

อาการที่พบบ่อย

โดยเฉพาะในผู้สูงอายุจะเกิดอยากปัสสาวะบ่อย และเวลาถ่ายอาจมีอาการแสบขัดหรือถ่ายไม่มาก ถ่ายไม่สุด และสุดท้ายบางครั้งจะกลั้นปัสสาวะไม่อยู่ และอาจมีเลือดด้วย เกิดกระเพาะปัสสาวะอักเสบ อาจมาจากเชื้อโรคที่มาจากทวารหนัก เช่น ความไม่สะอาดของกิจกรรมการถ่าย และการมีเพศสัมพันธ์ โรคนี้ว่าโรคเบาหวาน โรคมะเร็งในทางเดินปัสสาวะ โรคเกี่ยวกับต่อมลูกหมากมีผลทำให้ต่อมลูกหมากโต หรือในกลุ่มผู้สูงอายุที่มีบุตรของกระเพาะปัสสาวะเสื่อม บางครั้งเมื่อกลั้นปัสสาวะนานๆ หรือหลังมีเพศสัมพันธ์อาจพบว่าปัสสาวะที่ถ่ายบางครั้งมีกลิ่น และมีลักษณะขุ่นหรือเลือดปน ถ้ามีภาวะรุนแรงขึ้น จะพบว่าอาจมีไข้ เบื่ออาหารและอาเจียน การตรวจร่างกายอาจไม่พบสิ่งผิดปกติ แต่อาจมีอาการ เช่น ปวดบริเวณกลางท้องน้อย



การตรวจปัสสาวะทางห้องปฏิบัติการเทคนิคการแพทย์อาจพบมีปริมาณของเม็ดเลือดขาวและพบปริมาณไข่ขาวหรืออัลบูมินในปัสสาวะสูงกว่าปกติ ไม่ควรกลั้นปัสสาวะนานๆ ควรพักให้มีการถ่ายปัสสาวะ เมื่อเวลาอยู่นอกบ้านหรือระหว่างเดินทาง อย่างน้อยวันละ 3-5 ครั้ง เพราะการกลั้นปัสสาวะทำให้เชื้อโรคในกระเพาะเติบโต และเกิดการอักเสบได้ นอกจากนี้อาจพบได้ในกลุ่มที่มีภาวะแทรกซ้อนของผู้ป่วยที่ควบคุมเบาหวานไม่ได้ เช่น นิ่วในกระเพาะปัสสาวะ หรืออาจมีต่อมลูกหมากโตได้

วิธีป้องกันและดูแลตนเอง

- 1.รักษาความสะอาดบริเวณอวัยวะเพศ เมื่อถ่ายหลังการถ่ายอุจจาระ ควรใช้กระดาษชำระทำความสะอาดจากข้างหน้าไปหลัง เพื่อป้องกันการเกิดเชื้อโรคจากทวารหนักเข้าสู่กระเพาะปัสสาวะ
- 2.ดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 8 แก้ว (ประมาณ 2 ลิตร) แต่ถ้าอากาศร้อนมากหรือว่ารู้สึกตัวว่ามีไข้และเหงื่อออกมาก อาจต้องดื่มน้ำทดแทนมากขึ้นเพื่อให้ร่างกายปรับสมดุลและลดความเสี่ยงต่อโรค
- 3.ไม่ควรกลั้นปัสสาวะนานเพราะถ้าปล่อยไว้อาจทำให้มีการอักเสบและติดเชื้อง่าย
- 4.การรักษาโรคกระเพาะปัสสาวะอักเสบ ควรติดตามดูแลร่างกายตามแพทย์เพราะถ้ารักษาถูกต้องจะให้ผลดีกับสุขภาพและคุณภาพชีวิต
- 5.เมื่อมีการตรวจสุขภาพ โดยเฉพาะการตรวจปัสสาวะและพบเม็ดเลือดขาวมีปริมาณมากขึ้นในปัสสาวะ ตลอดจนรู้สึกมีไข้หรือความผิดปกติของการถ่ายปัสสาวะที่ทำเป็นกิจวัตรประจำวัน ควรพบแพทย์เพื่อหาสาเหตุและรักษาก่อนที่จะโรคจะลุกลามต่อไปที่ไต และเกิดภาวะไตวายเรื้อรัง ซึ่งเป็นอันตรายต่อชีวิต



ที่มา : แผ่นพับให้ความรู้ คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยมหิดล

โรคกระเพาะปัสสาวะอักเสบ



สามพรานคลินิกแสบ

คลินิกเทคนิคการแพทย์



สามพรานคลินิกแสบ

112/12 ม. 8 ถ.เทศบาล ต.สามพราน

อ.สามพราน จ.นครปฐม 73110

(ตลาดสามพราน ตรงข้ามร้านทองแม่สมัย)

วันและเวลาทำการ

เปิด วันจันทร์ – วันศุกร์ 6.30 – 16.30 น.

วันเสาร์ 6.30 – 12.00 น.

ปิด วันอาทิตย์

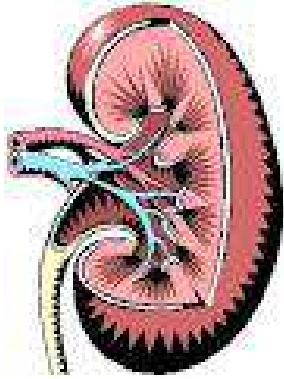
โทรศัพท์ 081-466-1645

“.....ให้บริการตรวจวิเคราะห์อย่างมีคุณภาพมาตรฐาน
ภายใต้จริยบรรณแห่งวิชาชีพ.....”

โรคกระเพาะปัสสาวะอักเสบ

โรคที่พบบ่อยและจะมากับภาวะอากาศร้อนๆอบอ้าว ได้แก่ “โรคกระเพาะปัสสาวะอักเสบ”

จากข้อมูลกองควบคุมโรค สำนักอนามัย กทม.พบว่า ในช่วงที่อากาศร้อนจะมีผู้ป่วยเป็นโรคกระเพาะปัสสาวะอักเสบเพิ่มขึ้นพร้อมๆ กับโรคอุจจาระร่วง โรคอาหารเป็นพิษ โรคพิษสุนัขบ้า โรคกระเพาะปัสสาวะอักเสบจะไม่รุนแรงระยะแรกแต่ต้องระมัดระวัง และป้องกันเพื่อไม่ให้โรคลุกลามต่อไป



ไต คือ อวัยวะที่สำคัญของร่างกาย ที่ช่วยควบคุมเกี่ยวกับการขับถ่ายของเสียออกจากร่างกาย และทำหน้าที่ควบคุมความสมดุลของน้ำในร่างกาย ร่วมกับปอดเพื่อกระจายไปทั่วร่างกาย ส่วนน้ำที่ไม่มีสารอาหารจะถูกส่งไปยังกระเพาะปัสสาวะ ไตก็จะทำหน้าที่ในการควบคุมการขับถ่าย ซึ่งทำหน้าที่คล้ายประตูกักน้ำ เมื่อประตูเปิด ปัสสาวะก็จะไหลออกมา เมื่อประตูปิดกระเพาะปัสสาวะก็จะเก็บน้ำปัสสาวะเอาไว้ นอกจากนี้ยังช่วยควบคุมและสร้างฮอร์โมนต่างๆ เพื่อให้การทำงานอยู่ในสมดุล เช่น ควบคุมระดับความดันโลหิตให้คงที่

แนวโน้มการอักเสบของกระเพาะปัสสาวะจะพบในเพศหญิงมากกว่าเพศชาย เพราะเพศหญิงมีท่อปัสสาวะสั้นกว่า เชื้อโรคบริเวณปากช่องคลอดจึงมีโอกาสเข้าไปในกระเพาะปัสสาวะได้ง่ายกว่า



โดยเฉพาะในกลุ่มหญิงชราวัยเจริญพันธุ์ วัยหมดประจำเดือน และกลุ่มผู้สูงอายุ เชื้อบนทางเดินปัสสาวะจะบางลงทำให้ความต้านทานโรคน้อยลง จึงเกิดการอักเสบได้ง่าย ส่วนในเพศชายที่มีอายุมากกว่า 50 ปีขึ้นไป ที่มีภาวะต่อมลูกหมากโต ก็เป็นปัจจัยที่ทำให้ชายสูงอายุเกิดโรคกระเพาะปัสสาวะอักเสบได้เท่าเทียมกับผู้หญิงสูงอายุเช่นกัน

ร่างกายของมนุษย์เราจะมีน้ำเป็นส่วนประกอบร้อยละ 70 หรือเท่ากับ 2 ใน 3 ของน้ำหนักร่างกาย ส่วนในเลือดมีน้ำเป็นส่วนประกอบประมาณร้อยละ 90 ดังนั้นจะเห็นว่าน้ำมีความจำเป็นและอยู่ในเซลล์ของทุกชนิด ไม่เฉพาะในมนุษย์ แต่ก็จะพบในกลุ่มเซลล์พืชและสัตว์ด้วย ร่างกายมนุษย์มีกลไกที่มีประสิทธิภาพหลายอย่าง โดยอาศัยบทบาทการมีส่วนร่วมของน้ำที่สำคัญๆ หลายประการ เช่น เป็นตัวกลางของการเกิดปฏิกิริยาทางเคมี เรื่องกระบวนการเมตาบอลิซึมของร่างกาย กระบวนการย่อยอาหาร และการดูดซึมอาหารตลอดจนกระบวนการขับถ่ายของเสียจากร่างกาย น้ำจะช่วยการขับถ่ายกากอาหารในลำไส้ใหญ่ให้เป็นไปโดยสะดวก ช่วยควบคุมอุณหภูมิของร่างกาย และรักษาความ

สมดุลของกรดและด่างของเลือดและของเหลวต่างๆ ในร่างกายและที่สำคัญ คือ ระบายความร้อนในรูปของเหงื่อ



ผู้ที่กลั้นปัสสาวะบ่อยๆ โดยเฉพาะกลุ่มที่นั่งโต๊ะทำงาน และห้องน้ำอยู่ไกล ทำให้ไม่ยอมลุกไปถ่ายปัสสาวะ กลุ่มที่ขับรถ โดยเฉพาะที่ต้องขับรถเวลานานๆ ต้องกลั้นปัสสาวะเมื่อรถติดอยู่บนถนนหรือหาที่ปัสสาวะไม่ได้ ร่างกายจะสูญเสียน้ำผ่านทางผิวหนัง ในรูปของเหงื่อและระเหยออกทางปอด โดยร่างกายหายในเข้า-ออก รวมแล้วร่างกายสูญเสียน้ำวันละ 3-5 ลิตร ดังนั้นคนปกติควรมีการดื่มน้ำเฉลี่ยวันละประมาณ 1.5 – 2 ลิตร เพื่อชดเชยส่วนที่เสียไป การเสียน้ำและการรับน้ำเข้าไปส่วนใหญ่มักจะมีการปรับสมดุลของร่างกายเอง โดยสมดุลกับอายุและปริมาณของไขมันในร่างกาย ภาวะที่มีการเจ็บไข้อาจมีการสูญเสียน้ำในร่างกายได้ง่าย ในกรณีที่ร่างกายขาดน้ำประมาณ 3-5 วัน อาจทำให้เสียชีวิตได้

สาเหตุของโรคและการเกิดอักเสบ

โลกมีภาวะร้อนขึ้น ดังนั้นอากาศรอบตัวก็ร้อนขึ้น กลไกร่างกายก็จะปรับสมดุลน้ำในร่างกาย โดยการขับน้ำออกจากร่างกาย ทำให้มีน้ำผ่านการกรองของเสียจากไต ไปสู่กระเพาะปัสสาวะน้อย จึงทำให้ไม่ค่อยปวดปัสสาวะ และเมื่อไม่ได้ถ่ายปัสสาวะเกิดการสะสมของเชื้อโรค ทำให้เสี่ยงต่อกระเพาะปัสสาวะอักเสบ