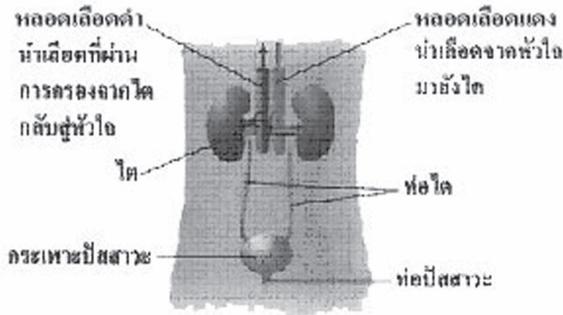


ภาวะโลหิตจางในผู้ป่วยโรคไต

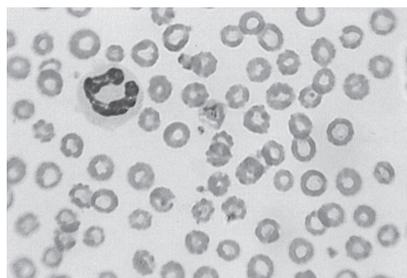


ไตเป็นอวัยวะที่มีความสำคัญต่อร่างกาย ได้แก่ การกำจัดของเสีย รักษาสมดุลของน้ำและเกลือแร่ต่างๆ ในร่างกาย นอกจากนี้ไตยังมีความสำคัญในการผลิตฮอร์โมนที่สำคัญ เช่น อีรีโทรพอยอีติน (Erythropoietin) ซึ่งมีความจำเป็นในการสร้างเม็ดโลหิตแดงในไขกระดูก หากการทำงานของไตเสื่อมลงในระดับหนึ่งจะส่งผลให้ผู้ป่วยเกิดภาวะแทรกซ้อน อันได้แก่ ภาวะโลหิตจาง ได้

โลหิตจางคืออะไร เกิดได้อย่างไร

ภาวะโลหิตจาง หมายถึง ภาวะที่ปริมาณเม็ดเลือดแดงรวมถึงสารฮีโมโกลบิน มีไม่เพียงพอที่จะสร้างเม็ดเลือดแดงเพื่อนำพาออกซิเจนไปสู่เนื้อเยื่อต่างๆของร่างกาย

สาเหตุของโลหิตจางมีหลายสาเหตุ เนื่องจากผู้ป่วยไตวายอาจมีสาเหตุโดยตรงมาจากการทำงานของไตที่ลดลง



พญ. อภิรดี ทองบุญ

อายุรแพทย์โรคไต
โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี

ก็ได้ หรืออาจเกิดร่วมกันได้หลายสาเหตุในแต่ละคน ซึ่งให้การรักษาที่แตกต่างกัน สาเหตุต่างๆ ได้แก่

สูญเสียโลหิตจากอวัยวะในร่างกาย ได้แก่ การมีแผลในทางเดินอาหาร การมีประจำเดือนมากผิดปกติ มีการทำลายของเม็ดเลือดแดง ได้แก่ โรคผิดปกติ

ทางภูมิคุ้มกัน หรือโรคทางกรรมพันธุ์บางชนิด เช่น โรคทาลัสซีเมีย ซึ่งทำให้เม็ดเลือดแดงแตกง่าย

การสร้างหรือการทำงานของเม็ดเลือดแดงที่ลดลง ได้แก่ ภาวะไขกระดูกฝ่อ ภาวะโรคที่เกิดการทำลายไขกระดูก เช่น โรคของมะเร็งเม็ดเลือดขาว การขาดวิตามินที่จำเป็นต่อการสร้างเม็ดเลือดแดง เช่น วิตามิน B12 การขาดโฟเลท การสร้างอีรีโทรพอยอีติน ลดลง เป็นต้น

รู้ได้อย่างไรว่าเป็นโรคโลหิตจาง

อาการของผู้ที่มีภาวะโลหิตจางขึ้นกับความรุนแรงของภาวะซีด ความเฉียบพลันของการเกิดและสภาวะร่างกายของแต่ละบุคคล ในบางรายที่ความรุนแรงน้อยอาจไม่มีอาการแต่อาจตรวจพบการจากตรวจเช็คสุขภาพทั่วไป เมื่อเกิดภาวะโลหิตจางเม็ดเลือดแดงที่มีหน้าที่พาออกซิเจนไปยังเนื้อเยื่อต่างๆ ลดลงทำให้เซลล์ต่างๆ ที่ในร่างกายได้รับออกซิเจนไม่เพียงพอ ส่งผลให้เกิดอาการต่างๆ ได้แก่

1. อาการเหนื่อยง่าย หมายถึงรู้สึกเหนื่อยผิดปกติ เวลาที่ต้องออกแรง เช่น เคยเดินบันไดได้โดยไม่เหนื่อย แต่กลับเหนื่อย ถ้ามีโลหิตจางรุนแรง แคเดินในระยะใกล้ๆ

ก็อาจเหนื่อยแล้ว เวลาเหนื่อยอาจมีอาการใจสั่นร่วมด้วย ที่รุนแรงอาการมีอาการของโรคหัวใจวาย คือ เหนื่อย แน่น หน้าอก หอบ เป็นต้น



2. อาการอ่อนเพลีย เวียนศีรษะ
 3. อาการเป็นลม หน้ามืด วิงเวียน
 4. อาการทางสมอง เช่น รู้สึกสมองล้า หลงลืมง่าย ขาดสมาธิในการทำงาน เรียนหนังสือไม่ดีเท่าที่ควร นอนไม่หลับ
 5. อาการหัวใจขาดเลือด มักพบในคนที่โรคหลอดเลือดหัวใจตีบ โลหิตจาง ทำให้อาการของหัวใจรุนแรงขึ้น เจ็บหน้าอกง่ายขึ้น
 6. อาการขาขาดเลือด พบในคนที่โรคหลอดเลือดของขาทำให้ปวดขา เวลาเดินได้ไม่ไกล ต้องหยุดพักบ่อยๆ เวลาเดิน
 7. อาการทางระบบทางเดินอาหาร เช่น เมื่ออาหารท้องอืด
- การวินิจฉัยและหาสาเหตุจำเป็นต้องอาศัยประวัติ การตรวจร่างกาย และตรวจทางห้องปฏิบัติการ

ประวัติที่บ่งชี้สาเหตุของโลหิตจาง

1. ระยะการเกิดอาการ ว่าเกิดอาการโดยรวดเร็วเฉียบพลัน หรือเกิดอาการแบบค่อยเป็นค่อยไปช้าๆ หากเกิดขึ้นอย่างรวดเร็วจึงหรือกะทันหันมักเกิดจากสาเหตุของโลหิตจางชนิดเฉียบพลัน แต่ถ้าระยะการเกิดอาการเป็นแบบช้าๆ และมีอาการรุนแรงเมื่อระยะเวลาผ่านไปนาน

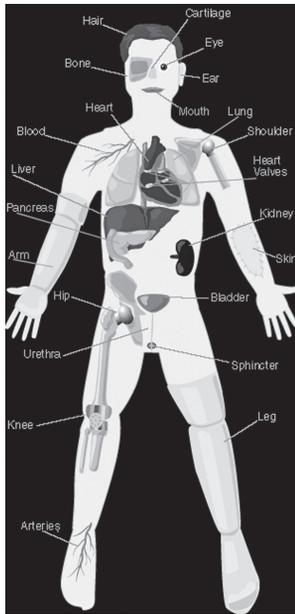
แสดงว่าสาเหตุของโลหิตจางเป็นชนิดเรื้อรัง

2. ประวัติการเสียเลือดจากร่างกายในปริมาณมากก็จะเกิดภาวะโลหิตจางตามมา เช่น อาเจียนเป็นเลือด ถ่ายอุจจาระออกมาเป็นสีดำ หากมีประวัติการกินยาหรือยาโรคปวดข้อ ปวดกระดูกร่วมด้วยอาจทำให้เกิดแผลในกระเพาะอาหาร ประวัติมีประจำเดือนมามากหรือมาบ่อย ประวัติเป็นริดสีดวงทวารถ่ายออกมาเป็นเลือดสดๆ ประวัติบาดเจ็บมีแผลเลือดออกมาก อาการเหล่านี้ก็ช่วยบอกว่าโลหิตจางเกิดจากสาเหตุอะไร ประวัติดีซ่าน ปัสสาวะสีเข้ม แบบน้ำปลาหรือสีโค้ก อาจบ่งบอกถึงว่าโลหิตจางเกิดจากภาวะการแตกสลายของเม็ดเลือดแดง

3. ประวัติอาการร่วมอื่นๆ ที่สำคัญได้แก่ มีจุดหรือจ้ำเลือดตามตัวบ่อยๆ อาการนี้อาจหมายถึงภาวะเกร็ดเลือดต่ำ ที่นำไปสู่การสูญเสียเลือด และเกิดโลหิตจางตามมา เป็นไข้หรือโรคติดเชื้อบ่อยๆ อาจแสดงถึงปัญหาเม็ดเลือดขาวต่ำ เมื่อป่วยบ่อยๆ ก็นำไปสู่ภาวะโลหิตจางได้ การป่วยเป็นโรคเรื้อรัง เช่น โรคไต โรคตับ โรคข้ออักเสบ โรคมะเร็ง ล้วนทำให้เกิดโลหิตจางได้

การตรวจร่างกายที่บ่งว่าอาจมีภาวะโลหิตจาง ได้แก่ สีของผิวหนังบริเวณฝ่ามือ ใต้เล็บหรือสีของเยื่อぶุด้านในของเปลือกตาล่างเมื่อพลิกเปลือกตาดู นอกจากนี้ยังอาจช่วยประเมินสาเหตุได้ เช่น

- มีตัวเหลืองตาเหลือง (ดีซ่าน) แสดงถึงภาวะโลหิตจาง จากการแตกสลายของเม็ดเลือดแดง
- มีจุดและจ้ำเลือดตามตัวชี้แนะถึงการมีเกร็ดเลือดต่ำ เป็นโรคไขกระดูกฝ่อ มะเร็งเม็ดโลหิตขาว หรือโรคที่เกิดการทำลายทั้งเม็ดเลือดแดงและเกร็ดเลือด
- ผิวลิ้นที่ลิ้นและซีด เล็บอ่อนยุบเป็นแอ่ง พบในโลหิตจางจากขาดธาตุเหล็ก
- ความดันโลหิตสูง อาการบวม ผิวน้ำแข็ง อาจหมายถึงโลหิตจางจากไตวายเรื้อรัง
- ความดันโลหิตต่ำ อาจหมายถึงภาวะช็อกจากการสูญเสียโลหิตอย่างรวดเร็ว เช่น เลือดออกจากแผลในกระเพาะอาหารหรือจากภาวะหัวใจวาย



- ตับและม้ามโต พบได้ในโลหิตจางจากโรคเลือด
ขาดฮีโมโกลบิน โรคมะเร็งเม็ดเลือดขาว

- ต่อมไทรอยด์โต อาจหมายถึงมะเร็งต่อมไทรอยด์
ต่อมไทรอยด์ ซึ่งมักจะมีต่อมโตและม้ามโตด้วย

- อาการขึ้นผื่นที่ใบหน้า และผมร่วง พบในโรค
ภูมิคุ้มกันผิดปกติชนิดเอสแอลอี (SLE)

- ท้องมาน พบในโรคตับแข็ง

- ข้อบวม พิการ พบในโรคข้ออักเสบ เช่น โรค
รูมาตอยด์ โรคเอสแอลอี เป็นต้น

การตรวจทางห้องปฏิบัติการได้แก่ ความเข้มข้น
ของเลือด (Hematocrit) ซึ่งเป็นการวัดโดยเปรียบเทียบ
ปริมาตรของเม็ดเลือดต่อปริมาตรของเลือด ซึ่งเกณฑ์การ
วินิจฉัยขึ้นกับเพศ อายุ การตั้งครรภ์ โดยทั่วไปถ้า
ต่ำกว่า 37% ในผู้ชาย หรือต่ำกว่า 33% ในผู้หญิงถือว่า
มีภาวะโลหิตจาง

สำหรับภาวะโลหิตจางที่พบในผู้ป่วยไตวายเกิด
จากการสร้างอีริโทรพอยตินไม่เพียงพอ การมีอายุที่ลดลง
ของเม็ดเลือดแดงจากเม็ดเลือดแดงมีรูปร่าง และความ
ยืดหยุ่นที่เปลี่ยนแปลงไป ซึ่งสาเหตุดังกล่าวจะเริ่มเกิดใน
ผู้ป่วยที่มีการทำงานของไตลดลงระยะหนึ่งแล้ว เช่น อาจ
ตรวจพบระดับการทำงานของไตด้วยการวัดอัตราการกรอง

ของเสียของไต (จี เอฟ อาร์ =GFR= Glomerular Fil-
tration Rate) ที่ต่ำกว่า 60 มิลลิตรต่อนาที หรือระดับ
ครีเอตินินในเลือดที่สูงกว่า 2-3 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร และ
จะมีความรุนแรงมากขึ้น เมื่อผู้ป่วยมีความรุนแรงของโรค
ไตที่มากขึ้น สาเหตุอื่นๆที่พบ ได้แก่ การสูญเสียเลือด เช่น
ผู้ป่วยที่เป็นโรคไตจากภาวะถุงน้ำในไตแล้วเกิดจากถุงน้ำ
ในไตแตก หรือผู้ป่วยที่มีปัสสาวะเป็นเลือดในโรคไตอักเสบ
ภาวะเม็ดเลือดแดงแตก ได้แก่ จากภาวะของเสียคั่ง จาก
การฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมที่ไม่เพียงพอ โรคบาง
อย่างเช่น โรคธาลัสซีเมีย โรคภูมิคุ้มกัน จากยาโดยมีการ
ยับยั้งการสร้างเม็ดเลือดแดง การขาดสารอาหาร เป็นต้น
ภาวะไตวายเรื้อรังโดยตัวโรคเองทำให้ผู้ป่วยมีอัตราการ
เสียชีวิตที่เพิ่มขึ้น หากมีภาวะแทรกซ้อนจากภาวะโลหิตจาง
จะยิ่งเพิ่มความเสี่ยงส่งผลกระทบต่อผู้ป่วยโดยเพิ่มอัตราการเสียชีวิต
เกิดภาวะหัวใจโต ลดความสามารถในการออกกำลังกาย
คุณภาพชีวิตลดลง ความทรงจำสมาธิสั้น ลดสมรรถ
ภาพทางเพศ การตอบสนองต่อภูมิคุ้มกันลดลง มีปัญหา
การนอนไม่หลับ เกิดภาวะเลือดออกง่ายจากการทำงานของ
เกร็ดเลือดที่บกพร่อง ดังนั้นจึงต้องมีการเฝ้าระวังป้องกันการ
เกิดภาวะแทรกซ้อนจากโลหิตจางในผู้ป่วยดังกล่าว

การรักษาโลหิตจาง



หลักการสำคัญในการรักษาโลหิตจางคือ รักษาที่
สาเหตุของโลหิตจาง แนวทางการรักษาประกอบด้วย

1. การรักษาทั่วไป เป็นการบำบัดอาการของ
โลหิตจาง ระหว่างที่ทำการรักษาโรคสาเหตุของโลหิตจาง

เช่น รักษาภาวะหัวใจวาย ลดการออกแรง ให้ออกซิเจน การให้เลือดทดแทน มักใช้ในกรณีที่ผู้ป่วยมีปัญหาหลอดเลือด ผู้ป่วยอายุมากหรือเสียเลือดมากเจ็บป่วยเลือดจางเรื้อรังมักไม่จำเป็นต้องให้เลือด แม้ว่าความเข้มข้นของเลือดจะต่ำมากๆ ก็ตาม

2. การรักษาจำเพาะ เป็นการรักษาที่สาเหตุ กำจัดสาเหตุ และให้การรักษาโรคสาเหตุนั้นๆ เช่น ในผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง แก้ไขโดยการฉีดยาฮอริโมนอีรีโทรพอยอีติน

ชนิดสังเคราะห์ การฟอกเลือดในผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่มีข้อบ่งชี้ให้มีความเพียงพอ การให้เหล็กกรณีโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก เป็นต้น

ภาวะโลหิตจางส่งผลกระทบต่อร่างกาย คุณภาพชีวิต ดังนั้นแนวทางที่ดีคือการป้องกันไม่ให้เกิดภาวะดังกล่าว ซึ่งต้องอาศัยการดูแลตนเอง และป้องกันปัจจัยเสี่ยงต่างๆ หรือโรคต่างๆ ที่อาจนำมาสู่ภาวะโลหิตจาง

