



น้ำกัดเท้า สิ่งขึงระวังเมื่อต้องลุยน้ำ(ท่วม)

ภก.ทรงศักดิ์ วิมลกิตติพิงค์
สำนักงานโครงการพัฒนาร้านยา สำนักยา



จากที่ประเทศไทยต้องประสบกับอุทกภัยครั้งใหญ่ของประเทศ หลายพื้นที่ในภาคกลางรวมถึงกรุงเทพมหานครและปริมณฑลต่างถูกปกคลุมด้วยน้ำ และ “น้ำ” เหล่านี้เป็นเหตุให้เกิดการระคายเคืองของผิวหนัง และเป็นแผลติดเชื้อตามมา ที่เรียกกันว่า “น้ำกัดเท้า”

น้ำกัดเท้า ไม่ใช่ชื่อโรค แต่เป็นภาวะที่มีการระคายเคืองของผิวหนังที่ต้องแช่น้ำเป็นระยะเวลานาน หากเป็นน้ำที่สกปรกก็มักจะทำให้ระคายเคือง และคันมากขึ้น ผิวหนังเปื่อย เกิดแผลถลอก ส่งผลให้เกิดการติดเชื้อได้ง่าย

ในระยะแรกของการเกิดน้ำกัดเท้าจะยังไม่มี การติดเชื้อ แต่หากไม่มีการทำความสะอาดที่ดีก็มักจะเป็นเหตุให้เกิดอาการคัน เกิดแผล และมีการติดเชื้อแบคทีเรียตามมา ซึ่งจะมีอาการปวด บวม หรือเป็นแผลหนอง

ส่วนการติดเชื้อรามักจะเกิดหลังจากที่เท้าต้องสัมผัสกับน้ำมาแล้วระยะหนึ่ง หรืออยู่ในภาวะอับชื้นอย่างต่อเนื่อง การติดเชื้อจะทำให้เกิดอาการคันมากขึ้น ผิวหนังลอกเป็นขุย เป็นสะเก็ด และมีกลิ่นเหม็น ทั้งนี้ การติดเชื้ออาจเกิดร่วมกับการติดเชื้อแบคทีเรียได้



การดูแลเพื่อป้องกันน้ำกัดเท้าทำได้โดยหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับน้ำ หรือแช่น้ำเป็นระยะเวลานาน หรือหากจำเป็นก็ควรใส่รองเท้าบูทหรือถุงพลาสติกกันน้ำ หรืออาจใช้ปิโตรเลียมเจลลี่ (Petroleum jelly) ซึ่งมีลักษณะเป็นขี้ผึ้งใส ไม่มีสี ไม่มีกลิ่น หรือขี้ผึ้งวิทฟิลด์ (Whitfield's ointment) หรืออาจใช้น้ำมันทาเคลือบเท้า โดยเฉพาะบริเวณง่ามเท้าก่อนสัมผัสกับน้ำ เพื่อป้องกันไม่ให้น้ำซึมผ่านผิวหนัง ลดการเปียกชื้นที่ผิวหนัง ซึ่งเป็นสาเหตุให้เกิดน้ำกัดเท้าตามมา และหลังจากสัมผัสกับน้ำจะต้องล้างเท้าด้วยสบู่ให้สะอาดแล้วเช็ดให้แห้ง โดยเฉพาะตามซอกนิ้วเท้าเนื่องจากบริเวณซอกนิ้วเท้าจะเป็นจุดที่หมักหมมสิ่งสกปรกและความอับชื้นได้ดี หากพบว่ามีอาการบวมแดงบริเวณเท้า ควรทำความสะอาดแผลด้วยแอลกอฮอล์ และทาด้วยยาฆ่าเชื้อโพวิโดนไอโอดีน



หากเริ่มมีอาการของน้ำกัดเท้าอาจใช้ขี้ผึ้งวิทฟิลด์ทาบริเวณที่เป็นวันละ 3 ครั้ง เพื่อบรรเทาอาการคัน ยับยั้งการเจริญของเชื้อแบคทีเรีย และป้องกันการเกิดเชื้อรา

ขี้ผึ้งวิทฟิลด์(Whitfield's ointment) เป็นตำรับยาที่ยอมรับโดยสากล ว่ามีประสิทธิภาพไม่ต่างจากยาต้านเชื้อราตัวใหม่ๆ และมีการใช้มาอย่างต่อเนื่องยาวนาน มีคุณสมบัติในการต้านเชื้อรา และยับยั้งการเติบโตของเชื้อแบคทีเรีย สามารถเกาะติดผิวหนังได้ดี ไม่ถูกชะล้างโดยง่าย จึงเหมาะในการใช้ในภาวะที่มีน้ำท่วมขัง แต่ด้วยเหตุที่ปัจจุบันมีการพัฒนาตัวยาสำหรับต้านเชื้อราตัวใหม่ๆ ออกมาทำให้ขี้ผึ้งวิทฟิลด์ได้รับความนิยมลดลง ด้วยเพราะการใช้ขี้ผึ้งวิทฟิลด์มักจะทำให้เปราะและเปื้อนเสื้อผ้า และเป็นตำรับยาที่ไม่สามารถทำกำไรให้แก่บริษัทผู้ผลิตได้มากเท่ากับยาต้านเชื้อราตัวใหม่ๆ จึงแทบไม่ค่อยเห็นยาตัวนี้จำหน่ายในปัจจุบัน

ด้วยเหตุนี้เภสัชกร คณาจารย์คณะเภสัชศาสตร์ต่างๆ และอาสาสมัครจิตอาสา ที่เห็นประโยชน์อันโดดเด่นของยาตัวนี้ที่เหมาะสมกับการใช้ในภาวะน้ำท่วมจึงร่วมกันออกมาผลิตขี้ผึ้งวิทฟิลด์แจกจ่ายแก่ผู้ประสบภัยโดยไม่คิดมูลค่า และได้มีการผลิตมาแล้ว

อย่างต่อเนื่องตลอดช่วงที่ประเทศไทยประสบอุทกภัยตั้งแต่ปี พ.ศ.2553 จวบจนปัจจุบัน

ยาตัวอื่นๆที่ใช้บรรเทาอาการน้ำกัดเท้า ได้แก่

1. ยาครีมสเตียรอยด์ ใช้เพื่อบรรเทาอาการคันที่เกิดขึ้น ไม่มีฤทธิ์ในการฆ่าเชื้อรา และเชื้อแบคทีเรีย ยิ่งไปกว่านั้นการใช้ยาอย่างไม่ถูกต้อง หรือต่อเนื่องนานเกินไปอาจทำให้เชื้อราเจริญลุกลามมากขึ้น และอาจเกิดอาการข้างเคียงของสเตียรอยด์ได้ด้วย

2. ยาครีมต้านเชื้อรา เป็นยากลุ่มใหม่ที่มีการพัฒนาขึ้น มีคุณสมบัติในการต้านเชื้อราที่ไม่ต่างจากขี้ผึ้งวิทฟิลด์ แต่ด้วยการพัฒนาในรูปแบบครีม ทำให้ไม่เหนียวเหนอะหนะ หรือเป็นคราบติดเสื้อผ้า จึงเป็นที่นิยมใช้กันมาก แต่อาจไม่เหมาะหากต้องมีการสัมผัสน้ำเป็นประจำเนื่องจากยาสามารถล้างออกได้ง่ายด้วยน้ำ

อนึ่ง ในผู้ที่มีอาการน้ำกัดเท้ารุนแรงขึ้น เป็นแผลเปื่อย มีหนอง บวม แดง มีลักษณะของการติดเชื้อ หรือมีการติดเชื้อราที่เล็บ โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ป่วยโรคเบาหวาน (เพราะอาจติดเชื้อรุนแรงกว่าคนทั่วไป และเป็นเหตุถึงขั้นต้องตัดนิ้วหรือขาได้) ควรจะรีบปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรเพื่อการดูแลรักษาอย่างเหมาะสมต่อไป

“เภสัชอาสาธรรมใจ สู้ภัยน้ำท่วม 2554”
