

## สรุปสาระสำคัญจากการจัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้

วันที่ 26 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2557 เวลา 13.00-13.30 น. ห้อง 704

การส่งเสริมการฟื้นตัวของลำไส้ในผู้ป่วยหลังผ่าตัดระบบทางเดินอาหารด้วยวิธีการเคี้ยวหมากฝรั่ง

เชิดศักดิ์ ดวงจันทร์ M.N.S

ภาวะลำไส้หยุดการเคลื่อนไหวหลังผ่าตัด (postoperative ileus) เป็นภาวะแทรกซ้อนที่พบได้บ่อยในผู้ป่วยหลังผ่าตัดระบบทางเดินอาหาร ซึ่งโดยปกติลำไส้สามารถฟื้นตัวกลับมาเคลื่อนไหวเป็นปกติได้เอง โดยที่ลำไส้เล็กจะกลับมาเคลื่อนไหวภายใน 24 ชั่วโมงหลังผ่าตัด ลำไส้ใหญ่จะกลับมาเคลื่อนไหวภายใน 72 ชั่วโมงหลังผ่าตัด แต่หากลำไส้กลับมาเคลื่อนไหวที่นานกว่าปกติ (prolong postoperative ileus หรือ paralytic ileus) จะทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนต่างๆ ตามมา ส่งผลให้ผู้ป่วยต้องรักษาตัวอยู่ในโรงพยาบาลนานขึ้น สูญเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลเพิ่มขึ้น และมีอัตราการเสียชีวิตในโรงพยาบาลเพิ่มสูงขึ้นอีกด้วย

การส่งเสริมการฟื้นตัวของลำไส้หลังผ่าตัดมีหลายวิธีด้วยกันหนึ่งในนั้นคือวิธีการเคี้ยวหมากฝรั่งซึ่งจากการศึกษาในผู้ป่วยมะเร็งลำไส้ใหญ่และทวารหนักหลังผ่าตัดช่องท้องแบบเปิดในโรงพยาบาลตติยภูมิแห่งหนึ่ง จังหวัดกรุงเทพมหานคร ระหว่างปี พ.ศ. 2556-2557 จำนวน 64 ราย แบ่งเป็น กลุ่มทดลองจำนวน 32 ราย ได้เคี้ยวหมากฝรั่งแบบแผ่น ชนิดปราศจากน้ำตาล รสผลไม้รวม ครั้งละ 1 ชิ้น วันละ 3 ครั้ง เช้า กลางวัน เย็น ตั้งแต่วันแรกหลังผ่าตัดจนกระทั่งเริ่มรับประทานอาหารเหลว และกลุ่มควบคุมจำนวน 32 รายไม่ได้เคี้ยวหมากฝรั่งพบว่ากลุ่มทดลองมีอัตราการเคลื่อนไหวของลำไส้หลังเคี้ยวหมากฝรั่งมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p = 0.00$ ) กลุ่มทดลองมีระยะเวลาที่เริ่มผายลมครั้งแรกหลังผ่าตัดสั้นกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p = 0.04$ ) และกลุ่มทดลองมีระยะเวลาที่เริ่มถ่ายอุจจาระครั้งแรกหลังผ่าตัดสั้นกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p = 0.02$ )

การเคี้ยวหมากฝรั่งสามารถส่งเสริมการฟื้นตัวของลำไส้ได้ เนื่องจาก ในระหว่างการเคี้ยวหมากฝรั่งจะเกิดกลไกย่อย 3 กลไก ได้แก่ 1) กลไกการเคี้ยว 2) กลไกการรับรสและ 3) กลไกการรับกลิ่นโดยกลไกย่อยทั้ง 3 กลไกนี้จะทำให้เกิดสัญญาณประสาท ซึ่งจะถูกส่งขึ้นไปยัง cerebral cortex จากนั้นจะถูกส่งลงไปยังระบบประสาทส่วนกลางบริเวณ hypothalamus แล้วลงมากระตุ้นเส้นประสาททวารกัสที่ไปยังระบบทางเดินอาหารซึ่งเป็นการกระตุ้นในระยะที่อาหารยังไม่ตกถึงกระเพาะอาหาร (cephalic phase) เส้นประสาททวารกัสที่ถูกระตุ้นนี้จะไปกระตุ้นเซลล์ประสาทภายในที่อยู่บริเวณกระเพาะอาหาร ลำไส้รวมทั้งตับอ่อนให้หลั่งสารสื่อประสาทเพปไทด์และฮอร์โมนต่างๆ อันได้แก่ acetylcholine, GRP, gastrin, histamine, substance P และ serotonin ซึ่งสารต่างๆ เหล่านี้มีฤทธิ์ในการกระตุ้นกล้ามเนื้อเรียบของระบบทางเดินอาหาร ทำให้กล้ามเนื้อเรียบของลำไส้เกิดการบีบตัวและคลายตัวอย่างเป็นระบบ สัมพันธ์กันอย่างต่อเนื่องเกิดการเคลื่อนไหวของลำไส้จึงทำให้ลำไส้ฟื้นตัวกลับมาทำงานได้เป็นปกติ ซึ่งสามารถประเมินได้โดยการฟังเสียงการเคลื่อนไหวของลำไส้ การผายลมและการถ่ายอุจจาระหลังผ่าตัด

การเคี้ยวหมากฝรั่งเป็นวิธีการหนึ่งที่พยาบาลและแพทย์ควรนำมาใช้เพื่อส่งเสริมการฟื้นตัวของลำไส้ในผู้ป่วยหลังผ่าตัดระบบทางเดินอาหาร เนื่องจากเป็นวิธีที่สะดวก สามารถนำไปใช้ได้ง่าย ประหยัดเวลา ประหยัดค่าใช้จ่ายและมีความปลอดภัยต่อผู้ป่วย