



การรับมือกับแผลเป็น

โดย นายแพทย์ จิตศักดิ์ พูนศรีสวัสดิ์

แผลเป็น (scar) เกิดจากขบวนการรักษาแผลหรือการฉีกขาดของเนื้อเยื่อผิวหนังตามธรรมชาติ และมีการสร้างเนื้อเยื่อแผลเป็น (**fibrous collagen**) มาทดแทนเนื้อเยื่อที่ถูกทำลายไป

สาเหตุที่ทำให้เกิดแผลเป็นเกิดจากบาดแผลชนิดต่างๆ เช่น แผลผ่าตัด แผลจากอุบัติเหตุ แผลไฟไหม้ แผลลิว แผลจากโรคสุกใส เป็นต้น แผลเป็นนี้ไม่ได้เกิดกับแผลที่หายดีแล้วของอวัยวะภายนอกเท่านั้น แต่แผลเป็นก็เกิดขึ้นได้กับอวัยวะภายในด้วย

โอกาสเกิดแผลเป็นขึ้นอยู่กับความรุนแรงของแผล การดูแลรักษาแผล และความยาวนานของการหายของแผล

- ถ้าเกิดบาดแผลเพียงผิวๆเล็กน้อย ในระดับของหนังกำพร้า (epidermis) ก็อาจทำให้เกิดแผลเป็นเล็กน้อยๆ หรือ ไม่ทำให้เกิดแผลเป็นเลย
- แต่ถ้าบาดแผลลึกถึงชั้นหนังแท้ (dermis) หรือลึกกว่านั้น ก็อาจทิ้งให้เหลือเกิดรอยแผลเป็นได้ หลังจากที่แผลหายดีแล้ว

ในเรื่องการดูแลรักษาแผลและความยาวนานของการหายของแผล เมื่อแผลหายเป็นปกติแล้ว มักจะทิ้งแผลเป็นที่มีลักษณะเป็นสีแดงหรือสีน้ำตาลและนูนขึ้น ด้วยขบวนการตามธรรมชาติแผลเป็นเหล่านี้มักจะจางลงพร้อมทั้งแบนราบลงได้เอง หลังจากนั้นประมาณ 2 ปี เป็นต้นไป บางครั้งแผลเป็นอาจมีอาการคันและเจ็บปวดได้

นอกจากนี้ยังพบว่าในเด็กโอกาสที่จะเกิดแผลเป็นได้น้อยกว่าในผู้ใหญ่ โดยพบว่าในวัยรุ่นและวัยเจริญพันธุ์จะมีโอกาสเกิดแผลเป็นได้น้อยกว่าในวัยอื่นๆ ในเพศหญิงจะมีโอกาสการเกิดแผลเป็นได้น้อยและมากกว่าในเพศชาย ในคนผิวคล้ำจะมีโอกาสเกิดแผลเป็นได้น้อยและรุนแรงกว่าคนผิวขาว และผู้ที่มีการบาดเจ็บเกิดแผลเป็นและมีประวัติของครอบครัวเกิดแผลเป็นจะมีโอกาสเกิดแผลเป็นได้มากกว่าผู้ที่ไม่เคยมีประวัติดังกล่าว

แผลเป็นของคุณเป็นแบบไหน

- 1. Hypotrophic scar** คือ รอยแผลเป็นที่มีลักษณะเป็นหลุม เนื่องจากเนื้อเยื่อถูกทำลายลึก จนไม่สามารถสร้างชั้นผิวได้เหมือนเดิม
- 2. Hypertrophic scar** คือ แผลเป็นที่มีสีแดงและนูนขึ้นมาจากผิวหนังปกติ แต่ยังคงอยู่ในขอบเขตของรอยแผลที่เกิดจากการบาดเจ็บหรือฉีกขาดของแผลเดิม
- 3. Keloid** คือ แผลเป็นที่มีอาการนูนและแดงคล้ายกับ Hypertrophic scar แต่มีความผิดปกติทำให้เกิดการขยายตัวกว้างขึ้นเข้าสู่เนื้อเยื่อรอบๆรอยโรคของแผล กว้างแผลตอนแรกเริ่ม

การป้องกันแผลเป็น

สิ่งสำคัญอย่างแรกในการลดแผลเป็น คือ ควบคุมสาเหตุและระดับความรุนแรงของการเกิดแผล แต่ในกรณีที่เกิดแผลขึ้นแล้ว ควรดูแลรักษาทำความสะอาดแผลอย่างเหมาะสม เป็นสิ่งที่สำคัญเช่นกัน ทั้งนี้เพื่อให้แผลหายเร็วที่สุด ยิ่งแผลหายเร็วเท่าใดโอกาสการเกิดแผลเป็นก็จะน้อยหรือเบาบางลงเท่านั้น

ปัจจัยที่มีผลต่อการหายของแผล ได้แก่ อายุ คอร์ติโคสเตียรอยด์ การขาดอาหาร การสูบบุหรี่ อุณหภูมิ ความชื้น ความเป็นกรดด่าง (pH) และออกซิเจน โดยพบว่า แผลจะหายได้ดีขึ้นในสภาวะแวดล้อมที่มีอุณหภูมิที่อบอุ่นได้ดีกว่าอากาศเย็น ความชื้น pH 7.4 และปริมาณ ออกซิเจนที่เหมาะสมจะช่วยให้แผลหายเร็วขึ้นเช่นกัน

ทำอย่างไรให้แผลหายเร็ว?

- ในการรักษาแผลจึงควรรักษาภาวะแวดล้อมและความสะอาดของแผลให้เหมาะสม มีอุณหภูมิที่อบอุ่น มีความชื้นเพียงพอ ความเป็นกรดด่าง และออกซิเจนเหมาะสมและเพียงพอ เพื่อช่วยให้แผลหายได้เร็วขึ้น
- สำหรับการดูแลแผลเล็กน้อยๆ เบื้องต้น เริ่มด้วยการล้างหรือเช็ดทำความสะอาดแผลด้วยน้ำสะอาด ตามด้วยการปิดแผลโดยปราศจากเชื้อ ไม่แนะนำให้ใช้แอลกอฮอล์ หรือ ยาฆ่าเชื้อ เช่น **Providone iodine** เพราะส่งผลเสียต่อการทำงานของเซลล์ชนิด **fibroblast** ซึ่งมีหน้าที่ในการซ่อมแซมบาดแผล ทำให้แผลหายช้า
- ส่วนชนิดของแผลที่ควรแนะนำให้ไปพบแพทย์ ได้แก่ แผลที่เลือดไหลไม่หยุด แผลขนาดใหญ่หรือแผลลึกมาก แผลที่เกิดจากแมลงพิษกัด แผลบริเวณข้อต่อหรือข้อพับ และแผลที่แดง อักเสบ และปวดรุนแรงหรือเป็นหนอง เป็นต้น ซึ่งมีโอกาสเกิดแผลเป็นได้

- ปัจจัยอื่นๆที่ส่งผลร้ายต่อการหายของแผล คือ การสูบบุหรี่ การขาดวิตามิน ซี และธาตุสังกะสี ซึ่งควรรับประทานวิตามิน ซี และสังกะสีให้อยู่ในระดับปกติ ในทางตรงกันข้ามการได้รับวิตามินซีและสังกะสีในขนาดสูงหรือปริมาณมากเกินไปกว่าความต้องการของร่างกายก็ไม่ช่วยให้แผลหายเร็วขึ้น
- นอกจากนี้การเกิดแผลเป็นอาจลดลง ถ้าให้ปากแผลแนบสนิทกันพร้อมทั้งลดแรงดึงต่อแผลลง

การรักษาแผลเป็น

ในท้องตลาดมีผลิตภัณฑ์จำนวนมากที่นำมาเพื่อใช้รักษาหรือลดขนาดของแผลเป็นให้ลดน้อยลง เช่น การผ่าตัด การฉีดยาคอร์ติโคสเตียรอยด์ การฉายรังสี การใช้ความเย็น การรักษาด้วยเจลซิลิโคน (silicone gel) ยาครีมบางชนิดหรือปล่อยให้ดีขึ้นเอง เป็นต้น

แผ่นเจลซิลิโคน (silicone gel sheet) เป็นแผ่นซิลิโคนใสที่เหมาะสมสำหรับแผลเป็นที่มีสีแดงหรือสีคล้ำหรือนูน ซึ่งมีรายงานว่าเมื่อใช้แผ่นเจลซิลิโคนแล้วจะช่วยให้สีของแผลจากแดงและแผลแบนราบลงได้ แผ่นเจลซิลิโคนนี้ไม่ควรจะใช้ในขณะที่แผลเปิด ควรเริ่มใช้ทันทีที่แผลปิดสนิทหรือหลังตัดไหมสำหรับแผลเย็บ โดยปิดแผ่นเจลซิลิโคนนี้ทับแผลเป็นหรือคิลอยด์เป็นระยะเวลา นานมากกว่า 12 ชั่วโมงต่อวัน (อาจเริ่มต้นด้วยระยะเวลาสั้นๆ และเพิ่มขึ้นจนมากกว่า 12 ชั่วโมงต่อวัน) จะช่วยให้แผลเป็นนี้ยุบลงได้ โดยที่ไม่เจ็บ แต่ใช้เวลาอาจประมาณ 4-6 เดือน ในปัจจุบันยังไม่ทราบกลไกการออกฤทธิ์ แต่เชื่อว่า คุณสมบัติ semi-occlusive (ที่ไม่ยอมให้น้ำผ่าน แต่ไอน้ำ ความชุ่มชื้น และออกซิเจนผ่านได้) และแรงกดอยู่ตลอดเวลาบนแผลเป็น ช่วยให้ลักษณะของแผลเป็นดีขึ้นได้ แผ่นซิลิโคนใสสามารถนำมาล้างทำความสะอาด ใช้สบู่อ่อน ใช้น้ำสะอาดล้าง แล้วผึ่งให้แห้ง นำมาใช้ปิดแผลเป็นได้จนกว่าจะปิดไม่อยู่ ซึ่งส่วนใหญ่จะสามารถใช้ได้นาน 14-28 วัน

การฉีดยาคอร์ติโคสเตียรอยด์ การฉีดยาสเตียรอยด์ควรอยู่ในความดูแลของแพทย์ โดยเฉพาะศัลยแพทย์ตกแต่ง (plastic surgeon) โดยใช้ยา triamcinolone acetonide เข้าได้ตำแหน่งของแผลเป็น จะช่วยให้แผลเป็นนั้นนุ่มลงและแบนราบลงได้ โดยยานี้จะไปยับยั้งการเจริญเติบโตของ fibroblast และส่งเสริมการทำคอลลาเจนที่แผลเป็น ทำให้แผลเป็นยุบตัวลง ยานี้ควรใช้เมื่อใช้แผ่นซิลิโคนใสแล้วยังไม่หายดี ขนาดของยาที่ใช้อยู่ระหว่าง 10-120 มก. ต่อครั้ง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับขนาดของแผลเป็น ควรให้ทุก 4-6 สัปดาห์ ซึ่งได้ผลพอใช้ได้ แต่ก็ทำให้เกิดความรู้สึกเจ็บขณะฉีดยา และต้องมาฉีดเป็นระยะ ตามที่แพทย์นัด นอกจากนี้ในบางรายอาจทำให้แผลยุบตัวและสีผิวเปลี่ยนได้ นอกจากนี้การใช้ยาสเตียรอยด์ทาบริเวณแผลเป็น จะช่วยบรรเทาอาการคัน ตึง ปวด เพื่อที่จะได้ ไม่ถูกกลามขึ้น แต่ไม่ช่วยให้แผลเป็นหรือคิลอยด์ยุบลงได้

การผ่าตัด การผ่าตัด จะช่วยจัดตำแหน่งร่องรอยแผลเป็นให้ดูดีขึ้นได้ แต่ทุกครั้งที่มีการผ่าตัดก็จะเกิดแผลเป็นใหม่ที่แผลเป็นเก่าเสมอ การผ่าตัดด้วยแสงเลเซอร์ ได้ผลพอสมควร แต่ยังขึ้นอยู่กับขนาดของแผลเป็นด้วย

การทำด้วยยาที่มีส่วนประกอบของ MPS (Mucopolysaccharide polysulphate) โดยทั่วไป MPS เป็นสารที่ช่วยอุ้มน้ำในชั้นผิว และจัดเป็น Heparinoid เนื่องจากออกฤทธิ์คล้าย Heparin ซึ่งช่วยเพิ่มการไหลเวียนเลือด ได้มีการพัฒนา MPS เพื่อใช้ในยาสำหรับรักษาแผลเป็น และมีรายงานซึ่งวิจัยโดยทีมศัลยแพทย์ ที่กล่าวถึงผลของ MPS ที่ช่วยทำให้แผลเป็นที่แข็งนุ่มลงได้อย่างชัดเจน เมื่อเทียบกับยาหลอก นอกจาก MPS แล้วยังมีสารอื่นๆที่ทำให้แผลเป็นดูดีขึ้นได้ เช่น สารสกัดจาก Allium cepa, วิตามินอี, วิตามินบี3 เป็นต้น

การปล่อยให้แผลเป็นจางลงเองตามธรรมชาติ แผลเป็นอาจหายและจางลงได้เองในระดับหนึ่งเมื่อเวลาผ่านไป ดังนั้นศัลยแพทย์ตกแต่งจำนวนมากจะแนะนำให้ทิ้งไว้เฉยๆ สัก 1 ปี จนแผลจางลงเต็มที่ก่อนให้การรักษา นอกจากนี้ การใช้แสงเลเซอร์ ก็ได้ผลปานกลาง ขึ้นอยู่กับขนาดคิลอยด์ การใช้เครื่องสำอางตกแต่งแผลเป็น ฯลฯ