยวกับหัวใจและหลอดเลือด
โรคเมรังต์ต่อมน้ำเหลือง หรือการติดเชื้อ ซึ่งภาวะแทรกซ้อนที่พบส่วนใหญ่มักจะเกิดกับผู้ป่วยที่มีอาการรุนแรงของโรคระดับปานกลางไปจนถึงรุนแรง
นอกจากนี้ยังทำให้ผู้ป่วยต้องเผชิญกับปัญหาที่รบกวนทางด้านจิตใจ เช่น แยกตัวออกจากสังคม รู้สึกหดหู่ หมดความมั่นใจ
เกิดความลำบากในการใช้ชีวิตและทำกิจกรรมต่าง ๆ เนื่องจากสภาพร่างกายภายนอกที่เกิดจากโรค

การป้องกันโรคสะเก็ดเงิน

โรคสะเก็ดเงินยังไม่พบสาเหตุการเกิดที่แน่ชัด การป้องกันโรคจึงยังไม่สามารถทำได้เต็มประสิทธิภาพ แต่ทางที่ดีที่สุดในการป้องกันโรค คือ
ต้องพยายามหลีกเลี่ยงสิ่งกระตุ้นของการเกิดโรค เช่น พยายามหลีกเลี่ยงความเครียดในชีวิตประจำวันให้มากที่สุด
การรับประทานยาบางชนิดควรมีการปรึกษาแพทย์ก่อนการใช้ยา เช่น ยา lithium ยาต่อต้านมาลาเรีย ยาลดความดันโลหิต ยาในกลุ่มลดการอักเสบ
พยายามดูแลผิวหนังไม่ให้บาดเจ็บจากสิ่งแวดล้อมภายนอก หากเกิดอาการผิดปกติบริเวณผิวหนังควรมีการพบแพทย์ ดูแลร่างกายไม่ให้ติดเชื้อ
เลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ครบ 5 หมู่ในสัดส่วนที่เหมาะสมในแต่ละวัน

อาการของโรคสะเก็ดเงินในแต่ละรายอาจแตกต่างกันออกไปขึ้นอยู่กับชนิดของโรคที่ผู้ป่วยเป็น ซึ่งลักษณะและอาการที่พบได้บ่อยมีดังนี้

- มีผื่นแดงนูน เกิดการอักเสบของผิว
- ผิวหนังมีลักษณะแดง ตกสะเก็ดเป็นขุยสีขาว
- [ผิวแห้ง](#) มาก อาจแตกและมีเลือดออก
- รู้สึกเจ็บ คัน หรือรู้สึกแสบร้อนบริเวณที่เกิดผื่น

- เล็บมือและเท้าหนาขึ้น มีรอยบุ๋ม ผิดรูปทรง
- หนังศีรษะลอกเป็นขุย
- ปวดข้อต่อและเกิดอาการบวม

ผู้ป่วยอาจมีอาการเหล่านี้เพียงบางส่วนหรืออาจเป็นได้ทั้งหมด โดยมักจะเกิดกับผิวหนังได้ทั่วร่างกาย ตั้งแต่บริเวณเล็ก ๆ จนขยายไปทั่วร่างกาย การดำเนินของโรคสะเก็ดเงินแต่ละชนิดมีความคล้ายคลึงกัน อาการของโรคอาจคงอยู่นานหลายวันไปจนถึงหลายสัปดาห์ แล้วค่อย ๆ บรรเทาจนแทบไม่สังเกตเห็นความผิดปกติบนผิวหนัง แต่เมื่อมีสิ่งกระตุ้นก็อาจทำให้อาการของโรคกลับมารุนแรงขึ้นใหม่ อย่างไรก็ตาม ในรายที่ไม่พบอาการกำเริบขึ้นมาใหม่ก็ไม่ได้แปลว่าหายจากโรคสะเก็ดเงินอย่างเด็ดขาด แต่มักจะอยู่ในช่วงระยะสงบของโรคที่ทำให้ไม่มีอาการผิดปกติแสดงออกมา

สาเหตุของโรคสะเก็ดเงินนั้นยังไม่แน่ชัด

แต่เป็นสภาวะของร่างกายจากความผิดปกติของระบบภูมิคุ้มกันจนทำให้เซลล์ผิวหนังมีการแบ่งตัวอย่างรวดเร็วกว่าปกติหลายเท่า และร่างกายไม่สามารถควบคุมการแบ่งตัวได้ ทำให้ผิวหนังเกิดทับซ้อนกันหนาขึ้น ตกเป็นขุย เพราะการผลิตเซลล์ผิวไม่เป็นไปตามปกติ ปัจจุบันคาดการณ์ว่ากลไกที่ทำให้เกิดโรคอาจมาจาก 2 ปัจจัยหลัก ได้แก่

- ระบบภูมิคุ้มกัน - ในระบบร่างกายปกติ เซลล์เม็ดเลือดขาวชนิดที่เรียกว่า ลิมโฟไซต์ชนิดเซลล์ที จะทำลายสิ่งแปลกปลอมที่เข้าสู่ร่างกาย แต่เมื่อเกิดความผิดปกติ จึงทำให้เซลล์เม็ดเลือดขาวเหล่านี้ทำหน้าที่ผิดปกติไป โดยจะเข้าไปทำลายเซลล์ผิวหนังแทน
- กรรมพันธุ์ - ผู้ที่มีบุคคลในครอบครัวเป็นโรคนี้หรือโรคทางด้านผิวหนังอื่น ๆ มีโอกาสเสี่ยงมากขึ้นในการเป็นโรคสะเก็ดเงิน แต่ปัจจัยนี้ก็ยังไม่สามารถกำหนดได้ชัดเจนว่าผู้ที่มีประวัติคนในครอบครัวจะเป็นโรคชนิดนี้อย่างแน่นอน

นอกจากนี้ยังมีปัจจัยอื่นที่กระตุ้นการเกิดโรคได้ซึ่งจะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล หากพบต้นเหตุที่เป็นสิ่งกระตุ้นได้ก็จะทำให้สามารถควบคุมอาการได้ดีขึ้น เช่น

- การบาดเจ็บบริเวณผิวหนัง ผิวหนังถูกทำลายหรือได้รับบาดเจ็บ เป็นรอยแผล โดนแมลงกัด การติดเชื้อ ผิวหนังไหม้ การสัก การเสียดสีหรือขูดบริเวณผิวหนังมากเกินไป
 - การติดเชื้อบางชนิดที่ก่อให้เกิดโรคก็สามารถกระตุ้นให้ผิวหนังสามารถได้รับความเสียหายได้ โดยเฉพาะเชื้อบริเวณลำคอและระบบทางเดินหายใจ เช่น หวัด ไข้หวัด **ปอดบวม หลอดลมอักเสบ ต่อม ทอนซิลอักเสบ คออักเสบ หรือเชื้อเอชไอวี**
 - ยาบางประเภทที่ใช้รักษาโรคประจำตัวอาจส่งผลให้มีการพัฒนาของโรคได้ เช่น ยาลิเทียม (Lithium) ใช้รักษาโรคไบโพลาร์และโรคทางจิต ยารักษาภาวะความดันโลหิตสูงและโรคหัวใจอย่างยาในกลุ่มเบต้า บล็อกเกอร์ (Beta Blocker) หรือยาในกลุ่มเอซีอี อินฮิบิเตอร์ (ACE Inhibitors) ยาอินโดเมทาซิน (Indomethacin) ที่เป็นยาต้านการอักเสบ และอื่น ๆ
 - น้ำหนัก ผู้ที่เป็นโรคอ้วนหรือมีปัญหาน้ำหนักเกินอาจมีแนวโน้มเกิดรอยพับหรือย่นบริเวณผิวหนังได้มากกว่าคนทั่วไป
 - ความเครียดทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นด้านร่างกาย จิตใจ และอารมณ์
- ทำให้ระบบภูมิคุ้มกันในร่างกายต้องตอบสนองต่อความเครียดที่เกิดขึ้น
- การดื่มแอลกอฮอล์อาจเป็นอีกตัวกระตุ้นในการเกิดหรือกำเริบมากขึ้น โดยเฉพาะผู้ที่ดื่มปริมาณมาก ทั้งเพศชายและเพศหญิง
 - ผู้ที่สูบบุหรี่และผู้ที่ได้รับควันบุหรี่มือสองมีโอกาสเสี่ยงในการเป็นโรคสูงขึ้น ส่วนในรายที่มีอาการอยู่แล้วอาจทำให้อาการแย่ลงได้
 -

สำหรับการรักษาโรคสะเก็ดเงินนั้น ไม่สามารถรักษาได้หายขาด ทำได้เพียงบรรเทาอาการให้ดีขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยลดการอักเสบและผิวหนังที่ตกสะเก็ด ชะลอการเติบโตของเซลล์ผิวหนัง และขจัดผิวหนังที่เป็นแผ่นแข็ง สามารถแบ่งวิธีการรักษาได้เป็นหลายวิธี

ยาทาภายนอก เป็นยาในรูปแบบครีมและน้ำมันโดยทาลงไปบริเวณผิวหนังที่มีอาการโดยตรง ซึ่งจะช่วยบรรเทาอาการต่าง ๆ ให้ดีขึ้นได้ เช่น
ยากลุ่มคอร์ติโคสเตียรอยด์ (Topical Corticosteroids) ยาทาในกลุ่มกรดวิตามินเอ (Topical Retinoids) ยาแอนทราลีน (Anthralin)
ยาในกลุ่มสารเลียนแบบวิตามินดี (Vitamin D Analogue) กรดซาลิซิลิก (Salicylic Acid) มอยส์เจอร์ไรเซอร์ (Moisturizer) ยาในกลุ่มยับยั้งแคลซินูรีน (Calcineurin) หรือยาโคลทาร์ (Coal Tar)
วิธีนี้เหมาะสำหรับผู้ป่วยในรายที่มีอาการเล็กน้อยถึงปานกลาง

ยารับประทานและยาฉีด เป็นวิธีที่เหมาะสมสำหรับผู้ป่วยที่มีอาการในระดับปานกลางถึงรุนแรง แต่มักก่อให้เกิดผลข้างเคียง แพทย์มักแนะนำให้ใช้ยาในระยะสั้น
โดยยาที่ใช้รักษาสามารถแบ่งออกเป็นหลายกลุ่ม ได้แก่ ยากลุ่มเรตินอยด์ (Retinoids) ช่วยลดการแบ่งตัวของเซลล์ผิวหนัง ยาไซโคลสปอริน (Cyclosporin) ยาเมโทเทรกเซท (Methotrexate) เป็นยาที่กดภูมิคุ้มกันต้านทานโรคของร่างกาย เพื่อไม่ให้อาการกำเริบ แต่อาจส่งผลให้ผู้ป่วยอ่อนแอลง
ยากลุ่มสารชีวภาพ (Biologics) ที่ฉีดเข้าเส้นเลือด เพื่อช่วยควบคุมระบบภูมิคุ้มกันและลดการอักเสบ
แต่มักใช้ในผู้ป่วยโรคสะเก็ดเงินรุนแรงหรือใช้วิธีอื่นรักษาไม่ได้ผลดี

การส่องไฟ (Phototherapy) เป็นวิธีการรักษาที่ใช้รังสีอัลตราไวโอเลต เอ (UVA) และรังสีอัลตราไวโอเลต บี (UVB)
ช่วยในการฆ่าเซลล์เม็ดเลือดขาวที่กระตุ้นให้เซลล์ผิวหนังมีการแบ่งตัวกันอย่างรวดเร็วเกินไป เหมาะสำหรับผู้ที่มีอาการปานกลางไปจนถึงขั้นรุนแรง

ผู้ป่วยส่วนใหญ่ที่มีอาการปานกลางไปจนถึงรุนแรงมักต้องใช้หลายวิธีในการรักษา ซึ่งจะช่วยลดอาการลงได้อย่างมีประสิทธิภาพ
ในบางรายก็อาจเลือกใช้วิธีเดียวในการรักษา หรืออาจสลับวิธีการรักษาเป็นครั้งคราว เนื่องจากบางวิธีอาจใช้ไม่ค่อยได้ผลกับผู้ป่วย
นอกจากนี้ผู้ป่วยควรมีการดูแลเรื่องการรับประทานอาหาร ระวังการรับประทานวิตามินเสริม หลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์หรือสูบบุหรี่ รวมไปถึง [ลดน้ำหนัก](#) ลง
ให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นปัจจัยกระตุ้นให้โรคกำเริบขึ้นมาได้

ขอขอบคุณที่มา :

<https://www.pobpad.com/%E0%B9%82%E0%B8%A3%E0%B8%84%E0%B8%AA%E0%B8%B0%E0%B9%80%E0%B8%81%E0%B9%87%E0%B8%94%E0%B9%80%E0%B8%87%E0%B8%B4%E0%B8%99>