

ไตวายเรื้อรัง

โรคไตจำนวนมากไม่มีอาการหรือสัญญาณบอกล่วงหน้า

ภาวะไตวายทำให้การทำงานตามปกติของอวัยวะอื่นของร่างกายบกพร่องลง

ภาวะอาจลุกลามเป็นภาวะไตวายขั้นสุดท้าย

อันเป็นอันตรายต่อชีวิตหากมิได้รับการรักษาด้วยวิธีการฟอกไตหรือการปลูกถ่ายไต ในปัจจุบัน

มีผู้ป่วยภาวะไตวายระยะสุดท้ายกว่า 7,000

รายในฮ่องกงที่เข้ารับการรักษาด้วยวิธีการฟอกไตหรือการปลูกถ่ายไต – ตัวเลขนี้สูงกว่าเมื่อ 10 ปีที่ผ่านมา 90%

(ขอขอบคุณคุณหมอเอส.เอฟ. หลุย ที่ปรึกษาประจำแผนกคุณภาพและความปลอดภัย

องค์การโรงพยาบาล และคุณหมอซี.เอส. หลี่ ที่ปรึกษาจากกรมการแพทย์ โรงพยาบาลควีนเอลิซาเบธ

สำหรับการสอบถามข้อมูลในหน้านี้)

1. ภาวะไตวายเรื้อรังคืออะไร?

ไตมีหน้าที่หลักในการขจัดของเสียจากกระบวนการสันดาป และควบคุมน้ำ อิเล็กโทรไลต์ กรดต่าง และความดันโลหิตในร่างกาย ผลิตอิริโทรพอยเอติน (ฮอร์โมนที่จำเป็นต่อการผลิตเซลล์เม็ดเลือดแดง) และช่วยในการผลิตวิตามินดี

การทำงานของบกพร่องมากขึ้นของไตทำให้มีการสะสมของของเสียและของเหลวภายในร่างกายอันเป็นสาเหตุให้การทำงานของร่างกายบกพร่อง – สภาวะที่รู้จักกันในชื่อของภาวะไตวายเรื้อรัง

ภาวะไตวายเรื้อรังสามารถแบ่งออกเป็นระยะต่างๆ ดังนี้

- การทำงานที่บกพร่องของไต: 80 – 51% ของการทำงานโดยปกติของไต
- ภาวะไตวาย: 25-50% ของการทำงานของไต
- ภาวะไตวายรุนแรง: เพียง 15-25% ของการทำงานของไตเท่านั้น
- ภาวะไตวายระยะสุดท้าย: น้อยกว่า 10-15% ของการทำงานของไต

ในกรณีภาวะไตวายระยะสุดท้าย

ผู้ป่วยจะต้องได้รับการรักษาด้วยวิธีการฟอกไตหรือการปลูกถ่ายไตเพื่อให้มีชีวิตอยู่ต่อไปได้ หรือมิฉะนั้นอาจจะถึงแก่ความตาย

2. ผู้ใดมีแนวโน้มเกิดภาวะไตวายเรื้อรังได้มากกว่า?

ผู้ป่วยที่ป่วยเป็นโรคต่อไปนี้มีโอกาสเกิดภาวะไตวายเรื้อรังได้มากกว่า

- เบาหวาน
- ไตอักเสบ (ภาวะที่บรรดาโครงสร้างขนาดเล็กภายในไตที่รู้จักกันในชื่อกรวยไต เกิดการอักเสบ) ซึ่งรวมถึง โรคไตอักเสบลูปัส (การอักเสบของไตอันมีสาเหตุมาจากโรคอีริทีมาโตซัสชนิดทั่วกาย (SLE) ซึ่งเป็นโรคเกี่ยวกับระบบภูมิคุ้มกันโรคหนึ่ง)
- ความดันโลหิตสูง
- ประวัติสมาชิกในครอบครัวเป็นโรคไต (โรคไตทางพันธุกรรม)

3. ภาวะไตวายเรื้อรังสามารถป้องกันได้อย่างไร?

คำแนะนำบางประการในการป้องกันหรือลดการลุกลามของภาวะไตวายมีดังนี้

- ดื่มน้ำให้เพียงพอเพื่อรักษาปริมาตรการขับถ่ายปัสสาวะให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม (สามารถช่วยป้องกันน้ำในไตและการติดเชื้อของทางเดินปัสสาวะได้)
- ระมัดระวังเกี่ยวกับสุขอนามัยส่วนบุคคลเพื่อป้องกันการติดเชื้อของทางเดินปัสสาวะสตรีและเด็กมีอากาศติดเชื้อทางเดินปัสสาวะได้มากกว่า (ท่อปัสสาวะสั้น)
- การควบคุมอาหารที่เหมาะสม - หลีกเลี่ยงการบริโภคเกลือและเนื้อสัตว์เกินขนาด หลีกเลี่ยงการบริโภคอาหารที่มีแคลเซียมและออกซาเลตในปริมาณสูงสำหรับผู้ป่วยที่เป็นโรคนี้ในไต
- ไม่ใช้ยาผิดประเภท อาทิ ใช้ยาแก้ปวดสำหรับโรครูมาติกและยาปฏิชีวนะ
- ป้องกันภาวะแทรกซ้อนจากโรคที่สำคัญ อาทิ โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง เป็นต้น น้ำตาลในเลือดและความดันโลหิตควรได้รับการควบคุมอย่างเหมาะสม
- ขจัดสาเหตุของการอุดตันของทางเดินปัสสาวะ อาทิ ขจัดน้ำในไตและพยายามแก้ไขสาเหตุของโรคประจำตัว
- ตรวจร่างกายอย่างสม่ำเสมอ รวมถึงการทดสอบปัสสาวะ สามารถช่วยให้ค้นพบโรคไตในระยะต้นได้ หากมีภาวะปัสสาวะปนโลหิต (มีเลือดในปัสสาวะ) หรือ มีภาวะปัสสาวะปนอัลบูมิน (มีอัลบูมินในปัสสาวะ) ผู้ป่วยควรเข้ารับการตรวจโดยเร็ว
- เพื่อรับการรักษาโรคเกี่ยวกับไตโดยเร็ว อาทิ โรคไตอักเสบ

4. สาเหตุของภาวะไตวายเรื้อรังมีอะไรบ้าง?

สาเหตุการเกิดภาวะไตวายเรื้อรังระยะสุดท้ายรายใหม่ในฮ่องกงในปี 2008 ได้แก่

- โรคเบาหวาน 44%
- ไม่ทราบสาเหตุ 20%
- ไตอักเสบ 19%
- ความดันโลหิตสูง/ โรคหลอดเลือดไต 9%
- นิ่วในไต/ ปัสสาวะอุดกั้น 3%
- เกี่ยวกับพันธุกรรม (อาทิ โรคไตเป็นถุงน้ำ ซึ่งเป็นภาวะผิดปกติที่กลุ่มซิสต์เริ่มพัฒนาขึ้นในไต) 4%
- การติดเชื้อของทางเดินปัสสาวะ 1%

(แหล่งข้อมูลจากทะเบียนผู้ป่วยด้านไตองค์การโรงพยาบาลแห่งฮ่องกง – สาเหตุการเกิดภาวะไตวายระยะสุดท้ายรายใหม่ในปี 2008)

5. อาการของภาวะไตวายเรื้อรังสามารถสังเกตได้ง่ายหรือไม่?

อาการของโรคไตและภาวะไตวายเรื้อรังจะไม่ชัดเจนในช่วงระยะต้น ซึ่งอาจจะประกอบด้วยอาการดังต่อไปนี้

- มีเลือดปนปัสสาวะ/ ปัสสาวะสีน้ำตาลหรือสีมืด (ปัสสาวะปนโลหิต)
- ปัสสาวะเป็นฟอง (ปัสสาวะปนอัลบูมิน)
- ปัสสาวะขุ่น (ปัสสาวะติดเชื้อ)
- เจ็บขณะปัสสาวะ
- ปัสสาวะลำบาก
- เม็ดทราย/หินในปัสสาวะ
- ปริมาตรปัสสาวะเพิ่มขึ้นหรือลดลงอย่างมีนัยสำคัญ ปัสสาวะบ่อยตอนกลางคืน
- เจ็บสะโพก/ช่องท้อง
- ช้อเท้าหรือเปลือกตาบวม ในหน้าอุม
- ความดันโลหิตสูง

ในกรณีที่การทำงานของไตเสื่อมลงจนถึงขั้นภาวะไตวายรุนแรง (น้อยกว่า 25% ของการทำงานตามปกติ) อาจจะมีอาการของภาวะผิดปกติอันมีสาเหตุจากความบกพร่องของไต ดังนี้

- ปัสสาวะบ่อยตอนกลางคืน ปริมาตรปัสสาวะลดลง

- ไม่เจริญอาหาร คลื่นไส้ อาเจียน
- เหนื่อย ดุซิดเซียว (ภาวะโลหิตจาง)
- ผิวหนังเป็นผื่น
- ความดันโลหิตสูง
- หายใจไม่ทั่วปอด
- บวมน้ำ (ข้อเท้าหรือเปลือกตาบวม)
- เชื่องซึม ไม่รู้สึกตัว ชัก โคม่า

6. ภาวะไตวายเรื้อรังจะตรวจวินิจฉัยได้อย่างไร?

ผู้ที่สงสัยว่าจะมีอาการภาวะไตวายเรื้อรังควรไปพบแพทย์ประจำครอบครัว เนื่องจากอาการของโรคไตและภาวะไตวายเรื้อรังไม่สามารถสังเกตเห็นได้ ผู้ป่วยอาจจะต้องดำเนินการทดสอบต่างๆ ได้แก่

- การตรวจปัสสาวะ: เพื่อดูว่ามีเซลล์เม็ดเลือดแดง เซลล์เม็ดเลือดขาว และ โปรตีนหรือไม่
- การตรวจเลือดเพื่อดูการทำงานของไต ได้แก่
 - ตรวจเลือดเพื่อวัดระดับยูเรีย ครีเอตินิน โปรตีน และ อัลบูมิน
 - ตรวจปัสสาวะ 24 ชั่วโมงเพื่อวัดความเข้มข้นของครีเอตินิน โปรตีน
- การเอ็กซเรย์ การสแกน ได้แก่
 - สแกนอัลตราซาวด์
(ซึ่งสามารถแสดงให้เห็นรูปร่างและโครงสร้างของไตเพื่อตรวจหาภาวะการอุดตันอันอาจเกิดขึ้น)
 - การทำไฟอิลแกรมด้วยวิธีฉีดเข้าหลอดเลือดดำ
(กระบวนการทางรังสีวิทยาเพื่อตรวจหาความผิดปกติในระบบปัสสาวะ)
- การตัดเนื้อเยื่อไตไปตรวจ ได้แก่
การใช้เข็มเข็มเอาตัวอย่างเนื้อเยื่อไตขนาดเล็กโดยการวางยาชาเฉพาะที่ และตรวจเนื้อเยื่อดังกล่าวด้วยกล้องจุลทรรศน์ วิธีนี้ทำให้สามารถวินิจฉัยการอักเสบของไตได้

7. การรักษาภาวะไตวายเรื้อรังทำด้วยวิธีใด?

ภาวะไตวายเรื้อรังไม่สามารถรักษาให้หายได้

ดังนั้นการรักษาจึงมีเป้าหมายเพื่อชะลอการลุกลามของภาวะไตวาย ลดภาวะแทรกซ้อน และควบคุมอาการ โดยไม่จำเป็นต้องควบคุมโรคที่สำคัญ อาทิ โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ไตอักเสบ เป็นต้น ผู้ป่วยควรจะไปพบแพทย์เพื่อติดตามผลอย่างสม่ำเสมอ ควรปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัดในเรื่องอาหาร ออกกำลังกายและการรักษาด้วยยาเพื่อควบคุมภาวะดังกล่าว

การควบคุมอาหาร

การควบคุมอาหารอย่างเหมาะสมเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้ภาวะไตวายเรื้อรังต้องปฏิบัติตาม การลดปริมาณการทานโปรตีนอย่างเหมาะสมสามารถช่วยชะลอการลุกลามของภาวะไตวายเรื้อรังได้ ผู้ป่วยควรจำกัดปริมาณการทานโปรตีน โซเดียม ฟอสฟอรัส โพแทสเซียม และน้ำ และควบคุมระดับคอเลสเตอรอล

การรักษาด้วยยา

ยาทั่วไป ได้แก่

- ยาสำหรับควบคุมความดันโลหิต อาทิ ยาลดความดันโลหิตในกลุ่มแองจิโอเทนซิน-คอนเวอร์ติง เอนไซม์ (ACE) หรือ แองจิโอเทนซิน รีเซปเตอร์ บล็อกเกอร์ สำหรับปกป้องการทำงานของไต
- อีริโทรโปเอติน เพื่อเสริมสร้างเซลล์เม็ดเลือดแดง
- วิตามินดี เพื่อช่วยการสันดาปของกระดูก
- ยาลดการดูดซึมฟอสเฟตเพื่อลดความเข้มข้นของฟอสเฟตในเลือด

การรักษาด้วยการเปลี่ยนไต

ผู้ป่วยภาวะไตวายในระยะสุดท้ายจะไม่สามารถจัดของเสียที่สะสมและน้ำส่วนเกินในร่างกายได้ (ความสามารถในการทำงานของไตเหลือเพียง 10 ถึง 15% เท่านั้น) จึงต้องรักษาด้วยการเปลี่ยนไตเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตต่อไปได้ หรือมีฉะนั้นนี้อาจจะถึงแก่ความตายได้

การรักษาด้วยการเปลี่ยนไต ได้แก่

วิธีการฟอกไต ในปัจจุบัน การฟอกไตด้วยเครื่องไตเทียม (HD) และ การฟอกไตทางช่องท้อง (PD)

เป็นการรักษาด้วยการฟอกไตสองวิธีหลัก

1) การฟอกไตด้วยเครื่องไตเทียม

การฟอกไตด้วยเครื่องไตเทียม หรือที่รู้จักกันในชื่อ “การฟอกเลือด”

เป็นการใช้ประโยชน์จากเครื่องฟอกไต (ไตเทียม) เพื่อขจัดน้ำ อิเล็กโทรไลต์ และของเสียส่วนเกินในเลือด

เลือดจะถูกถ่ายออกจากร่างกายของผู้ป่วยทางทวารหลอดเลือด อาทิ เส้นสำหรับฟอกไต (การเชื่อมต่อทำระหว่างเส้นเลือดแดงและเส้นเลือดดำที่ท้องแขน) หรือ ท่อสอดเส้นเลือดดำที่สอดเข้าทางเส้นเลือดใหญ่บริเวณคอ เลือดจะไหลเวียนผ่านเครื่องฟอกไตในอัตรา 200ซีซี/นาที โดยจะไหลผ่านไตเทียมเพื่อกรองของเสียและของเหลวส่วนเกินออก เลือด “ที่ฟอกแล้ว” จะถูกส่งกลับเข้าไปยังร่างกายของผู้ป่วย

ผู้ป่วยแต่ละรายอาจจะต้องทำการรักษาด้วยวิธีการฟอกไตด้วยเครื่องไตเทียม 2-3 ครั้งต่อสัปดาห์และแต่ละครั้งใช้เวลา 4-6 ชั่วโมง

การฟอกไตด้วยเครื่องไตเทียมสามารถทำตามศูนย์ฟอกไตหรือที่บ้าน (ช่วงเย็น) สำหรับผู้สามารถดำเนินการดังกล่าวได้



ข้อดี: รวดเร็วและมีประสิทธิภาพด้วยการรักษาเพียง 2-3 ครั้งต่อสัปดาห์ เป็นการบำบัดเป็นระยะๆ
ข้อเสีย: ต้องไปที่ศูนย์ฟอกไตเพื่อรับการรักษา การรักษากระทำเป็นระยะๆ เท่านั้นและมีค่าใช้จ่ายสูง

ศูนย์ที่ให้บริการฟอกไตด้วยเครื่องไตเทียม มีดังนี้

- หน่วยไตขององค์การโรงพยาบาล (สำหรับผู้ที่ไม่สามารถรักษาด้วยการฟอกไตทางช่องท้องได้)
- “แผนสนับสนุนการฟอกไตด้วยเครื่องไตเทียมที่บ้านตอนกลางคืน”
ให้บริการโดยองค์การโรงพยาบาลร่วมกับมูลนิธิไตแห่งประเทศไทย
- ศูนย์ฟอกไตด้วยเครื่องไตเทียมขององค์การการกุศลต่างๆ
- ศูนย์ฟอกไตด้วยเครื่องไตเทียมของโรงพยาบาลเอกชน

ii) การฟอกไตทางช่องท้อง

การฟอกไตทางช่องท้อง หรือที่รู้จักกันในชื่อ “การฟอกช่องท้อง”

เป็นการใช้ประโยชน์จากเส้นเลือดบริเวณเยื่อช่องท้อง (เยื่อบางๆ ที่บุบริเวณด้านในช่องท้องและรอบๆ และรองรับอวัยวะในช่องท้อง) ซึ่งช่วยให้สามารถทำการฟอกไตได้

สายสวนสำหรับการฟอกไตทางช่องท้องจะถูกปลูกฝังในบริเวณช่องท้องของผู้ป่วยเพื่อเป็นช่องทางให้ของเหลวจากการฟอกไตสามารถผ่านเข้าออกได้

ของเหลวสำหรับการฟอกไตที่ถูกฉีดเข้าจะช่วยให้ของเสียถูกถ่ายเทออกจากร่างกายเข้าไปในของเหลวสำหรับการฟอกไตและจะช่วยขจัดน้ำส่วนเกินออกจากร่างกายได้

การฟอกไตทางช่องท้องสามารถทำได้เองที่บ้านและสามารถกระทำได้อย่างต่อเนื่องหรือเป็นระยะ ดังนี้

- การฟอกไตทางช่องท้องแบบถาวร (CAPD)



ผู้ป่วยประมาณ 90% ในฮ่องกงประโยชน์จากวิธีนี้

การรักษาด้วยวิธีการฟอกไต (การถ่ายเทน้ำยาฟอกไต) สามารถทำได้ที่บ้าน

น้ำยาฟอกไตจะถูกฉีดเข้าไปในช่องท้องผ่านทางท่อสอดที่ปลูกฝังไว้และน้ำยาฟอกไตจะคงอยู่ในช่องท้อง

เป็นระยะเวลา 4-10 ชั่วโมง ระหว่างช่วงเวลานี้ ของเสียจะกระจายตัวเข้าไปในน้ำยาฟอกไต

และน้ำยาฟอกไตจะถูกถ่ายเทออกจากร่างกาย (พร้อมกับของเสีย) ภายหลังระยะ 4-10 ชั่วโมง

และน้ำยาฟอกไตถุงใหม่จะถูกฉีดเข้าไปในช่องท้องอีกครั้ง กระบวนการนี้จะกระทำวันละ 3-4 ครั้ง

ข้อดี: สามารถขจัดของเสียและน้ำส่วนเกินได้อย่างต่อเนื่อง ทำให้หัวใจมีภาระการทำงานน้อยลง

และผู้สามารถดำเนินกิจกรรมตามปกติในระหว่างการฟอกไตได้

ข้อเสีย: เสี่ยงต่อภาวะเยื่อช่องท้องอักเสบ (การอักเสบของเยื่อช่องท้อง) จากการถ่ายเทน้ำยาฟอกไต

แต่ภาวะแทรกซ้อนนี้มีโอกาสน้อยหากทำการฟอกไตด้วยความระมัดระวัง

- การฟอกไตทางช่องท้องแบบอัตโนมัติ

การรักษาด้วยวิธีการฟอกไตนี้จะกระทำระหว่างนอนช่วงกลางคืนโดยการเชื่อมต่อเข้ากับเครื่องฟอกไตทางช่องท้องอัตโนมัติก่อนเข้านอนทุกคืน เครื่องนี้จะทำการถ่ายเทน้ำยาฟอกไตโดยอัตโนมัติทุกๆ ชั่วโมง หรือ ตลอดคืน (เป็นระยะเวลา 10-12 ชั่วโมง)



ข้อดีของการฟอกไตทางช่องท้องคือ ผู้ป่วยสามารถดูแลตนเองได้ และระดับที่อกชินและน้ำจะคงความเสถียร ผู้ป่วยสามารถดำรงชีวิตทางสังคมและทำงานได้ค่อนข้างเป็นปกติ มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อแต่ในระดับที่ต่ำหากทำการฟอกไตด้วยความระมัดระวัง

iii) การปลูกถ่ายไต

การปลูกถ่ายไตคือการผ่าตัดปลูกถ่ายจากผู้บริจาคไตให้กับผู้ป่วยภาวะไตวาย ไตของผู้บริจาคอาจจะมาจากบุคคลที่เสียชีวิต (ก้านสมองตาย) หรือ ได้รับบริจาคจากบุคคลที่ยังมีชีวิตอยู่ (สมาชิกในครอบครัว) ในปี 2008 มีการปลูกถ่ายไตจำนวน 77 รายในฮ่องกง (66 รายได้รับไตจากผู้บริจาคที่เสียชีวิตแล้ว และ 11 รายได้ไตจากผู้บริจาคที่ยังมีชีวิตอยู่) มีผู้ป่วยอีกประมาณ 1,600 รายที่กำลังรอรับการปลูกถ่ายไต

การปลูกถ่ายไตประสบผลสำเร็จเป็นอย่างดี กล่าว
อัตราการรอดชีวิตของผู้ป่วยในระยะ 1 ปี และ 5 ปี เป็นดังนี้
การปลูกถ่ายไตจากบุคคลที่เสียชีวิตแล้วคิดเป็นอัตรา 95% และ 89%
การปลูกถ่ายไตจากผู้บริจาคที่ยังมีชีวิตอยู่คิดเป็นอัตรา 96% และ 95% ตามลำดับ
อัตราการรอดชีวิตจากการปลูกถ่ายไตในระยะ 1 ปี และ 5 ปี เป็นดังนี้
การปลูกถ่ายไตจากผู้บริจาคที่เสียชีวิตแล้วคิดเป็นอัตรา 92% และ 84%
การปลูกถ่ายไตจากผู้บริจาคที่ยังมีชีวิตอยู่คิดเป็นอัตรา 94% และ 89% ตามลำดับ
การผ่าตัดปลูกถ่ายไตอาจก่อให้เกิดภาวะแทรกซ้อนซึ่งสาเหตุส่วนใหญ่ประการหนึ่งเกี่ยวข้องกับ "การปฏิเสธไต" ผู้ป่วยต้องทานยาหลายชนิดและต้องเอาใจใส่กับทักษะต่างๆ ที่เกี่ยวกับการพยาบาล

8. ภาวะแทรกซ้อนของไตวายเรื้อรังมีอะไรบ้าง?

ภาวะไตวายเรื้อรังมีผลกระทบต่อร่างกายเกือบทุกส่วน
ภาวะแทรกซ้อนหลัก ได้แก่

- ความดันโลหิตสูง
- โลหิตจาง
- โรคเกี่ยวกับหลอดเลือดหัวใจ
- โรคเกี่ยวกับกระดูกและกระดูกแตก

9. การดูแลผู้ป่วยภาวะไตวายเรื้อรังทำอย่างไร?

- เข้าใจถึงภาวะและวิธีการรักษา
- ควบคุมโรคไตโดยการปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์ รวมถึงทักษะการรักและการดูแลตนเอง อาทิ การบำบัดทางอาหาร การรักษาด้วยยา และ การฟอกไต เป็นต้น
- ไปพบแพทย์เพื่อติดตามอาการของโรคอย่างสม่ำเสมอ