



# ข่าวประชาสัมพันธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

114 ซอยสุขุมวิท 23 เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร 10110 โทรศัพท์ 0-2649-5000 ภายใน 15666 โทรสาร 0-259-6172

ส่วนวิเทศสัมพันธ์และสื่อสารองค์กร ได้จัดระบบข่าวสื่อสิ่งพิมพ์ สุนใจดูรายละเอียดได้ที่ <http://news.swu.ac.th/newsclips/>

ข่าวจากหนังสือพิมพ์เดลินิวส์ ฉบับประจำวันที 22 เดือนกันยายน พ.ศ.2566 หน้า 11 มูลค่าข่าว 117,392.-

**จดหมาย เดลินิวส์**  
เอก วิภาวดี  
ake\_vipavadee@dailynews.co.th  
แพทย์ แนะนำลดเสียงไซ้หูดับ  
บริโภคหมูปปรุงสุกเพื่อความปลอดภัย

เรื่อง กินหมูปปรุงสุกลดเสียงไซ้หูดับ  
เรียน เอก วิภาวดี

นายแพทย์ต้นกล้า พลากร แพทย์เฉพาะทางสาขาวิชาโสต ศอ นาสิกวิทยา ศูนย์การแพทย์ปัญญานันทภิกขุ ชลประทาน มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เปิดเผยว่า “ไซ้หูดับ” เป็นโรคติดต่อจากหมูสู่คน เกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรีย สเตรปโตคอกคัส ซูอิส ที่พบเฉพาะในหมูโดยไม่พบในสัตว์ชนิดอื่น ๆ และไม่มีรายงานพบการติดเชื้อจากคนสู่คน

สาเหตุที่พบโรคนี้มีอยู่ 2 ชนิด คือการกินหมูดิบที่ปนเปื้อนเชื้อ ทำให้ร่างกายได้รับเชื้อและเกิดการติดเชื้อ แต่หากนำเนื้อหมูไปปรุงสุกจะทำให้เชื้อ

ตาย และสามารถกินได้อย่างปลอดภัย ดังนั้นการไม่กินหมูดิบจึงเป็นการป้องกันการติดเชื้อที่ดีที่สุด อย่างไรก็ตาม ยังไม่มีตัวเลขยืนยันแน่นอนถึงปริมาณที่กินเข้าไปว่าจำนวนเท่าใดจึงทำให้เกิดการติดเชื้อ เพราะไม่สามารถรู้ได้ว่าปริมาณเชื้อในเนื้อหมูปริมาณเท่าใด และยังมีอีกหลายปัจจัย อาทิ ภูมิคุ้มกันของผู้บริโภคแต่ละคน หากภูมิคุ้มกันไม่ดีแม้ได้รับเชื้อเพียงเล็กน้อยก็สามารถฟักตัวในร่างกายและเพิ่มปริมาณขึ้นมาได้

ส่วนอาการ “หูดับ” มาจากที่พบการติดเชื้อของแบคทีเรียชนิดนี้ได้บ่อยในบริเวณเยื่อหุ้มสมอง ซึ่งอยู่ใกล้กับหูชั้นใน เมื่อเชื้อแพร่กระจายไปบริเวณหูชั้นในแล้วจะเกิดการอักเสบและทำให้การได้ยินลดลงได้ถึง 75% เกิดภาวะหูดับถึงเกณฑ์หูหนวก ซึ่งการรับเชื้อจะมีระยะฟักตัวประมาณ 3-4 วัน จึงเริ่มมีอาการ ไซ้สูง ซึมลง ปวดศีรษะ คอแข็ง ชักเกร็ง หมดสติ และหากติดเชื้อในกระแสเลือดสามารถทำให้เสียชีวิตได้ สำหรับวิธีการรักษา ทางการแพทย์จะให้ยาฆ่าเชื้อจำเพาะในตำแหน่งของการติดเชื้อ เมื่อผู้ป่วยหายแล้วแต่หากกลับไปกินหมูดิบหรือไปสัมผัสตัวเชื้อจนได้รับเชื้อก็สามารถกลับมาติดเชื้อโรคนี้ได้

ประเทศที่พบผู้ป่วยติดเชื้อไซ้หูดับได้บ่อย อาทิ ไทย เวียดนาม และจีน พบว่าการเกิดโรคสัมพันธ์กับพฤติกรรมการกินหมูดิบ โดยประเทศไทยพบมากที่สุดที่ภาคเหนือ ซึ่งมีวัฒนธรรมชื่นชอบการกินหมูดิบ ทั้งยังมีความเชื่อในกลุ่มชาชนกึ่งที่ว่ามีแอลกอฮอล์ในเครื่องดื่มจะช่วยฆ่าเชื้อโรคได้ ซึ่งเป็นความเชื่อที่อันตรายมาก การดื่มแอลกอฮอล์ก่อนรับประทานอาหารปรุงไม่สุก อาจจะทำให้ภูมิต้านทานของโรค

ได้ เพราะแอลกอฮอล์ทำให้ภูมิคุ้มกันลดลง โดยเฉพาะผู้ที่ดื่มเป็นประจำจนถึงขั้นเป็นตับแข็งภูมิคุ้มกันจะไม่ดี การที่รับเชื้อเข้าไปเพียงเล็กน้อย ก็อาจทำให้การติดเชื้อรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิตได้

ทั้งนี้วิธีรับประทานเนื้อหมูอย่างปลอดภัย คือทำให้หมูสุก ไม่ว่าจะจากการต้ม ตู้น ผัด แกง หรือปิ้งย่าง โดยสังเกตสีของเนื้อหมู ถ้าสียังเป็นสีแดงหรือมีเลือดคั่งอยู่ อาจจะมีเชื้อโรคที่ยังไม่ตาย จึงควรทำให้สุกจนสีเปลี่ยนจากสีแดงกลายเป็นสีน้ำตาล และที่ต้องระวังอย่างมาก คือ การปนเปื้อนข้าม โดยเฉพาะเวลากินหมูหรือปิ้งย่าง ตะเกียบที่ใช้แนะนำว่าควรแยกตะเกียบในการคีบระหว่างหมูดิบและหมูที่สุกแล้ว

ด้านการป้องกันโรคที่ดี ต้องเริ่มจากการเข้าใจสาเหตุของโรค วิธีหลีกเลี่ยงและป้องกันไม่ให้เกิดขึ้น เพราะนอกจากการรับประทานแล้ว เชื้อโรคในหมูสามารถเข้าสู่คนได้หลายวิธี โดยเชื้อจะอยู่ในตัวของหมูทั้งที่ยังมีชีวิตและชำแหละแล้ว ตามเชือกต่าง ๆ เชื้อจาก ทางเดินหายใจ ถ้าใส่ และสารคัดหลั่ง ไม่ว่าจะเป็นน้ำมูก น้ำลาย รวมถึงในเลือดของหมู หากมีสัมผัสสไลด์สารคัดหลั่งแล้วมีช่องทางให้เชื้อโรคเข้าได้ เช่น มีบาดแผล หรือสัมผัสกับดวงตาที่สามารถติดเชื้อเข้าสู่กระแสเลือดได้ ดังนั้น อาชีพที่ต้องมีการสัมผัสหมู ทั้งเกษตรกรผู้เลี้ยงโรงฆ่าและ ผู้จำหน่าย รวมถึงผู้ประกอบการ แนะนำให้ใส่อุปกรณ์ป้องกัน ไม่ว่าจะเป็นถุงมือ หรือหน้ากาก และหลังทำงานเสร็จทุกครั้งต้องล้างมือให้สะอาด นายแพทย์ต้นกล้า ยังถึงผู้บริโภคว่า โรคไซ้หูดับเป็นโรคที่อันตรายถึงขั้น

เสียชีวิต แต่เป็นโรคที่ป้องกันได้ เพียงผู้บริโภคตระหนักถึงอันตรายของโรค สาเหตุการเกิดโรค และการป้องกันโรค สำหรับผู้บริโภคที่ชื่นชอบการกินหมูดิบ หากทราบถึงอันตรายและโทษ ก็อาจจะช่วยให้เขาสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการกินได้ ส่วนอาชีพที่ไม่สามารถหลีกเลี่ยงการสัมผัสหมู ควรได้รับข้อมูลเพียงพอถึงวิธีการและให้ความสำคัญกับการป้องกันมากขึ้น จะช่วยลดความเสี่ยงต่อการติดเชื้อได้มากขึ้น

### ขอแสดงความนับถือ

ศูนย์การแพทย์ปัญญานันทภิกขุ ชลประทาน มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



ศูนย์การแพทย์ปัญญานันทภิกขุ ชลประทาน มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ส่งข้อมูลเกี่ยวกับการป้องกันโรคไซ้หูดับ แม้เรื่องนี้จะค่อนข้างทราบกันทั่วไปแล้ว แต่ก็ไม่ใช่เสียหายนานจะนำมาเรียนกันอีกหลาย ๆ รอบ

สำหรับกลุ่มเสี่ยงอันดับแรก คือสาขานักดื่ม ที่นิยมซัดกับแกล้มที่มักจะเป็นหมูเนื้อแดง ๆ ยังไม่สุกดี ที่หนักคือเมนูลาบหลู่ทางเหนือที่ไซ้หูดิบเป็นวัตถุดิบหลัก แม้จะมีเทคนิคการทำตามแต่ความเสี่ยงนั้นมาเต็ม ส่วนที่ภาสนใจก็ขอ แม้เราจะปรุงหมูให้สุก แต่หากยังพบมีสีแดงหรือเลือดยังฉ่ำอยู่ให้ไปทำให้สุกแบบ 100 เปอร์เซ็นต์ จะมาเน้นซัดแบบลาบเลือดเนื้อวัวไม่ได้ย่างเด็ดขาด สำหรับการเตือนสาขานักชားที่บอกว่าต้องใช้ตะเกียบแยกสำหรับหมูดิบและหมูสุกนั้น ระวังไว้ก็ดีแม้จะยุ่งยากกว่าปัดหัวแต่ยังดีกว่าหุ้บะครับ.