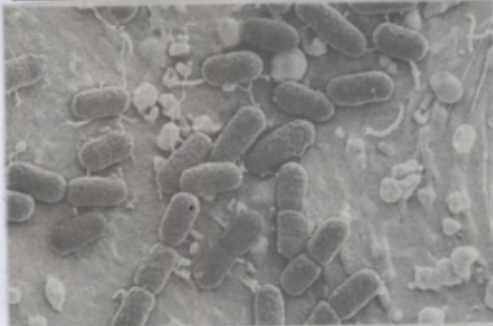


'อี.โคไล'

ภัยร้ายที่มากับอาหาร



พญ.รัชวีย์ เทพาวัดนาสุข



พื้นที่ที่ข่าวการแพร่กระจายของเชื้อแบคทีเรียอี.โคไล ทวีความรุนแรงขึ้น จากข่าวการแพร่ระบาดของเชื้อแบคทีเรีย อี.โคไลทางภาคเหนือของเยอรมนี จนทำให้มีผู้ป่วยติดเชื้อไปแล้วกว่า 1,200 คน ใน 8 ประเทศเป็นอย่างน้อย ไม่เว้นแม้แต่ชนชาติยุโรป ทำให้เกิดกระแสหว่นวิตกถึงความอันตรายของเจ้าเชื้อโรคตัวฉกาจ

แม้ว่า อี.โคไล จะไม่ใช่เชื้อโรคหน้าใหม่ที่เพิ่งค้นพบในบ้านเราก็ตาม คนไทยรู้จักแบคทีเรียที่มีชื่อว่า อี.โคไล (Escherichia) มานานพอควร ในฐานะที่เป็นแบคทีเรียก่อโรค อาศัยอยู่ในทางเดินอาหารส่วนลำไส้ของมนุษย์และสัตว์เลือดอุ่น ซึ่งมีอยู่หลายร้อยสายพันธุ์ โดยส่วนใหญ่เป็นสายพันธุ์ที่ไม่ก่อให้เกิดโรคร้ายแรง ในขณะที่บางสายพันธุ์ของเชื้อ อี.โคไล เช่น เอนเทอโรฮีโมเรจิก อี.โคไล (Enterohaemorrhagic E.coli, EHEC) สามารถก่อให้เกิดอาการที่รุนแรง เป็นต้นเหตุที่ทำให้เกิดโรคกระเพาะปัสสาวะอักเสบ และเยื่อหุ้มสมองอักเสบ และอาการท้องร่วง

เชื้อเอนเทอโรฮีโมเรจิก อี.โคไล (EHEC) ทำให้เกิดโรค โดยการสร้างและปล่อยสารพิษชื่อ ชิกา ท็อกซิน (Shiga toxin) ซึ่งสามารถทำลายเม็ดเลือดแดงและไตได้ ตัวอย่างที่สำคัญของเชื้อสายพันธุ์ เอนเทอโรฮีโมเรจิก อี.โคไล (EHEC) เช่น สายพันธุ์ อี.โคไล O157:H7 และ อี.โคไล ซีโรกรุ๊ป O104 (E.coli Serogroup O104) ที่สงสัยว่าจะเป็นสาเหตุการระบาดที่เยอรมนี ณ ขณะนี้

เชื้ออี.โคไลแพร่สู่คนได้อย่างไร

โดยปกติแล้วอี.โคไลจะมีชีวิตอยู่ในสิ่งแวดล้อมทั่วไป โดยเฉพาะในมูลสัตว์ และแพร่สู่คนได้จากการ

รับประทานอาหาร หรือเครื่องดื่มที่มีเชื้อแบคทีเรียชนิดนี้ปนเปื้อนอยู่ ซึ่งเชื่อดังกล่าวมักปนเปื้อนอยู่ในอาหารที่ได้รับการปรุงไม่ถูกสุขลักษณะ เช่น เนื้อสัตว์ดิบหรือปรุงไม่สุก นมที่ไม่ได้ผ่านขบวนการทำลายเชื้อ นอกจากนี้ การปนเปื้อนของเชื้อโรคจากอุจจาระสู่อาหารและน้ำ อาจเกิดขึ้นได้ระหว่างการเตรียมและการปรุงอาหาร เชื้อจะเจริญและเติบโตได้ดีในอุณหภูมิระหว่าง 7-50 องศาเซลเซียส และจะถูกทำลายได้ด้วยความร้อนที่ 70 องศาเซลเซียส ขึ้นไป

ลักษณะอาการของผู้ได้รับเชื้ออี.โคไล

พบอาการตั้งแต่เริ่มท้องร่วงเล็กน้อย จนกระทั่งเกิดภาวะลำไส้อักเสบ ร่วมกับอุจจาระเหลวมีเลือดปนหรือมีมูกเลือด ปวดท้อง อาเจียน อาจจะมีไข้ร่วมด้วย และผู้ป่วยในรายที่อาการรุนแรงจากสารพิษทำลายเม็ดเลือดแดงและไต ทำให้เกิดไตวายฉับพลัน ซึ่งมักพบในเด็กเล็ก (ร้อยละ 3-7 ของผู้ติดเชื้อ) ผู้ป่วยส่วนใหญ่ที่มีอาการมักจะหายภายใน 10 วัน

เชื้ออี.โคไล มีระยะฟักตัวระหว่าง 3-8 วัน โดยเฉลี่ยแล้ว 3-4 วัน ส่วนใหญ่จะก่อโรคในเด็กเล็กและผู้สูงอายุ และผู้ที่มีระบบภูมิคุ้มกันทำงานผิดปกติ เนื่องจากร่างกายของคนกลุ่มนี้จะมีความสามารถในการต้านทานเชื้อได้น้อยกว่าคนทั่วไป ผู้เสี่ยงได้รับเชื้ออี.โคไลมากที่สุดเป็นเด็ก ผู้สูงอายุ และผู้ที่มีระบบภูมิคุ้มกันทำงานผิดปกติ เนื่องจากร่างกายของคนกลุ่มนี้จะมีความสามารถในการต้านทานเชื้อได้น้อยกว่าคนทั่วไป และแม้ว่า ผู้ได้รับเชื้อจะสามารถนำเชื้อมันนี้ออกจากร่างกายได้ภายใน 1 สัปดาห์ แต่เชื้อส่วนที่หลงเหลือเพียงเล็กน้อย ยังสามารถทำให้เกิดโรคแทรกซ้อนต่างๆ ได้ เช่น เกิดภาวะไตเสื่อม ซึ่งเกิดจากเซลล์

เม็ดเลือดแดงถูกทำลาย
การรักษาผู้ป่วยที่ได้รับเชื้อแบคทีเรียชนิดนี้
 ส่วนใหญ่แพทย์จะรักษาตามอาการ เช่น ให้แผลน้ำเกลือทดแทนการสูญเสียในในร่างกาย และปล่อยให้เชื้อถูกขับออกมาจนหายไปเอง แทนการใช้ยาฆ่าเชื้อ เนื่องจากจะยิ่งกระตุ้นให้เชื้อโรคผลิตสารพิษออกมา

SIP1111

481313

ขึ้น ส่งผลให้ผู้ป่วยทรุดหนัก อีกทั้งไม่ควรรับประทาน
ยาแก้ปวดกลุ่มสเตียรอยด์ เช่น ยาแอสไพริน เพราะยา
กลุ่มนี้จะมีผลทำลายไต

วิธีป้องกันตัวเองให้ห่างไกลจากเชื้ออี.โคไลที่ดีที่สุด

รับประทานอาหารที่ปรุงสุกถูกสุขลักษณะ ล้างมือ
เป็นประจำ รวมถึงหลีกเลี่ยงการดื่มชา กาแฟ เครื่อง
ดื่มบรรจุกระป๋อง และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งเสี่ยง
ปนเปื้อนเชื้ออี.โคไลได้มากกว่าอาหารทั่วไป และหาก
สงสัยว่า จะติดเชื้อควรรีบไปพบแพทย์โดยทันที ไม่ควร
ซื้อยากินเอง และรักษาความสะอาดเรื่องอาหาร เช่น ผัก
ผลไม้ และน้ำดื่ม ตลอดจนภาชนะที่ใช้เพื่อลดการติด
เชื้อเพิ่มและกระจายเชื้อสู่คนในครอบครัว

พญ. รัชวัลย์ เกพาววัฒนาสุข
อายุรแพทย์ โรงพยาบาลปิยะเวท

ส่งข่าวประชาสัมพันธ์ ที่อีเมล : palida@nationgroup.com
อ่านย้อนหลัง "ดูแลสุขภาพ" ได้ที่ :
www.oknation.net/blogloongjame

[คำขวัญ]