

**รพ.ราชวิถี แนะให้ทุกวัยหมั่นตรวจเช็คอาการตนเองจากสัญญาณของโรคฮาชิโมโต**

โรงพยาบาลราชวิถี กรมการแพทย์แนะให้ทุกวัยหมั่นตรวจเช็คอาการตนเองจากสัญญาณของโรคฮาชิโมโต  
หากรู้เร็ว รักษาได้ทัน พร้อมเน้นย้ำให้ดูแลสุขภาพ รับประทานอาหารครบหมู่ ใช้ชีวิตให้สมดุล แบ่งเวลาทำงานและพักผ่อนให้เหมาะสมหลีกเลี่ยงสุราและบุหรี่หากมีอาการที่สงสัย เช่น คอโตขึ้น ควรมาพบแพทย์

**นายแพทย์ณัฐพงศ์ วงศ์วิวัฒน์ รองอธิบดีกรมการแพทย์** กล่าวว่า โรคฮาชิโมโตหรือภาวะต่อมไทรอยด์อักเสบเรื้อรังจากความบกพร่องของระบบภูมิคุ้มกัน เป็นสาเหตุของภาวะฮอร์โมนไทรอยด์ต่ำที่พบได้บ่อย เกิดจากการที่ภูมิคุ้มกันในร่างกายไปทำให้ต่อมไทรอยด์เกิดการอักเสบเรื้อรังและทำงานลดลงอย่างต่อเนื่อง ซึ่งต่อมไทรอยด์เป็นส่วนหนึ่งของระบบต่อมไร้ท่อที่ทำหน้าที่ในการผลิตฮอร์โมนที่สอดคล้องกับการทำงานหลายอย่างของร่างกาย

**นายแพทย์จินดา โรจนเมธินทร์ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลราชวิถี** กล่าวว่า โรคฮาชิโมโตมีจากหลายปัจจัย ได้แก่ กรรมพันธุ์ คนที่มีประวัติคนในครอบครัวเป็นไทรอยด์ ไม่ว่าจะเป็นไทรอยด์เป็นพิษ ไทรอยด์อักเสบเรื้อรัง  
โรคเหล่านี้เป็นโรคเกี่ยวกับภูมิคุ้มกันของไทรอยด์ที่ผิดปกติ บางครั้งอาจแสดงในกลุ่มของอาการที่ไทรอยด์มากเกินไปหรือไทรอยด์น้อยเกินไป ขึ้นอยู่กับภูมิตัวนี้ไปยับยั้งหรือทำให้มีการสร้างฮอร์โมนมากขึ้น เพราะฉะนั้นถ้าในครอบครัวมีคนเป็นโรคไทรอยด์จึงควรไปตรวจสุขภาพ อาจจะพบมากขึ้นในบางเชื้อชาติ การรับประทานสารไอโอดีนมากเกินไป หรืออาจจะสัมพันธ์กับโรคภูมิคุ้มกันอื่นๆ เพศหญิงจะเป็นโรคไทรอยด์มากกว่าเพศชาย พบอุบัติการณ์เพิ่มขึ้นตามอายุ แต่สามารถพบในเด็กวัยรุ่นและวัยกลางคนได้เช่นกัน

**ศ.คลินิก นพ.วีระศักดิ์ ศรินนภากรนายแพทย์ทรงคุณวุฒิหัวหน้างานโรคต่อมไร้ท่อ กลุ่มงานอายุรศาสตร์ โรงพยาบาลราชวิถี** กล่าวเพิ่มเติมว่า อาการของโรคฮาชิโมโต ในระยะแรกผู้ป่วยอาจไม่มีอาการใดๆ แต่เมื่อ  
ต่อมไทรอยด์มีขนาดโตขึ้น เกิดเป็นคอพอกที่ไม่มีอาการเจ็บปวด อาจจะมีอาการอื่นร่วมด้วย ได้แก่ น้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น หน้าบวม รู้สึกหนาวง่าย ผิวแห้ง ปวดกล้ามเนื้อ ปวดเมื่อยตามตัว ประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอ วิธีการดูแลสุขภาพ แนะนำรับประทานอาหารที่ดีมีประโยชน์ครบ 5 หมู่ หลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์และสูบบุหรี่ ในวัยทำงานใช้ชีวิต  
ให้สมดุล แบ่งเวลาทำงานที่เหมาะสม พักผ่อนให้เพียงพอ และถ้ามีอาการผิดปกติ เช่น คอโตขึ้น บวม น้ำหนักขึ้นมาก ควรพบแพทย์ โดยเฉพาะผู้ที่มีประวัติโรคไทรอยด์ในครอบครัว

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

*#กรมการแพทย์ #โรงพยาบาลราชวิถี*

- ขอขอบคุณ -

21 กุมภาพันธ์ 2566