

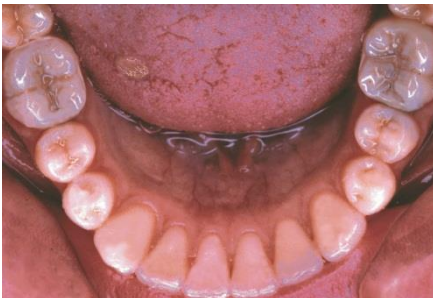
แผลร้อนใน

เกิดแผลร้อนในพวกนี้ขึ้นในช่องปากของฉัน มันคืออะไร

แผลร้อนในเป็นแผลเปื่อยในช่องปากรูปแบบหนึ่งที่เกิดขึ้นซ้ำ
แผลจะปรากฏบนเนื้อเยื่ออ่อนภายในช่องปาก รวมไปถึงเยื่อแก้ม ริมฝีปาก และลำคอ
รวมไปถึงผิวหนังอีกด้วย แผลนี้ไม่ได้เป็นแผลติดเชื้อ



แผลร้อนใน ปรากฏขึ้นบนเหงือก



แผลร้อนใน ปรากฏขึ้นบนลิ้น



แผลร้อนใน ปรากฏขึ้นบนริมฝีปาก

ในระยะเริ่มแรกแผลร้อนในจะมีลักษณะกลมหรือรี

ภายในเวลาหนึ่งวันก็จะกลายเป็นแผลเปื่อยสีออกขาวและมีขอบแดง บางครั้งก็จะมีอาการเจ็บปวดมาก!

ทำไมฉันถึงเป็นแผลร้อนในบ่อยจัง มันเกิดจากการกินของทอด การอักเสบ

หรือการพักผ่อนไม่เพียงพอหรือเปล่า

เปล่าเลย อันที่จริงแล้วสาเหตุของแผลร้อนในนั้นยังไม่เป็นที่ยืนยัน แต่ก็มียาจำแนกกันเป็นที่ทราบกันคือ

- การบาดเจ็บของเนื้อเยื่อช่องปาก
- ความเครียดทางจิตใจ
- ความผิดปกติของฮอร์โมน เช่น เซลล์เม็ดเลือดขาวมีน้อยหรือทำงานผิดปกติ
- ความผิดปกติของระบบภูมิคุ้มกัน เช่น เซลล์เม็ดเลือดขาวมีน้อยหรือทำงานผิดปกติ
- ปัญหาระบบทางเดินอาหาร เช่น ภาวะอาหารไม่ย่อย
- การขาดวิตามินหรือแร่ธาตุ เช่น วิตามิน บี12 กรดโฟลิก และธาตุเหล็ก
- การใส่ฟันปลอมที่ไม่พอดี



แผลเกิดซ้ำตลอดเลย ทำยังไงดี

ไปพบแพทย์เพื่อรับการตรวจสุขภาพ เพื่อดูว่ามีปัจจัยนำใดที่ต้องรักษาหรือไม่



เจ็บมากเลย.....

หลีกเลี่ยงอาหารหยาบ เปรี๊ยะ หรือรสเผ็ดจัดที่จะทำให้แผลร้อนในแผลร้อนในเกิดการระคายเคืองได้

บางทีมันก็เลี่ยงไม่ได้ ไม่ใช่แค่ตอนกิน

แต่ตอนดื่มหรือแม้แต่ตอนพูดก็เจ็บเหมือนกัน

เราเข้าใจ ในการลดความเจ็บปวด ท่านควรใช้ยาซีฟิ่งที่แพทย์หรือทันตแพทย์สั่งทาบริเวณที่เป็นแผล นอกจากนี้ ควรหลีกเลี่ยงไม่ให้เกิดการบาดเจ็บบริเวณที่เป็นแผลระหว่างการแปรงฟัน
 มิฉะนั้นอาจทำให้เกิดการเจ็บปวดขึ้นอีกได้



เมื่อไหร่ฉันจะได้บอกลาแผลร้อนใน ไม่มียาที่ช่วยรักษาแผลร้อนในได้หายขาดเลยหรือ
ไม่มี โดยทั่วไปแล้วแผลร้อนในจะหายได้เองภายในสองสัปดาห์ หากไม่หาย ท่านอาจเป็นโรคอื่นอยู่
และควรต้องพบแพทย์เพื่อรับการตรวจสุขภาพ

คำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญ....

อาหาร หลีกเลี่ยงอาหารหยาบ ร้อน หรือเผ็ดจัด

การแปรงฟัน หลีกเลี่ยงไม่ให้เกิดการบาดเจ็บบริเวณที่เป็นแผล

ความอดทน โดยทั่วไปแล้วแผลร้อนในจะหายได้เองภายในสองสัปดาห์

ความเอาใจใส่ หากแผลยังคงอยู่เป็นเวลาเกินสองสัปดาห์ ควรปรึกษาแพทย์เพื่อรับการตรวจสุขภาพ