

โรคติดเชื้อทางเดินปัสสาวะ

ผศ.นพ.ธนา ขอเจริญพร
หน่วยโรคติดเชื้อ สาขาอายุรศาสตร์
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
สมาคมโรคติดเชื้อแห่งประเทศไทย

โรคติดเชื้อทางเดินปัสสาวะเป็นโรคที่มีการติดเชื้อของอวัยวะในระบบทางเดินปัสสาวะซึ่งได้แก่ ไต ท่อไต กระเพาะปัสสาวะ และท่อปัสสาวะ โรคนี้เป็นโรคที่พบได้บ่อยและเป็นสาเหตุสำคัญที่นำผู้ป่วยมาพบแพทย์ที่โรงพยาบาล ประมาณ 30-50% ของผู้หญิงคนหนึ่งจะเป็นโรคติดเชื้อทางเดินปัสสาวะอย่างน้อยหนึ่งครั้งในชีวิต

สาเหตุและกลไกการเกิด

สาเหตุของโรคติดเชื้อทางเดินปัสสาวะที่สำคัญคือ แบคทีเรีย ซึ่งส่วนใหญ่แล้วเป็นแบคทีเรียที่อาศัยอยู่ในลำไส้ของคนเรา โดยมีกลไกการติดเชื้อคือ แบคทีเรียดังกล่าวมีการเคลื่อนที่จากลำไส้มาปนเปื้อนบริเวณส่วนนอกของรูทวาร จากนั้นเข้าสู่บริเวณช่องเปิดของท่อปัสสาวะ และเคลื่อนขึ้นไปตามท่อปัสสาวะ เข้าสู่กระเพาะปัสสาวะ ท่อไต และไต และทำให้เกิดการติดเชื้อในอวัยวะที่เคลื่อนไปถึง นอกจากนั้นแบคทีเรียที่ก่อให้เกิดการติดเชื้ออาจมาจากกระแสเลือดในผู้ที่มีการติดเชื้อในกระแสเลือดมาก่อน หรือมาจากการติดเชื้อของอวัยวะใกล้เคียงกับระบบทางเดินปัสสาวะ

ปัจจัยเสี่ยงของการติดเชื้อ

โดยปกติร่างกายมีกลไกในการป้องกันการติดเชื้อทางเดินปัสสาวะที่สำคัญคือ การไหลของน้ำปัสสาวะออกสู่ภายนอกร่างกายตามแรงโน้มถ่วงของโลกในปริมาณที่เหมาะสมและสม่ำเสมอ ทั้งนี้การไหลออกของน้ำปัสสาวะจะช่วยขับเอาเชื้อแบคทีเรียที่ปนเปื้อนออกสู่ภายนอกร่างกาย ดังนั้นหากมีความผิดปกติใดๆ ของการไหลออกของปัสสาวะ เช่น การอั้นปัสสาวะ การมีนิ่วหรือเนื้องอกอุดตันในทางเดินปัสสาวะ การทำงานบีบตัวเพื่อขับปัสสาวะของท่อไตหรือกระเพาะปัสสาวะที่ผิดปกติ ความผิดปกติของโครงสร้างของไต ท่อไต กระเพาะปัสสาวะ และท่อปัสสาวะ ผู้ป่วยที่ต้องนอนติดเตียงไม่สามารถลุกขึ้นมาปัสสาวะได้ จะเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดโรคติดเชื้อทางเดินปัสสาวะ สาเหตุที่ผู้หญิงมีโอกาสเกิดโรคติดเชื้อทางเดินปัสสาวะมากกว่าผู้ชายเนื่องจากท่อปัสสาวะของผู้หญิงสั้นกว่าของผู้ชาย ซึ่งทำให้เชื้อแบคทีเรียเคลื่อนจากบริเวณช่องเปิดของท่อปัสสาวะเข้าสู่กระเพาะปัสสาวะได้ง่ายและเร็วกว่า ในผู้ป่วยที่มีการใส่สายสวนปัสสาวะคาไว้เพื่อช่วยในการปัสสาวะจะมีโอกาสติดเชื้อในทางเดินปัสสาวะเพิ่มขึ้นเช่นกัน เนื่องจากระบบการไหลออกของปัสสาวะของร่างกายเสียไป และตัวสายสวนปัสสาวะเองจะเป็นที่อาศัยของแบคทีเรีย และเป็นที่เกาะสำหรับการเคลื่อนของแบคทีเรียจากภายนอกเข้าสู่อวัยวะในระบบทางเดินปัสสาวะได้ง่ายขึ้น นอกจากนี้ บุคคลที่มีความผิดปกติของภูมิคุ้มกัน โรคอาจมีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อทางเดินปัสสาวะเพิ่มขึ้น เช่น ผู้ป่วยที่ได้รับยาเคมีบำบัด ผู้ป่วยโรคเอดส์ หรือ ผู้ป่วยติดเชื้อเอชไอวี เป็นต้น

อาการของโรค

ผู้ที่มีการติดเชื้อทางเดินปัสสาวะจะมีอาการต่างๆ ขึ้นกับตำแหน่งของการติดเชื้อ หากการติดเชื้ออยู่เฉพาะที่กระเพาะปัสสาวะหรือท่อปัสสาวะ ผู้ติดเชื้อจะมีอาการอย่างใดอย่างหนึ่งต่อไปนี้ได้แก่ ปัสสาวะแสบขัด ปัสสาวะบ่อย ปัสสาวะไม่สุด กลั้นปัสสาวะไม่อยู่ น้ำปัสสาวะขุ่น ปัสสาวะมีเลือดปน และปวดท้องน้อย แต่ถ้ามารติดเชื้อนั้นลามขึ้นไปตามท่อไตจนถึงไต ผู้ติดเชื้อจะมีอาการรุนแรงมากขึ้นได้แก่ มีไข้ เบื่ออาหาร กลั้นไม่เอาเจียน ปวดหลังบริเวณสีข้าง และถ้าเป็นรุนแรงมาก อาจมีความคันโลหิตต่ำ ชีพจรและหมดสติได้

การวินิจฉัย

ผู้ที่มีอาการดังกล่าวข้างต้น ควรสงสัยว่ามีการติดเชื้อทางเดินปัสสาวะและไปพบแพทย์ แพทย์อาจทำการตรวจปัสสาวะเพิ่มเติมเพื่อยืนยันการติดเชื้อ และอาจส่งปัสสาวะเพื่อการเพาะเชื้อแบคทีเรียที่เป็นสาเหตุเพื่อช่วยในการพิจารณาให้ยาปฏิชีวนะที่เหมาะสมต่อไป

การรักษา

การรักษาโรคติดเชื้อทางเดินปัสสาวะส่วนใหญ่ต้องใช้ยาปฏิชีวนะเพื่อช่วยฆ่าเชื้อแบคทีเรียที่เป็นสาเหตุ ในผู้ป่วยที่มีการติดเชื้อทางเดินปัสสาวะที่ไม่รุนแรงและมีอาการน้อย แพทย์จะให้การรักษาแบบผู้ป่วยนอก สามารถกลับบ้านได้ และให้ยาปฏิชีวนะในรูปกิน ระยะเวลาที่ใช้ในการรักษาคือประมาณ 3-7 วันขึ้นอยู่กับอาการ ความรุนแรงของการติดเชื้อ และการตอบสนองต่อการรักษา ส่วนในผู้ป่วยที่มีการติดเชื้อที่ไต หรือมีอาการที่รุนแรง แพทย์จะรับผู้ป่วยไว้รักษาในโรงพยาบาล และให้ยาปฏิชีวนะทางหลอดเลือดดำเป็นเวลาประมาณ 10-14 วันขึ้นกับการตอบสนองต่อการรักษา ภายหลังการรักษาแล้ว ส่วนใหญ่อาการของผู้ป่วยจะดีขึ้นภายใน 48-72 ชั่วโมง เช่น มีไข้ลดลง ปัสสาวะแสบขัดลดลง และอาการปวดท้องน้อยหรือปวดหลังบริเวณสีข้างลดลง หากอาการยังไม่ดีขึ้นชัดเจน ผู้ป่วยควรกลับมาพบแพทย์ซ้ำเพื่อรับการตรวจเพิ่มเติมต่อไปถึงสาเหตุ และภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นจากการติดเชื้อทางเดินปัสสาวะ ในบางกรณีหากผู้ป่วยมีอาการปวดแสบเวลาปัสสาวะอย่างมาก แพทย์อาจให้ยากินเพื่อลดอาการแสบขัดเวลาปัสสาวะเพิ่มเติมเป็นระยะเวลาดสั้นๆ ไม่เกิน 2 วัน

การป้องกันการติดเชื้อ

1. หลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่เพิ่มความเสี่ยงต่อการติดเชื้อ เช่น การอั้นปัสสาวะเป็นเวลานานๆ
2. ดื่มน้ำสะอาดให้เพียงพอ (วันละ 8-12 แก้ว) เพื่อให้ปัสสาวะออกในปริมาณที่เหมาะสม
3. เข้ารับการรักษาโรคที่มีผลทำให้การไหลของปัสสาวะผิดปกติ เช่น โรคต่อมลูกหมากโต นิ่วในทางเดินปัสสาวะ เนื้องอกในทางเดินปัสสาวะ และการทำงานของกล้ามเนื้อกระเพาะปัสสาวะผิดปกติ เป็นต้น
4. ผู้ที่ยังคงมีการติดเชื้อทางเดินปัสสาวะบ่อยๆ มากกว่า 2 ครั้งใน 6 เดือนหรือมากกว่า 3 ครั้งใน 1 ปี แม้จะได้มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการปัสสาวะ และแก้ไขความผิดปกติของการไหลของปัสสาวะดังกล่าวข้างต้นแล้ว แพทย์อาจพิจารณาให้ยาปฏิชีวนะแบบกินเพื่อป้องกันการติดเชื้อเป็นระยะเวลานาน