

ผิวหนังอักเสบที่ฝ่ามือเรื้อรัง

ผิวหนังอักเสบที่ฝ่ามือเรื้อรัง เป็นโรคผิวหนังอักเสบชนิดหนึ่งที่มีรอยโรคปรากฏอยู่เฉพาะบริเวณฝ่ามือ มักเป็นทั้ง 2 ข้าง



ภาพแสดงการอักเสบบริเวณฝ่ามือ

อาการ

อาการเริ่มแรกปรากฏเป็นเม็ดน้ำฝองอยู่บริเวณผิวหนังที่ฝ่ามือ หรือนิ้วมือ คันมาก เมื่อแตกแล้วจะตกสะเก็ด ผิวหนังบริเวณฝ่ามืออาจแห้ง หนาในบางครั้ง และอาจมีอาการติดเชื้อมาร่วมด้วย ทำให้เห็นเป็นตุ่มหนอง มักพบที่บริเวณฝ่ามือ ฝ่าเท้าของบรรดาแม่บ้าน จึงมีชื่อภาษาอังกฤษเรียกอีกอย่างว่า “House wife dermatitis” ลักษณะเป็นๆหายๆ

สาเหตุ

สาเหตุมักเกิดจากการระคายเคือง โดยการที่ผิวหนังบริเวณมือไปสัมผัสกับสารเคมี

ทำให้เกิดผิวหนังแห้ง แดง มีขุย โดยทั่วไปมักสัมพันธ์กับสิ่งเหล่านี้ หรือบุคคลต่อไปนี้ คือ



1. มักพบร่วมกับผู้ป่วยโรคภูมิแพ้ กล่าวคือ ผู้ป่วยจะมีอาการเช่นนี้ทุกครั้งที่มืออากาศเปลี่ยนแปลง ไม่ว่าจะร้อนจัด ฝนชุก โดยเฉพาะอากาศซึ่งหนาวจัด
2. มีประวัติแพ้สารนิเกิล โครเมียม
3. สตรีบางรายจะเป็นตอนใกล้มีประจำเดือน หรือการรับประทานยาคุมกำเนิด

4. ความเครียด หรือวิตกกังวล
5. แพ้ยาแก้ปวด เช่น แอสไพริน
6. แพ้สาร “พาร์ทราซีน” ซึ่งปรากฏอยู่ในอาหารเครื่องดื่มประเภทน้ำส้ม สารดังกล่าวทำให้อาหารปรากฏเป็นสีเหลือง

สารที่ก่อการระคายเคือง พบได้ในสิ่งต่างๆ ดังเช่น พืช ดิน ปุ๋ย ยาฆ่าแมลง ขนสัตว์ น้ำลายสัตว์ น้ำยาทำความสะอาด ปูนซีเมนต์เปียก เศษแก้ว อิฐ กรวด ทราชี่เลื้อย กาว ตัวทำละลาย

ภาพที่ 95 แสดงผิวหนัง
หนังอักเสบเรื้อรัง เริ่ม
เป็นผื่นนูนหนา และ
คัน



สี สารฟอกสี น้ำมันหล่อลื่น สบู่ ผงซักฟอก อาหาร ผัก ผลไม้ น้ำยาขัดเฟอร์นิเจอร์ ผงซักฟอก แชมพู น้ำยาย้อมผม น้ำยาดัดผม น้ำยาฟอกสีผม กระจก กระจกคาร์บอน หมึก เป็นต้น

คำแนะนำสำหรับผู้ป่วยที่เป็นผิวหนังอักเสบเรื้อรัง

1. ไม่ควรล้างมือบ่อยเกินไป โดยเฉพาะบางคนกลัวเชื้อโรคมาก จะจับจะถืออะไร ต้องฟอกสบู่ล้างมือทุกครั้ง การทำแบบนี้จะเกิดผลเสียต่อผิวหนังบริเวณฝ่ามือ เพราะจะทำให้ผิวหนังชั้นนอกสุดที่มีส่วนต้านทานเชื้อโรคและสารเคมีสูญหายไป ทำให้เกิดการติดเชื้อและมีอาการแพ้ระคายเคืองได้ง่าย
2. เวลาล้างมือควรใช้สบู่เด็กอ่อน หรือสบู่อ่อน เนื่องจากผิวหนังบริเวณนี้ไม่มีเชื้อโรค ควรหลีกเลี่ยงสบู่ฆ่าเชื้อ เพราะสบู่เหล่านี้มีความเป็นด่างสูงทำให้ผิวหนังยิ่งแห้ง
3. หลีกเลี่ยงสารระคายเคืองทุกชนิด เช่น สบู่ ผงซักฟอก แชมพู (อาจจะให้คนอื่นสระผมให้) แอลกอฮอล์ ต่างทับทิม น้ำยาฟอกผ้าขาว น้ำมันขัดเงา น้ำยาเช็ดกระจก สารเคมี ปุ๋ย สเปรย์ฉีดฆ่าแมลง
4. หลีกเลี่ยงการสัมผัสยาขัดโลหะ ยาขัดรองเท้า ยาขัดพื้น ยาขัดเฟอร์นิเจอร์ ยาทำความสะอาดหน้าต่าง หรือยาขัดล้างรถ

5. หลีกเลี่ยงการแกะหรือบีบน้ำส้ม มะนาว ส้มโอ และการสัมผัสกับอาหารผลไม้ เนื้อสัตว์ ผักบางชนิด เช่น พริก หอม กระเทียม อบเชย ขิง สับปะรด มะเขือเทศ บรอกเคอลี ข้าวโพด ถั่วฝักยาว มันเทศ กะหล่ำปลี บวบ แตงกวา หัวผักกาด แครอต ใบชา กาแฟ เป็นต้น
6. อย่าสวมแหวนเป็นประจำระหว่างการทำงาน
7. ระวังระวังในการใช้ถุงมือ โดย

ภาพที่ 96 แสดงผิวหนังอักเสบเกิดผื่นคันจากการแพ้สารเคมี



- เมื่อจำเป็นต้องใช้ถุงมือ ควรใช้ถุงมือพลาสติกแทนถุงมือยาง
 ไม่ควรสวมถุงมือนานกว่า 15-20 นาที
 ถ้าน้ำเข้าถุงมือควรถอดออกทันที
 อย่าใส่ถุงมือขาด การใส่ถุงมือขาดทำให้เกิดอันตรายมากกว่าการไม่ใส่ถุงมือ
 ถ้ามีเหงื่อออกมากให้ใส่ถุงมือผ้าก่อน แล้วใส่ถุงมือพลาสติกทับอีกชั้น
 ควรทำความสะอาดถุงมือบ่อยๆและโรยด้วยแป้ง
 เมื่อมือสัมผัสกับสารเคมีที่มีความระคายเคือง เช่น ผงซักฟอก ควรล้างมือด้วยน้ำสะอาด และซับมือให้แห้ง หลังจากนั้นให้ทาครีมให้ความชุ่มชื้นที่มือ และอย่าลืมนำ "มือแม่บ้าน" หรือการอักเสบของฝ่ามือเรื้อรังไม่ใช่พบแต่ในแม่บ้านเท่านั้น แต่ยังสามารถพบในคนที่ต้องทำงานสัมผัสกับน้ำและสารระคายเคืองตลอดเวลา เช่น คนขายปลา ชายผัก คนทำขนมปัง และบาร์เทนเดอร์ เป็นต้น
8. เมื่อหายแล้วอีก 4-5 เดือนมือจึงจะกลับมาเป็นปกติ ดังนั้นท่านควรระวังสารสัมผัสอื่นๆต่อไปก่อน
 9. ควรใช้เครื่องซักผ้า หรือเครื่องล้างจานถ้ามี

มือเป็นอวัยวะที่ต้องใช้งานเป็นประจำ ดังนั้นเมื่อเกิดการอักเสบควรต้องรีบให้การ รักษาเพื่อให้ใช้งานได้อย่างรวดเร็ว การใส่ถุงมือในระยะแรกๆอาจจะไม่ถนัด รู้สึกรำคาญ แต่ ต้องอดทนและพยายามเข้าใจ จะค่อยๆเคยชิน ซึ่งจะมีประโยชน์ต่อตัวเองและโปรดอย่าลืม นะครับว่ามือที่สวยงาม ปราศจากริ้วรอยแตก แฉก แห้ง มีนิ้วและเล็บที่สวยงาม ก็เป็น สิ่งที่เชิดชูบุคลิกภาพได้นะครับ

