

โรคเริม (Herpes)

ยังเป็นที่รู้จักกันในนามว่า โรคเริมที่อวัยวะเพศ แผลเป็นตุ่มที่ริมฝีปาก (Cold sore) เชื้อไวรัส herpes simplex เชื้อไวรัส HCV

โรคเริมเป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ (STI) ที่พบบ่อย ซึ่งเกิดจากเชื้อไวรัส herpes simplex (HSV) และสามารถติดต่อได้ด้วยการสัมผัสทางผิวหนังในระหว่างการมีเพศสัมพันธ์

ข้อเท็จจริงโดยสังเขป

- โรคเริมที่อวัยวะเพศเป็นการติดเชื้อชนิดหนึ่งของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่พบบ่อยที่สุด
- คนหลายคนจะไม่มีอาการ
- การตรวจโรคเริมทำได้ด้วยการใช้ก้านสำลีป้ายที่แผลหรือจุดที่มีอาการคัน
- มีการรักษาที่ใช้จัดการกับอาการของโรคเริม

โรคนี้คืออะไร? (What is this?)

ไวรัส herpes simplex (HSV) สามารถเข้าสู่ร่างกายได้โดยผ่านรอยถลอกเล็ก ๆ (แผลฉีกขาด) ที่อวัยวะเพศ ปาก และริมฝีปาก หรือทวารหนัก

ไวรัส HSV-1 และไวรัส HSV-2 (HSV-1 and HSV-2)

ไวรัสโรคเริมมีสองชนิด คือ HSV-1 และ HSV-2 ทั้งสองชนิดสามารถทำให้เกิดโรคเริมที่อวัยวะเพศ แต่มีผลลัพธ์ที่แตกต่างกัน

HSV-1 มักทำให้เกิดแผลเป็นตุ่มที่ปาก แต่ยังสามารถทำให้เกิดโรคเริมที่อวัยวะเพศได้

- การติดเชื้อไวรัส HSV-1 ที่อวัยวะเพศเกิดขึ้นบ่อยที่สุดเมื่อมีใครบางคนที่มีเชื้อไวรัสโกลด์ชอร์ (ซึ่งอาจมีหรือไม่มีอาการก็ได้) มีเพศสัมพันธ์ด้วยการใช้ปากกับใครบางคนที่ไม่เคยได้รับการสัมผัสเชื้อไวรัสมาก่อน แผลถลอก แผลพุพอง แผลเป็นตุ่มอาจเกิดขึ้นที่ปาก อวัยวะเพศ หรือทวารหนัก
- ในเบื้องต้น การติดเชื้อไวรัส HSV-1 อาจมีอาการเจ็บสำหรับบางคน และการกำเริบกลับมาเป็นอีกมักจะเจ็บน้อยกว่าครั้งแรก
- บางคนติดเชื้อไวรัส HSV-1 อาจแพร่เชื้อไวรัสได้ถึงแม้ว่าพวกเขาไม่มีแผลเป็นตุ่มที่ริมฝีปากใด ๆ ก็ตาม (ซึ่งเรียกว่า การแพร่กระจายเชื้อไวรัสโดยไม่แสดงอาการ)
- คนที่ติดเชื้อไวรัส HSV-1 ที่อวัยวะเพศ มักไม่จำเป็นต้องเข้ารับการรักษาดวยยาต้านไวรัสในตอนมีอาการเบื้องต้น และเป็นผู้ที่มีความเสี่ยงต่ำในการแพร่เชื้อไปยังคู่นอน

เชื้อไวรัส HSV-2 ทำให้เกิดโรคเริมที่อวัยวะเพศ

- การติดโรคเริมจากเชื้อไวรัส HSV-2 ที่อวัยวะเพศเกิดขึ้นเมื่อมีใครบางคนที่มีเชื้อไวรัสนี้ (ซึ่งอาจมีหรือไม่มีอาการก็ได้) มีเพศสัมพันธ์ทางปาก ช่องคลอด หรือทวารหนักกับใครบางคนที่ไม่เคยได้รับการสัมผัสกับเชื้อไวรัสมาก่อน แผลถลอก แผลพุพอง แผลเป็นตุ่มอาจเกิดขึ้นที่ปาก อวัยวะเพศ หรือทวารหนัก
- ในเบื้องต้น การติดเชื้อไวรัส HSV-2 อาจมีอาการเจ็บสำหรับบางคน และการกำเริบกลับมาเป็นอีกมักจะเจ็บน้อยกว่าครั้งแรก
- หลายคนติดเชื้อไวรัส HSV-2 อาจแพร่เชื้อไวรัสได้แม้ว่าพวกเขาไม่มีแผลเป็นตุ่มหรือแผลพุพองที่อวัยวะเพศ (ซึ่งเรียกว่า การแพร่กระจายเชื้อไวรัสโดยไม่แสดงอาการ)
- คนที่ติดโรคเริม (เชื้อไวรัส HSV-2) ที่อวัยวะเพศ มักไม่จำเป็นต้องเข้ารับการรักษาด้วยยาต้านไวรัส และเป็นผู้มีความเสี่ยงในการแพร่เชื้อไปยังคู่นอนของพวกเขา
- ในเบื้องต้น การติดเชื้อ HSV-2 ทางปากนั้น พบไม่บ่อยและเกือบจะไม่เกิดขึ้นกับคนที่มีสภาพดีเลย

คุณติดโรคนี้ได้อย่างไร? (How do you get it?)

โรคเริมแพร่กระจายผ่านการสัมผัสทางผิวหนังในระหว่างการมีเพศสัมพันธ์ทางช่องคลอด ทางปาก หรือทวารหนัก โรคนี้ยังสามารถติดต่อกันได้ในระหว่างการจูบกัน การใช้ลิ้นกับช่องคลอดหรือทวารหนัก และการใช้อวัยวะเพศด้วยกัน

โรคเริมจะติดต่อกันได้ง่ายที่สุดเมื่อมีอาการแสดง เช่น เมื่อมีแผลเป็นตุ่มที่ริมฝีปากหรือแผลถลอกหรือเป็นตุ่มที่อวัยวะเพศ แต่ยังสามารถแพร่ให้ผู้อื่นได้เมื่อไม่แสดงอาการหรือมีอาการเล็กน้อย เช่น คันหรือเสียวเล็กน้อย

มีอาการอะไรบ้าง? (What are the symptoms?)

หลายคนไม่มีอาการในระหว่างการติดเชื้อในเบื้องต้นหรือการกำเริบกลับมาเป็นอีก

อย่างไรก็ตาม สำหรับบางคน การติดเชื้อในเบื้องต้นอาจทำให้เกิด

- แผลถลอกที่เจ็บ แผลพุพอง หรือแผลเป็นตุ่ม
- ปวดและบวมบริเวณอวัยวะเพศ ซึ่งทำให้บ๊องลำบาก
- อาการเหมือนไข้หวัดใหญ่
- ผิวแตกขนาดเล็ก (มีหรือไม่มีอาการคัน)
- ผิวขึ้นสีแดงหรือเป็นผื่น

การกำเริบส่วนใหญ่จะไม่มีอาการหรือมีเพียงอาการคันเล็กน้อย ระบายเคืองหรือเสียวเล็กน้อย สำหรับบางคน การกำเริบกลับมาติดเชื้ออาจทำให้เกิดแผลถลอก แผลพุพอง หรือแผลเป็นตุ่มที่อวัยวะเพศ ก้น น่อง และทวารหนัก

คุณจะตรวจโรคนี้ได้อย่างไร? (How do you test for it?)

การใช้ก้านสำลีป้ายที่แผลหรือจุดที่คัน การทดสอบแบบนี้เท่านั้นจึงสามารถบอกได้ว่าเป็นเชื้อไวรัส HSV-1 หรือ HSV-2 หน่วยบริการสุขภาพบางแห่งให้บริการตรวจเลือดหาเชื้อไวรัส HSV อย่างไรก็ตาม วิธีนี้ได้ผลที่ไม่น่าเชื่อถือสำหรับคนที่ไม่มีอาการ

โรคนี้รักษาได้อย่างไร? (How is it treated?)

ยังไม่มีวิธีรักษาโรคเริมให้หายขาดได้ แต่การรักษาสามารถบรรเทาอาการและป้องกันไม่ให้เกิดซ้ำได้

ยาต้านไวรัสมีประสิทธิผลและปลอดภัยมากต่อการรักษา แม้จะกินยาไปเป็นระยะเวลานานก็ตาม

การติดเชื้อในเบื้องต้นสามารถรักษาโดยใช้เวลารักษาถึง 10 วัน เพื่อลดความรุนแรงและระยะเวลาของอาการ

การกำเริบกลับมาเป็นซ้ำสามารถรักษาได้ด้วยการบำบัดตามอาการระยะสั้นหนึ่งวัน โดยเริ่มตั้งแต่พบสัญญาณของอาการครั้งแรก

โรคที่กำเริบกลับมาเป็นบ่อย ๆ สามารถดัดแปลงได้โดยใช้ยาเป็นรายวันอย่างต่อเนื่อง การรักษาด้วยการดัดแปลงยังมีข้อได้เปรียบในการลดการแพร่เชื้อสู่ผู้อื่นด้วย

ผู้คนที่เป็โรคเริมมักใช้การรักษาสลับกันระหว่างวิธีรักษาตามอาการและวิธีการดัดแปลง ขึ้นอยู่กับความต้องการและสถานการณ์ของผู้นั้น

หากไม่ได้รับการรักษาจะมีภาวะแทรกซ้อนใด ๆ หรือไม่? (Are there any complications if not treated?)

โรคเริมในทารกแรกเกิด (Herpes in newborn babies)

ทั้งเชื้อไวรัส HSV-1 และ HSV-2 สามารถทำให้เกิดการติดเชื้ออย่างมีนัยสำคัญต่อทารกแรกเกิดได้ โรคเริมในทารกแรกเกิด (โรคเริมที่ส่งผลต่อทารกแรกเกิด) เป็นการติดเชื้ออย่างรุนแรงที่พบไม่บ่อยนัก ซึ่งเป็นเชื้อไวรัสโรคเริมที่แพร่เชื้อไปสู่เด็กทารกในระหว่างการคลอด

การแพร่เชื้อไปยังทารกแรกเกิดมีความเสี่ยงสูงมากเมื่อผู้หญิง (หรือบุคคลที่ตั้งครรภ์) ได้รับความเริมมาในช่วง 3 เดือนสุดท้ายของการตั้งครรภ์ กรณีเช่นนี้ แนะนำให้ผ่าตัดคลอด

ผู้หญิง (หรือบุคคลที่ตั้งครรภ์) ที่เป็นโรคเริมที่อวัยวะเพศและกำเริบกลับมาเป็นอีกมีความเสี่ยงต่ำต่อการแพร่เชื้อไวรัสไปสู่ทารกแรกเกิดของพวกเขา จะมีการพิจารณาให้ใช้การทำคลอดด้วยวิธีผ่าตัด หากมีแผลพุพองจากเชื้อไวรัส HSV ปรากฏให้เห็นในเวลาที่จะคลอดเท่านั้น

เพื่อลดความเสี่ยงของการติดเชื้อในระหว่างการตั้งครรภ์

- คุณอนที่มีแผลเป็นตุ่มที่ริมฝีปากไม่ควรมีเพศสัมพันธ์โดยใช้ปากให้กับคุณอนที่ตั้งครรภ์ ยกเว้นคุณอนที่ตั้งครรภ์จะรู้มาก่อนว่าได้ติดเชื้อไวรัส HSV-1 มาแล้ว
- คุณอนที่มีโรคเริมที่อวัยวะเพศควรพิจารณาการใช้การรักษาด้วยยาต้านไวรัสแบบกดระงับ ใช้ทั้งก่อนอนามัยหรือแผนยงอนามัย และสารหล่อลื่นคุณภาพดีตลอดช่วงเวลาดังครรภ์ของคุณอน หากพวกเขาที่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อ
- บุคคลตั้งครรภ์ที่เป็นโรคเริมกำเริบกลับมาเป็นอีกอาจเลือกที่จะใช้การรักษาแบบกดระงับในระหว่างสองสามสัปดาห์สุดท้ายของการตั้งครรภ์ เพื่อป้องกันการกำเริบของโรคและดังนั้นจะได้หลีกเลี่ยงการทำคลอดด้วยการผ่าตัด วิธีนี้แสดงให้เห็นแล้วว่ามีความปลอดภัยและมีประสิทธิภาพ

โรคนี้อาจกลับมาเป็นอีกหลังจากการรักษาแล้วหรือไม่? (Is it likely to come back after treatment?)

ยังไม่มีวิธีรักษาโรคเริมให้หายขาดได้ แต่การรักษาช่วยบรรเทาอาการและป้องกันไม่ให้เกิดซ้ำได้

การกำเริบของโรคเริมอาจเกิดขึ้นได้โดย

- ความเครียดหรือความเจ็บป่วยทั่วไป
- การมีประจำเดือน
- กิจกรรมทางเพศ
- ภูมิคุ้มกันต่ำ (เช่น ในระหว่างการรักษาโรคมะเร็ง)

ฉันสามารถป้องกันตนเองได้อย่างไร? (How can I protect myself?)

วิธีที่ดีที่สุดในการป้องกันตัวเองก็คือ การหลีกเลี่ยงการสัมผัสปากหรืออวัยวะเพศกับคุณอนที่มีโรคเริมที่กำลังแสดงอาการ เช่น มีแผลเป็นตุ่มที่ริมฝีปาก หรือแผลพุพอง หรือแผลถลอกที่อวัยวะเพศ

ใช้ถุงยางอนามัยอย่างสม่ำเสมอ เพราะโรคเริมสามารถปรากฏบนผิวหนังได้โดยไม่ก่อให้เกิดอาการใด ๆ และติดต่อสู่ผู้อื่นโดยใครบางคนซึ่งไม่มีแผลปรากฏ

ใช้สารหล่อลื่นที่ทำจากซิลิโคนเพื่อหลีกเลี่ยงการบาดเจ็บที่ผิวหนัง

หากคุณเป็นโรคเริม พูดคุยกับแพทย์ของคุณเกี่ยวกับการรักษาด้วยวิธีกดระงับ ซึ่งจะช่วยลดความเสี่ยงของการแพร่กระจายของโรคได้ร้อยละ 50

ฉันสามารถขอความช่วยเหลือได้ที่ไหนบ้าง? (Where can I get help?)

- ไปที่ศูนย์บริการสุขภาพทางเพศใกล้บ้านคุณ
- ไปพบแพทย์ประจำท้องถิ่นของคุณ
- ไปที่ศูนย์สุขภาพชุมชนในห้องถิ่นของคุณ

ค้นหาบริการด้านสุขภาพทางเพศได้ที่ **StaySTIFree** (staystifree.org.au)

การปฏิเสธความรับผิดชอบ (DISCLAIMER)

เอกสารข้อมูลสำคัญนี้ ให้ข้อมูลด้านสุขภาพทางเพศทั่วไปและไม่มีจุดประสงค์ที่จะไปทดแทนความจำเป็นของการปรึกษากับแพทย์ของคุณ

หากคุณมีความกังวลเกี่ยวกับสุขภาพ คุณควรขอคำแนะนำจากแพทย์ของคุณ

หากคุณต้องการการดูแลเร่งด่วน คุณควรไปที่แผนกฉุกเฉินที่อยู่ใกล้คุณที่สุด หรือโทรไปที่ 000