

บทรายการวิทยุฟันทอล์ค

เรื่อง แผลร้อนใน เป็นอะไรได้มากกว่าที่คิด

ผู้เขียนบทความ อาจารย์ ทันตแพทย์หญิง ดร.ชลธิป ชมพุนุท ณ ออยุธยา)

แผลร้อนใน (แผลแอฟทัส; Recurrent aphthous stomatitis) เป็นอาการที่เนื้อเยื่ออ่อนภายในช่องปากเกิดการอักเสบ เป็นแผล ซึ่งแผลร้อนในนับเป็นแผลในช่องปากประเภทแผลกลับเป็นซ้ำ (recurrent ulcers) ที่พบได้บ่อย โดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่นและวัยหนุ่มสาว

สาเหตุ

สาเหตุของการเกิดแผลร้อนในยังไม่ทราบสาเหตุที่ชัดเจนเชื่อว่าเกี่ยวข้องกับระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย โดยอาจมีปัจจัยกระตุ้นได้หลายอย่าง เช่น

1. การเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนในร่างกาย
2. ความเครียด
3. การดื่มน้ำน้อยเกินไป
4. การพักผ่อนไม่เพียงพอ
5. การระคายเคืองหรือระแทกภายในช่องปาก
6. การแพ้
7. การขาดวิตามินบางชนิด เช่น ธาตุเหล็ก สังกะสี หรือวิตามินบี 12
8. การเลิกบุหรี่

นอกจากนี้การเกิดแผลร้อนในยังสัมพันธ์กับประวัติครอบครัว โดยถ้าคนในครอบครัว เช่น พ่อหรือแม่ เป็นแผลร้อนในบ่อย ลูกก็จะมีโอกาสเกิดแผลร้อนในได้บ่อยเช่นกัน

อาการ

โดยทั่วไปแผลร้อนในมักมีขนาดเล็กและตื้น แผลเป็นสีขาวหรือเหลืองล้อมรอบด้วยขอบสีแดง อาจพบเพียงแผลเดียวหรือหลายแผล แต่ส่วนมากมักเกิดขึ้นประมาณ 2 – 3 แผล/ครั้ง โดยบริเวณที่พบแผลร้อนในบ่อย คือ บริเวณเยื่อเมือกช่องปากที่ไม่มีเคราติน เช่น กระพุ้งแก้ม เยื่อเมือกริมฝีปาก แต่ทั้งนี้แผลร้อนในสามารถเกิดได้ทั่วช่องปาก ไม่ว่าจะเป็นที่เหงือก ลิ้น เพดานปาก หรือต่อมทอนซิล

คนที่เป็นแผลร้อนในจะรู้สึกเจ็บหรือแสบในปาก โดยอาจมีอาการนำมาก่อนที่จะเกิดแผลประมาณ 2 – 48 ชั่วโมง ในระยะ 2 – 3 วันแรกที่เป็นแผล จะรู้สึกปวดมากจนบางครั้งรับประทานอาหาร กลืนหรือพูดลำบาก โดยเฉพาะถ้าขึ้นตรงโคนลิ้น หรือหลังต่อมทอนซิล ซึ่งอาจจะมองไม่เห็นจากภายนอก ยิ่งถ้ารับประทานอาหารรสเผ็ดหรือเปรี้ยวจัดจะรู้สึกปวดแสบทรมานมากขึ้น ต่อมาจะเกิดเยื่อสีเหลืองบุปกคลุมปากแผล และอาการจะค่อย ๆ หายไป

การรักษา

โดยปกติแผลร้อนในสามารถหายได้เองภายใน 1 – 2 สัปดาห์ ไม่จำเป็นต้องได้รับการรักษา และมักจะ
ไม่เกิดแผลเป็น ยกเว้นถ้าในกรณีที่แผลร้อนในขนาดใหญ่ มีเส้นผ่าศูนย์กลางมากกว่า 1 เซนติเมตรและลึกลง
อาจใช้เวลาในการหายนาน และเกิดรอยแผลเป็นภายหลังได้

ในบางรายที่มีความถี่ในการเกิดแผลร้อนในมาก หรือมีความรุนแรงของโรคมามาก อาจพิจารณาให้การ
รักษาโดยใช้ยา เพื่อช่วยลดความถี่ในการเกิดแผล และควบคุมความเจ็บปวด โดยยาหลักที่ใช้ในการรักษา
คือ ยาทาสเตียรอยด์เฉพาะที่ (topical steroids) นอกจากนี้ อาจจ่ายน้ำยาบ้วนปากที่มีส่วนผสมของ
benzydamine หรือยาชาเฉพาะที่ เพื่อช่วยลดอาการเจ็บปวด

แผลร้อนในที่สัมพันธ์กับโรคทางระบบ

ในบางกรณีอาจพบแผลลักษณะคล้ายแผลร้อนใน (aphthous-like ulcers) แต่มีลักษณะการเกิด
ผิดปกติ เช่น เกิดแผลร้อนในขึ้นเป็นครั้งแรกในช่วงหลังวัยรุ่น (ประมาณ 30 ปีขึ้นไป) หรือเป็นแผลร้อนในบ่อย
ขึ้นเมื่ออายุมากขึ้น แผลร้อนในเป็นรุนแรงมากเกิดทั้งบริเวณเยื่อเมือกช่องปากที่มีเคราตินและไม่มีเคราติน
แผลเกิดถี่มากกว่า 3-6 ครั้ง/ปีขึ้นไป หรือแผลหนึ่งหายแผลใหม่ก็ขึ้นมาตลอด ควรคำนึงถึงโรคทางระบบที่อาจ
เป็นสาเหตุของการเกิดแผลในช่องปากร่วมด้วย โดยโรคทางระบบที่อาจสัมพันธ์กับการเกิดแผลร้อนใน เช่น

- โรคเบเซท (Behcet's disease) จะพบแผลกลับเป็นซ้ำในช่องปาก อวัยวะเพศ และมีรอยโรคที่ตาได้
- โรคของทางเดินอาหาร เช่น โรคลำไส้อักเสบเรื้อรัง (inflammatory bowel disease) และโรค celiac (โรคแพ้กลูเตน) เป็นต้น ซึ่งมักจะพบอาการทางระบบทางเดินอาหารร่วมด้วย เช่น ปวดท้อง ท้องเสีย ถ่ายเป็นมูกเลือด และน้ำหนักลด เป็นต้น
- Cyclic neutropenia เป็นโรคทางระบบโลหิตแต่กำเนิดที่พบได้ยากโรคหนึ่ง อาการโรคจะพบระดับเม็ดเลือดขาวชนิด neutrophil ต่ำในทุก ๆ 21 วัน ซึ่งในช่วงที่เม็ดเลือดขาวต่ำจะพบว่ามีไข้ เกิดแผลขึ้นในช่องปาก รวมถึงเกิดโรครำมะนาด และอาจจะติดเชื้อบริเวณต่าง ๆ ในร่างกายได้ ในช่วงที่เม็ดเลือดขาวชนิด neutrophil ต่ำ
- ภาวะคุ้มกันบกพร่อง เช่น ในผู้ป่วยติดเชื้อ HIV มักพบแผลร้อนในขนาดใหญ่มากกว่า 1 เซนติเมตร

ดังนั้นหากพบลักษณะผิดปกติเหล่านี้ หรือแผลร้อนในไม่ตอบสนองต่อการรักษา ควรทำการตรวจทาง
ห้องปฏิบัติการเพิ่มเติมเพื่อหาสาเหตุของแผลร้อนในนั้น และให้การรักษาที่เหมาะสมต่อไป