



โรคไตเรื้อรัง

(Chronic Kidney Disease : CKD)

เรียบเรียงข้อมูล
 หน่วยงานการพยาบาลผู้ป่วยโรคไต สถาบันโรคทรวงอก
ตรวจสอบข้อมูล
 นายแพทย์พีรภัทร อนาพงษ์ศอร
 อายุรแพทย์โรคไต

ผลิตและเผยแพร่ งานประชาสัมพันธ์

ไต มีหน้าที่อย่างไร ?

1. ขับของเสียในร่างกายออกมาทางปัสสาวะ เช่น ยูเรีย ครีเอตินีน สารพิษต่างๆ
2. ควบคุมสมดุลของน้ำ กรด ด่าง และเกลือแร่ต่างๆ โดยการขับสารที่ร่างกายไม่ต้องการออกทางปัสสาวะ และเก็บสารที่ร่างกายต้องการกลับทางหลอดเลือด
3. สร้างฮอร์โมนที่เกี่ยวข้องกับการสร้างเม็ดเลือดแดง และวิตามินดี

โรคไตเรื้อรัง

(Chronic Kidney Disease: CKD)

เกิดจากสภาวะที่ไตถูกทำลาย เป็นเวลานานมากกว่า 3 เดือน จนไม่สามารถกลับฟื้นคืนสภาพ ส่งผลให้ความสามารถในการทำงานของไตลดลง

โรคไตเรื้อรัง แบ่งออกเป็น 5 ระยะ		
ระยะของโรคไตเรื้อรัง		
ระยะที่ 1	อัตราการกรอง >90 มล./นาที/1.73 ตารางเมตร	ไตเริ่มผิดปกติ
ระยะที่ 2	อัตราการกรอง 60-89 มล./นาที/1.73 ตารางเมตร	ไตเรื้อรังระยะเริ่มต้น
ระยะที่ 3a	อัตราการกรอง 45-59 มล./นาที/1.73 ตารางเมตร	ไตเรื้อรังระยะเริ่มต้นถึงปานกลาง
ระยะที่ 3b	อัตราการกรอง 30-44 มล./นาที/1.73 ตารางเมตร	ไตเรื้อรังระยะปานกลางถึงรุนแรง
ระยะที่ 4	อัตราการกรอง 15-29 มล./นาที/1.73 ตารางเมตร	ไตเรื้อรังระยะรุนแรง
ระยะที่ 5	อัตราการกรอง <15 มล./นาที/1.73 ตารางเมตร	ไตเรื้อรังระยะสุดท้าย



ความเข้าใจผิด!!

เกี่ยวกับโรคไต

- **ยาล้างไต**
 ที่ชาวบ้านเรียกกันติดปากนั้น จริงๆแล้ว เป็นยาสำหรับ "ขับปัสสาวะ" นอกจากนี้ยังมีการเติมสีเข้าไป เมื่อรับประทานยาปัสสาวะ จึงมีสีที่ต่างจากปกติ อาจทำให้ผู้ป่วยบางรายเข้าใจว่ายาไปขับสารพิษหรือสิ่งสกปรกภายในไต และทางเดินปัสสาวะออกมา

- **ยาลดความดันโลหิตยี่ห้อทำให้ไตวาย**
"ไม่จริง" การกินยารักษาโรค ความดันโลหิตสูง มีความจำเป็น เพราะเป็นการควบคุมระดับความดันโลหิต ซึ่งถ้าควบคุมระดับความดันโลหิตได้ดี ก็จะช่วยลดและชะลอความเสี่ยงของไตยาบางรายการมีขนาดและระยะเวลารับประทานซึ่งแพทย์ได้พิจารณาจากผลทางห้องปฏิบัติการ (การทำงานของไต) อาจมีการปรับขนาดตามความเหมาะสม ในแต่ละครั้งที่ผู้ป่วยเข้ารับการรักษา ผู้ป่วยควรรับประทานยาตามแพทย์สั่งอย่างเคร่งครัด เพื่อประสิทธิภาพ และความปลอดภัยในการรักษา

- **สมุนไพรบำรุงไต**
"ไม่มี" แต่มีผลเสียต่อไต หากใช้ไม่ระวัง โดยเฉพาะผู้ที่เป็โรคไต เนื่องจากไม่สามารถขับสาร เช่น โปแทสเซียมออกได้เหมือนคนปกติ ต้องระวังการใช้สมุนไพรบางชนิด อาจเกิดอันตรายถึงขั้นไตวายได้

อะไรคือสาเหตุ ทำให้เกิดโรคไตเรื้อรัง?

1. โรคเบาหวานประเภท 1 และประเภท 2
2. โรคความดันเลือดสูง
3. โรคหัวใจในไตและทางเดินปัสสาวะ
4. โรคไตอักเสบเรื้อรังจากโรคแพ้ภูมิคุ้มกันตัวเองหรือไตอักเสบโกลเมอรูลัส
5. โรคถุงน้ำในไต
6. โรคท่อไตและเนื้อเยื่ออักเสบ
7. การอุดตันท่อน้ำในในระบบทางเดินปัสสาวะ เนื่องจากภาวะต่างๆ เช่น ต่อมลูกหมากโต และมะเร็งบางชนิด
8. โรคติดเชื้อทางเดินปัสสาวะ

อาการ ผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังเป็นอย่างไร ?

ผู้ที่เริ่มมีอาการโรคไตในช่วงแรกแทบไม่มีสัญญาณเตือน โดยอาการมักจะปรากฏในช่วงระยะท้ายๆ เมื่อไตได้รับความเสียหายไปมากแล้ว ทั้งนี้ผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังมักจะมีอาการต่างๆ เหล่านี้

- ปัสสาวะเป็นฟอง เกิดจากการมีโปรตีนในปัสสาวะรั่ว ออกมาในปัสสาวะ
- ปัสสาวะกลายสี จากไตจะไม่สามารถดูดน้ำ กลับเก็บในกระเพาะปัสสาวะได้ปกติ มีอาการบวมของเท้า ขา บางรายหากไตไม่สามารถขับน้ำ อาจทำให้เกิดภาวะน้ำท่วมปอดได้
- อ่อนเพลีย เหนื่อยง่าย นอนไม่หลับ กินไม่ได้ คลื่นไส้อาเจียน จากการคั่งของของเสียภายในร่างกาย
- ผิวหนังซีด คัน มีจ้ำเลือดขึ้นง่าย

การรักษาเพื่อชะลอการเสื่อมของไต

1. ควบคุมระดับความดันโลหิตให้ต่ำกว่า 130/80 มม.ปรอท
2. ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้ดี น้ำตาลสะสมน้อยกว่า 7%
3. ควบคุมระดับไขมันในเลือด
4. งดเค็ม จำกัดเกลือในอาหารน้อยกว่า 2 กรัมของโซเดียมหรือ 5 กรัมของโซเดียมคลอไรด์
5. จำกัดอาหารประเภทโปรตีนในกลุ่มที่ค่าการทำงานของไต < 45 มล./นาที/1.73 ตารางเมตร
6. การรักษาด้วยยา เช่น การให้ยาปรับสมดุลกรดด่าง ยาลดการดูดซึมฟอสเฟต ยาขับปัสสาวะ ยารักษา ภาวะโลหิตจาง
7. ออกกำลังกาย อย่างน้อยครั้งละ 30 นาที เป็นจำนวน 5 ครั้ง ต่อสัปดาห์
8. การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เช่น ลดน้ำหนัก งดสูบบุหรี่ และหลีกเลี่ยงยาที่มีผลเสียต่อไต

ผู้ป่วยไตเรื้อรังจะเริ่มฟอกไตเมื่อใด?

แนะนำพิจารณาเริ่มฟอกไตเมื่อการทำงานของไตอยู่ระหว่าง 5-10 มล./นาที/1.73 ตารางเมตร ร่วมกับมีอาการ ได้แก่ ภาวะน้ำท่วมปอดที่เข้ายาไม่ผลภาวะเลือดเป็นกรดหรือโพแทสเซียมสูง ที่เข้ายาไม่ได้ผลพบภาวะแทรกซ้อนจากยูเรียมี



การรักษาด้วยวิธีบำบัดทดแทนไต (Renal Replacement Therapy) มีกี่วิธี? สามารถเลือกการรักษาได้ 4 วิธี ดังนี้

การบำบัดทดแทนไต	ข้อจำกัด
1. การฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม (Hemodialysis) คือ การนำเลือดออกทางเส้นเลือดที่แขน หรือคอ ผ่านเข้าเครื่องไตเทียม เพื่อกำจัดของเสีย แล้วนำส่วนเกินที่ยังอยู่ในร่างกาย แล้วนำเลือดที่ฟอกแล้วกลับคืนสู่ผู้ป่วย	1. ต้องมารักษาที่โรงพยาบาล สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง ครั้งละ 4-5 ชั่วโมง 2. ไม่สามารถเดินทางไกลได้ เนื่องจากต้องมารักษาที่โรงพยาบาลเป็นประจำ
2. การล้างไตทางช่องท้อง (Peritoneal Dialysis) คือ การกำจัดของเสีย ออกจากร่างกายผู้ป่วย โดยการนำดิสทิลเลตที่มีลักษณะเฉพาะเข้าไปในช่องท้อง และให้เยื่อเมือกของท้องเป็นตัวกรองผ่านน้ำล้างไต	1. ต้องทำทุกวัน วันละ 4-5 ครั้ง 2. ระวังเรื่องความสะอาด อาจเกิดการติดเชื้อในช่องท้อง (peritonitis) ต้องปฏิบัติตามขั้นตอนการล้างไตอย่างเคร่งครัด
3. การปลูกถ่ายไต (Kidney Transplantation) คือ การนำไตคนไตที่ดีจากผู้บริจาคไปใส่ในผู้ป่วย เพื่อให้ทำหน้าที่ทดแทนไตที่เสียไป	1. มีผู้บริจาคไตจำนวนน้อย 2. ต้องได้รับการคัดเลือกว่าเหมาะสมต่อชีวิตและต้องอยู่ในความดูแลของแพทย์
4. การรักษาแบบประคับประคอง (Palliative Care) คือ การดูแลรักษาผู้ป่วยแบบอ้อมๆ ทั้งกาย จิตใจ สังคม จิตวิญญาณ มีการวางแผน และเป้าหมายการรักษา ร่วมกับทีมสหวิชาชีพ	1. ต้องมีผู้ดูแลอย่างใกล้ชิด เนื่องจากผู้ป่วยไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ 2. ผู้ป่วยอาจมีอาการไม่พึงประสงค์จากการดำเนินกรรักษาโรค เช่น อาการปวด ภาวะน้ำเกิน