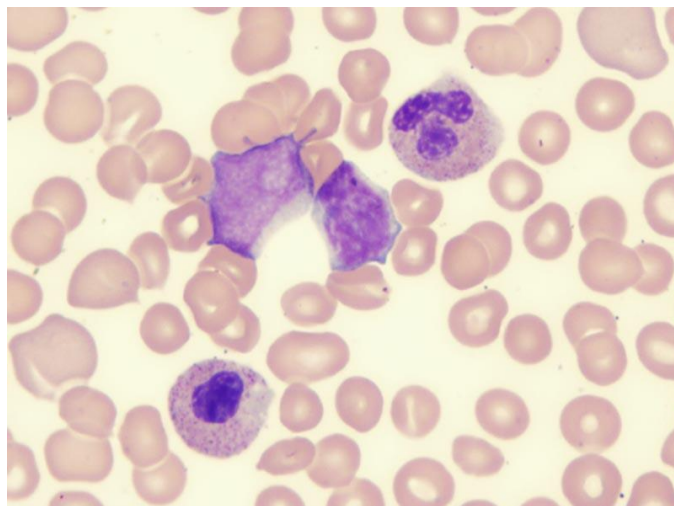


รู้จักโรค MDS ภาวะเลือดผิดปกติ ภัยเงียบที่น่ากลัว

โรคเลือดอีกหนึ่งโรคที่มีอาการแสดงออกไม่ชัดเจนนัก ทำให้ว่าจะรู้ตัวว่าป่วย MDS ก็อาจสายเกินไป ดังนั้นทำความรู้จักโรคนี้ไว้ดีกว่า



ถ้าระบบเลือดมีความผิดปกติ สุขภาพร่างกายเราก็คงไม่ค่อยสมบูรณ์เท่าไรนัก และที่น่ากังวลไปกว่านั้นก็คือ กว่าจะรู้ตัวว่าเม็ดเลือด เกล็ดเลือดของเราไม่ได้อยู่ในเกณฑ์สุขภาพดี ก็เมื่อตอนที่มีอาการป่วย อย่างมีไข้ หนาว มีดื่บ่อย ๆ หรือก็ตอนตรวจสุขภาพประจำปีไปเลย ซึ่งนั่นทำให้เราไม่ได้ระมัดระวังหรือตั้งรับกับโรคบางโรคได้ อย่างโรคเอ็มดีเอส (MDS) ก็เช่นกัน โรคนี้จัดเป็นภัยเงียบ ที่เสี่ยงต่อคนสูงอายุ ดังนั้นเราจึงอยากให้ทุกคนมาทำความรู้จักโรค MDS เอาไว้สังเกตอาการของตัวเองและคนรอบข้างกันค่ะ



โรค MDS คืออะไร

โรคเอ็มดีเอส (MDS) หรือชื่อเต็ม ๆ ว่า Myelodysplastic Syndrome (ไมอีโลดิสพลาสติก ซินโดรม) คือ กลุ่มโรคซึ่งเกิดจากความผิดปกติของไขกระดูกในการสร้างเม็ดเลือด เป็นผลให้ไม่สามารถสร้างเซลล์เม็ดเลือดแดง เม็ดเลือดขาว และเกล็ดเลือดได้เพียงพอ ทำให้เกิดภาวะซีดหรือโลหิตจาง เสี่ยงต่อการติดเชื้อง่าย และมีภาวะเลือดออกง่าย หยุดยาก

โรค MDS สาเหตุเกิดจากอะไร

ปัจจุบันยังไม่ทราบแน่ชัดว่าสาเหตุของโรค MDS เกิดจากอะไรกันแน่ แต่มีการสันนิษฐานกันว่า โรค MDS น่าจะเกิดจากการได้รับยา อย่างยาเคมีบำบัด สารเคมี เช่น เบนซิน ยาฆ่าแมลง การสูบบุหรี่ หรือการฉายรังสี รวมไปถึงปัจจัยทางพันธุกรรม โดยเฉพาะในครอบครัวที่มีประวัติโรคเลือดมาก่อน นอกจากนี้ผู้ป่วยที่ป่วยด้วยโรคไขกระดูกฝ่อก็เพิ่มความเสี่ยงโรค MDS ได้เช่นกัน



โรค MDS พบได้บ่อยแค่ไหน แล้วใครเสี่ยงบ้าง

มีรายงานในต่างประเทศพบโรค MDS 3-5 รายต่อประชากร 1 แสนคน โดยพบในผู้ชายมากกว่าผู้หญิงเล็กน้อย โดยส่วนใหญ่พบในคนที่มีอายุ 70 ปี โดยเฉพาะอย่างยิ่งนี้โอกาสในการพบโรค MDS ในคนอายุ 70 ปี จะสูงประมาณ 20 รายต่อ 1 แสนคน โดยกลุ่มเสี่ยงโรค MDS ก็มีดังนี้

- พบได้บ่อยในคนอายุมากกว่า 60 ปี
- พบในเพศชายมากกว่าเพศหญิง
- พบในคนผิวขาวมากกว่าคนเชื้อชาติอื่น
- คนที่ทำงานกับสารเคมี เช่น เกษตรกรที่ใช้ยาฆ่าแมลง นักเคมี พนักงานโรงงานทอผ้าที่มีการใช้สารเคมีในกระบวนการผลิต คนงานในโรงงานอุตสาหกรรม และคนที่ทำงานในปั้มน้ำมัน

โรค MDS อาการเป็นอย่างไร

โรค MDS มีอาการแสดงออกของโรคหลากหลาย โดยอาจสังเกตอาการ MDS ได้ ดังนี้

- * ผิวหนังซีด
- * มีภาวะโลหิตจาง
- * อ่อนเพลีย เหนื่อยง่าย
- * เวียนศีรษะ ใจสั่น
- * มีจ้ำเลือดผิปกติ
- * มีอาการพกซ้ได้ง่าย
- * เลือดออกง่าย และหากมีเลือดออกจะหยุดยาก
- * ติดเชื้อง่าย ป่วยบ่อย เพราะเม็ดเลือดขาวต่ำ ทำให้ภูมิคุ้มกันโรคลดลง
- * เจ็บป่วยเรื้อรัง

อย่างไรก็ตาม โรค MDS มักจะมีอาการแสดงออกไม่ชัดเจนเท่าไร ผู้ป่วยส่วนใหญ่จะมาพบแพทย์ด้วยอาการเม็ดแดงเลือดต่ำ อันเป็นเหตุให้มีอาการหน้ามืด เหนื่อยง่าย หรือมาพบแพทย์ด้วยภาวะเม็ดเลือดขาวต่ำมาก ซึ่งมักจะตรวจพบจากการตรวจเลือดประจำปี และที่อันตรายก็คือ เม็ดเลือดที่ผิดปกติมีโอกาสที่พัฒนาเป็นมะเร็งเม็ดเลือดขาวชนิดเฉียบพลัน (acute leukemia) ได้ถึง 30% ซึ่งเป็นอันตรายต่อชีวิตมากกว่า ดังนั้น ถ้าจะบอกว่าโรค MDS เป็นภัยเงียบที่น่ากลัวก็ไม่ผิดนัก



โรค MDS รักษาอย่างไร

- * ให้เลือดและเกล็ดเลือดในกรณีที่มีภาวะซีดจากภาวะเกล็ดเลือดต่ำ
- * รักษาด้วยการให้ฮอร์โมนกระตุ้นเม็ดเลือดแดง
- * ปลุกถ่ายเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดเลือด (ปลุกถ่ายไขกระดูก)
- * เคมีบำบัดขนาดต่ำ หรือให้ยาใหม่ซึ่งออกฤทธิ์ต่อหน่วยพันธุกรรม

ทั้งนี้การรักษาผู้ป่วยโรค MDS จะขึ้นอยู่กับดุลยพินิจของแพทย์ผู้ทำการรักษา เพราะแพทย์จำเป็นต้องวินิจฉัยความรุนแรงของอาการในผู้ป่วยแต่ละราย อย่างการใช้วิธีปลุกถ่ายเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดเลือด หรือเคมีบำบัดรักษาก็มีข้อจำกัดว่าต้องใช้รักษาผู้ป่วยอายุน้อย ไม่มีโรคประจำตัวใด ๆ เพราะการรักษาดังกล่าวมีผลข้างเคียงค่อนข้างมาก

ปฏิบัติตัวอย่างไรเมื่อป่วยโรค MDS

ถ้าหากพบว่าป่วยโรค MDS ผู้ป่วยควรมาพบแพทย์ตามนัด หลีกเลี่ยงการทำงานหนัก เล่นกีฬาหนัก ๆ เพื่อป้องกันร่างกายเกิดบาดเจ็บแผลที่ทำให้เลือดออก รวมทั้งต้องระมัดระวังตัวเองให้ดี ไม่ให้เกิดอุบัติเหตุ โดยเฉพาะในคนที่มีภาวะซีด

นอกจากนี้ ผู้ที่เป็นโรค MDS จะมีภูมิคุ้มกันต่ำ จึงไม่ควรใกล้ชิดผู้ป่วยโรคติดเชื้อต่าง ๆ และไม่ควรถูกเชื้อเข้าไปอยู่ในสถานที่แออัด หรือเสี่ยงต่อเชื้อโรค พยายามเลี่ยงสารเคมี หรือมลพิษที่กระตุ้นให้เกิดโรคนี้อีก พร้อมทั้งดูแลสุขภาพตัวเองให้ดีเพื่อลดความเสี่ยงการติดเชื้อ และควรรับประทานอาหารที่สุก สะอาด ปลอดภัย

เนื่องจากโรค MDS มักจะตรวจเจอในระยะที่ความรุนแรงของโรคมียาก ดังนั้นเพื่อความปลอดภัยควรหมั่นตรวจสุขภาพเป็นประจำ โดยเฉพาะการตรวจเลือด หากพบว่าเม็ดเลือดผิดปกติ ควรรีบปรึกษาแพทย์โดยเร็วที่สุด