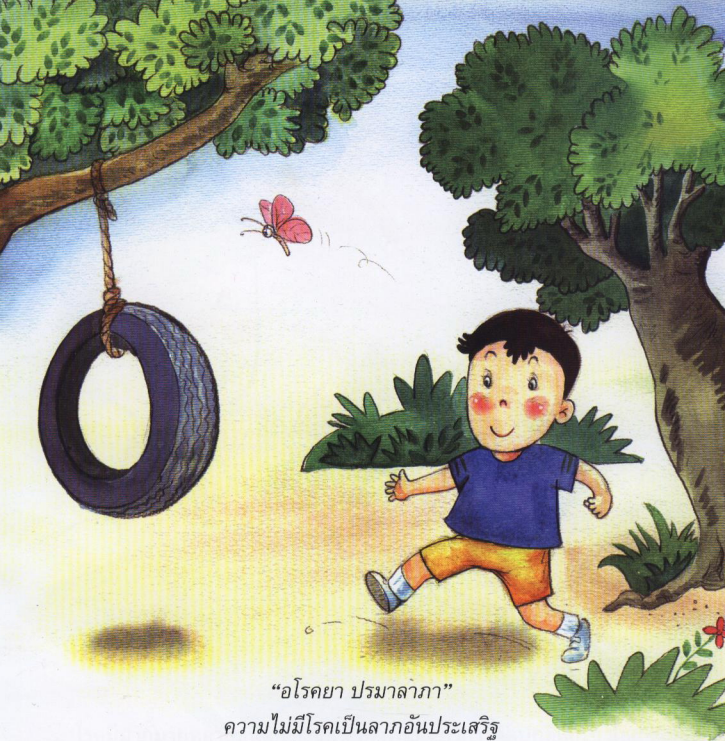


หนังสืออ่านประกอบอ้างอิง
เรื่อง
โรค



ดิสรณ์ พรปัทมา : เรื่อง
ประสิทธิ์ อึ้ง : ภาพ



“อโรคยา ปรมาลาภา”

ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ

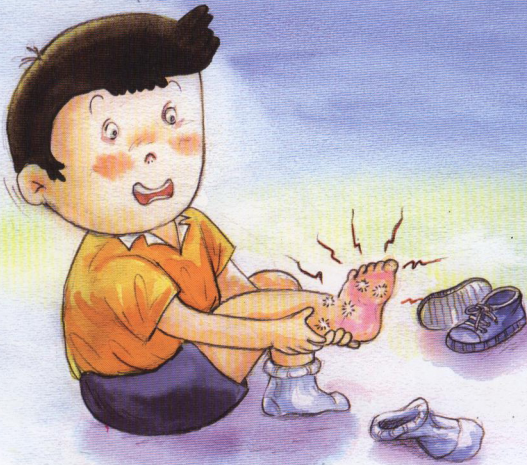
เด็กๆ ที่เกิดมาแล้วเจริญเติบโตแข็งแรงสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ เพราะได้รับการดูแลจากพ่อแม่อย่างดี อยู่ท่ามกลางสิ่งแวดล้อมที่ดี รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ และพักผ่อนอย่างเพียงพอ รวมทั้งรู้จักวิธีควบคุม ป้องกันโรค จะทำให้ผู้นั้นมีสุขภาพอนามัยดี ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้ด้วยความสุข ก็จะสอดคล้องกับพุทธภาษิตข้างต้นที่ว่า “ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ” นั่นเอง

คนที่อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดี ไม่เสพสิ่งที่เป็นพิษต่อร่างกาย ไม่ว่าจะเป็นเหล้า บุหรี่ หรือยาเสพติดใดๆ ก็ตาม ก็จะทำให้เขามีอายุยืนยาว ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ



อาการผิดปกติที่เกิดขึ้นในร่างกายของเราเกิดจากอวัยวะส่วนต่างๆ ของร่างกายทำงานผิดปกติ ทำให้เกิดอาการไม่สบายหรือเจ็บป่วยขึ้น

นั่นแสดงว่าร่างกายของเรากำลังมีโรคเกิดขึ้น เช่น ตัวร้อน เป็นไข้หนาวสั่น ไอ เป็นต้น บางคนเกิดอาการผิดปกติเพียงเล็กน้อย หรือยังไม่ปรากฏอาการซึ่งอาจทำให้เป็นโรคโดยไม่รู้ตัวตนเป็นโรคก็มี แต่เมื่อมีอาการผิดปกติเกิดขึ้นควรปรึกษาแพทย์ ไม่ควรซื้อยารับประทานเอง



โรคมีมากมายหลายชนิด บางชนิดก็ทำให้เกิดอาการผิดปกติเล็กๆ น้อยๆ เช่น เป็นหวัด คัดจมูก เมื่อได้รับการพักผ่อนอย่างเพียงพออาจหายเองได้ แต่โรคบางชนิดก็ร้ายแรง ถ้าไม่ได้รับการบำบัดรักษาให้ทันทั่วๆ ที่ อาจถึงแก่ชีวิตได้

เชื้อโรคที่เป็นสาเหตุทำให้เกิดการเจ็บป่วยเข้าสู่ร่างกายได้ 5 ทาง คือ

1. ทางผิวหนัง ด้วยการสัมผัสเชื้อโรคด้วยผิวหนัง เช่น เชื้อรา โรคหิด กลากเกลื้อน โรคเรื้อน เป็นต้น หรือได้สัมผัสเชื้อโรคทางแผล เช่น โรคบาดทะยัก โรคกลัวน้ำ หรือโรคพิษสุนัขบ้า เป็นต้น

2. ทางอาหาร ด้วยการรับประทานอาหารที่มีเชื้อโรค เรียกว่า โรคทางเดินอาหาร เช่น โรคท้องร่วง บิด อหิวาตกโรค เป็นต้น



3. ทางลมหายใจ ด้วยการหายใจเอาอากาศที่ไม่บริสุทธิ์ หรืออากาศที่มีเชื้อโรคเข้าสู่ร่างกาย เช่น โรคหัด วัณโรค โรคซาร์ส หิด หอบ หรือโรคแพ้ง่ายๆ ที่เราเรียกว่า โรคภูมิแพ้ เป็นต้น

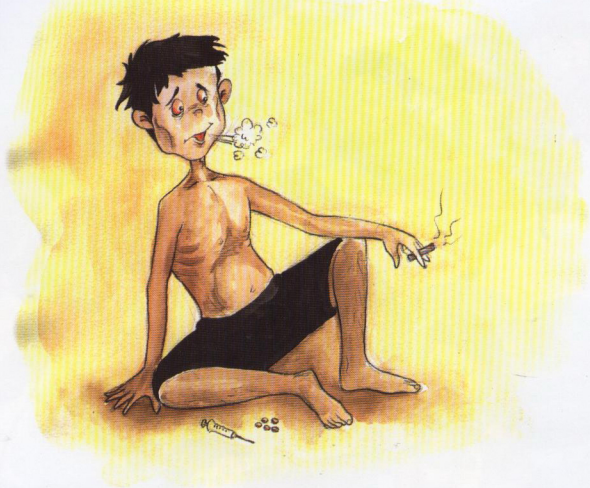
4. ทางอวัยวะสืบพันธุ์ ด้วยการได้สัมผัสเชื้อโรคทางอวัยวะสืบพันธุ์โดยการมีเพศสัมพันธ์ เช่น เอดส์ ซิฟิลิส กามโรค แผลริมอ่อน แผลริมแข็ง หงอนไก่ หนองใน เป็นต้น

5. ทางระบบทางเดินปัสสาวะ ด้วยการทำงานผิดปกติของระบบทางเดินปัสสาวะ เช่น ทางเดินปัสสาวะอักเสบ เป็นนิ่วในกระเพาะปัสสาวะ เป็นต้น



โรคเกิดจากสาเหตุใหญ่ๆ 2 ประการ คือ

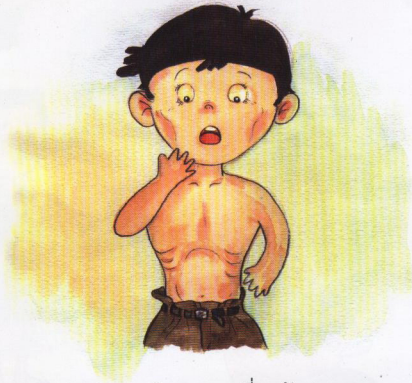
1. สาเหตุภายนอก ได้แก่ เชื้อโรค อาหาร ยา และสารเคมี เป็นต้น นอกจากนี้ อาจเกิดจากอุบัติเหตุต่างๆ เช่น ถูกรถชน ถูกยิง บาดแผลจากของมีคม ถูกไฟไหม้ น้ำร้อนลวก ทำให้ส่วนต่างๆ ของร่างกายเกิดอาการผิดปกติ เช่น มีอาการชา บวม แดงหัก เป็นแผลพุพองได้ หรือผิวหนังอักเสบซึ่งเกิดจากการแพ้เครื่องสำอาง พวก สบู่ แชมพู ผงซักฟอก หรือแพ้ยาและสารเคมีต่างๆ ทำให้ผิวหนังเป็นผื่น เป็นตุ่มคัน บวม หรือเมื่อแพ้อากาศ มีอาการหายใจไม่สะดวก มีน้ำมูกใสๆ จาม เป็นต้น



สาเหตุภายนอกที่ทำให้เกิดโรคและอันตรายต่างๆ คือ

1.1 ยาและสารเคมี ยาบางชนิดอาจทำให้เกิดโรคภูมิแพ้ ส่วนสารตะกั่ว สารไฮโดรคาร์บอนจากเครื่องยนต์ สารฆ่าแมลงจำพวกดีดีที ทำให้หลอดลมอักเสบ วัณโรค ปวดศีรษะ ปวดท้อง อาเจียน ชัก สารไนโตรซามีนในเนื้อหรือหมูแดดเดียว ไส้กรอก แหนม เป็นสารก่อมะเร็ง หรือน้ำส้มสายชูปลอมจากกรดแอสติค กัดกระเพาะทำให้กระเพาะทะลุ เป็นต้น นอกจากนี้ บุหรี่ทำให้เกิดโรคหัวใจ โรคมะเร็ง โรคปอด เหล้าทำให้เกิดโรคตับแข็ง โรคหัวใจ โรคพิษสุราเรื้อรัง หรือยาเสพติดชนิดต่างๆ เช่น ฝิ่น กัญชา มอร์ฟิน เฮโรอีน ยาบ้า เป็นต้น ที่บั่นทอนร่างกายและสติปัญญาจนเป็นอันตรายต่อชีวิต

1.2 เชื้อโรค เมื่อเข้าสู่ร่างกายแล้วทำอันตรายต่อร่างกาย เรียกว่า โรคติดเชื้อ เชื้อโรคเหล่านี้ได้แก่ เชื้อไวรัสที่ทำให้เกิดโรคหัด โรคโปลิโอ โรคหัด โรคเอดส์ (โรคภูมิคุ้มกันบกพร่อง) ส่วนเชื้อแบคทีเรียทำให้เกิดโรคคอตีบ โรคไอกรน โรคบาดทะยัก เชื้อรา เช่น อะฟลาทอกซินในถั่วทำให้เกิดมะเร็ง เป็นต้น



1.3 การขาดสารอาหาร เกิดจากการที่เรารับประทานอาหารไม่ครบ 5 หมู่ จะทำให้เกิดโรคขาดสารอาหาร ขาดโปรตีน วิตามิน เหล็กแร่ ทำให้ร่างกายซูบผอม อ่อนแอ ความต้านทานโรคลดลง เกิดโรคต่างๆ ได้มากมาย หรือในทางตรงกันข้าม ถ้าร่างกายได้รับอาหารมากเกินไป ทำให้เกิดโรคอ้วนซึ่งเป็นสาเหตุของโรคหัวใจ โรคเบาหวาน โรคไขมันในเส้นเลือด เป็นต้น

1.4 เหงื่อออก เกิดจากภาวะของเซลล์ในร่างกายเพิ่มจำนวนมากขึ้นอย่างผิดปกติ ทำให้เนื้อเยื่อส่วนนั้นโตขึ้นเป็นเหงื่อออก เหงื่อออกชนิดร้ายแรงเราเรียกว่า มะเร็ง ซึ่งเป็นอันตรายต่อชีวิต ส่วนเหงื่อออกธรรมดาไม่ร้ายแรงอาจรักษาให้หายได้

1.5 อันตรายที่เกิดจากปรากฏการณ์ทางธรรมชาติ อุบัติเหตุ และอุบัติเหตุต่าง ๆ ทั้งที่เกิดจากตัวเองและผู้อื่นเป็นผู้ทำให้เกิดและการเปลี่ยนแปลงของอากาศ เช่น รั้งสี้อตราไวโอเลตจากแสงแดดก่อให้เกิดมะเร็งที่ผิวหนัง กระแสไฟฟ้าในอากาศทำให้เกิดฟ้าผ่า คลื่นเสียงจากฟ้าร้อง หรือความร้อนหนาวของอากาศ เป็นต้น



2. สาเหตุภายในร่างกาย ซึ่งเนื่องจากพันธุกรรม หรืออวัยวะบางอย่างทำงานผิดปกติ เช่น โรคปัญญาอ่อน เบาหวาน ความดันโลหิตสูง เป็นต้น สาเหตุบางอย่างอาจเกิดได้ตั้งแต่ทารกอยู่ในครรภ์ของมารดา ร่างกายทารกผิดปกติในลักษณะต่างๆ เช่น หัวโตผิดปกติ แขนลีบ ขาลีบ จมูกโหว่ เพดานโหว่ ปากแหว่ง เมื่อคลอดออกมามีร่างกายไม่สมบูรณ์ อาจเกิดจากกรรมพันธุ์ โรคติดเชื้อร้ายแรง หรืออาจจะเป็นผลที่เกิดจากมารดารับประทานยาอันตรายบางชนิดขณะตั้งครรภ์ใหม่ๆ ซึ่งอาจจะทำให้ทารกที่เกิดมาเป็นโรคหัวใจพิการ ลำไส้ตีบตัน หรือทำให้อวัยวะส่วนหนึ่งส่วนใดหายไปก็ได้



วัคซีน คือ เชื้อโรคที่มีชีวิตแต่ทำให้หมดฤทธิ์ หรือทำให้อ่อนฤทธิ์ หรือเชื้อโรคที่ตายแล้ว หรือสารพิษที่ทำให้หมดพิษแล้ว วัคซีนแต่ละชนิดที่เข้าสู่ร่างกายเป็น

เพียงช่วยให้ร่างกายสร้างภูมิต้านทานต่อเชื้อโรคชนิดใดชนิดหนึ่งโดยเฉพาะเท่านั้น

วัคซีนมีทั้งชนิดใช้ฉีดและใช้กิน ถ้านำเข้าสู่ร่างกายให้ถูกทางตามจำนวนที่เหมาะสมของเชื้อโรคแต่ละชนิด และมีปริมาณมากพอที่ทำลายเชื้อโรคในร่างกายของเรา และไม่เหลือพอที่จะทำลายร่างกายเราต่อไป ก็จะเป็นประโยชน์ต่อร่างกายคือใช้ป้องกันโรคได้

โรคบางชนิดป้องกันได้โดยการฉีดวัคซีน เช่น ทารกแรกเกิดจะได้รับวัคซีนดีทีพี ป้องกันโรคคอตีบ บาดทะยัก ไอกรณ วัคซีนบีซีจีป้องกันวัณโรค วัคซีนป้องกันโรคหัด โปลิโอ เป็นต้น นอกจากนี้อาจมีการฉีดวัคซีนเพื่อป้องกันโรคระบาดบางโรค เช่น อหิวาตกโรค หรือฉีดให้บุคคลกลุ่มที่เสี่ยงต่อการเป็นโรคหัดเยอรมัน โรคตับอักเสบบี เป็นต้น



โรคที่ทำลายชีวิตมนุษย์เป็นจำนวนมากในปัจจุบันได้แก่ โรคมะเร็ง โดยเฉพาะอย่างยิ่งมะเร็งที่เกิดจากโรคพยาธิใบไม้ในตับ โรคนี้เกิดจากการรับประทานเนื้อสัตว์สุกๆ ดิบๆ ซึ่งนอกจากจะเป็นโรคพยาธิในตับแล้ว ยังเป็นโรคอื่นๆ อีก เช่น โรคทางเดินอาหาร โรคพยาธิตัวจิ๋ว พยาธิเส้นด้าย พยาธิแส้ม้า เป็นต้น โรคเหล่านี้ป้องกันได้โดยการรับประทานอาหารที่สะอาด ต้มให้สุกหรือสุกจนเปื่อย ถ้าไม่อยากเป็นโรค อย่ารับประทานอาหารที่เราคิดว่ามีเชื้อโรคปนอยู่ด้วย เพราะเชื้อโรคบางชนิดทำให้เราเสียชีวิตได้