เตือนวัยรุ่นคลั่งผอม!!! เสี่ยงตายเร็ว 9 เท่า

นำเสนอเมื่อ : 8 ธ.ค. 2552

ภาพประกอบอินเตอร์เน็ต

แพทย์เผยวัยรุ่นมีปัญหาการกิน ไม่ผอมก็อ้วนเกินไป
ชี้กินมากเสี่ยงเป็นโรคผิวหนัง โรคสะเก็ดเงิน สิวเหอ
เตือนคลั่งผอมเสี่ยงตายเร็วกว่าคนปกติ 9 เท่า
แนะกินอาหารแต่พอดีแต่ให้ครบ 5 หมู่ทุกวัน

นพ.ประวิตร พิศาลบุตร แพทย์อเมริกันบอร์ดสาขาโรคผิวหนัง
อาจารย์พิเศษภาควิชาเภสัชกรรม คณะเภสัชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
เปิดเผยว่า ปัญหาการกินที่พบในวัยรุ่น มีทั้งที่กินน้อยเกินไป
จนถึงขั้นที่เรียกว่าโรคคลั่งผอม หรือ anorexia nervosa
ที่จริงแล้วโรคนี้จัดเป็นอาการป่วยทางจิตที่เกี่ยวกับการกินอาหาร
ทำให้มีน้ำหนักตัวน้อยกว่าปกติมาก
และมีความกังวลย้ำคิดกลัวว่าตัวเองจะอ้วนเกินไป
ทำให้ผู้ป่วยกินอาหารน้อยมาก พบบ่อยในวัยรุ่นเพศหญิง
แต่ก็พบว่าร้อยละ10 พบในเพศชาย พบบ่อยในดารา นักร้อง นางแบบ
จนต้องมีการรณรงค์ให้ความรู้ที่ถูกต้องแก่นางแบบว่าจะต้องไม่ผอมจนเกินไป
โรคนี้รักษาให้หายได้ยากมาก และสตรีที่เป็นโรคนี้มีอัตราการเสียชีวิตสูงเป็น
9 เท่าของคนปกติ
ในทางตรงข้ามวัยรุ่นบางกลุ่มจะกินมากเกินไปทำให้เป็นโรคอ้วน
ซึ่งมีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคผิวหนังสูงขึ้น
กลาวคืออาจเป็นโรคสะเก็ดเงิน ผิวเป็นผื่นดำ
เห็นเป็นปื้นหนาดำที่ต้นคอ มีติ่งเนื้อ โรคอ้วนยังทำให้เกิดโรคติดเชื้อ เช่น
สังคัง ติดเชื้อยีสต์ และทำให้ผิวแตกลาย มีกลิ่นตัว
สวนการกินขนมหวานมีน้ำตาลสูงทำให้สิวเหอได

นพ.ประวิตร กล่าวว่า มีโรคผิวหนังหลายชนิดที่เกี่ยวกับภาวะโภชนาการ ซึ่งอาจเกิดจากการได้สารอาหารมากเกินไป หรือการขาดสารอาหาร เช่น ขาดวิตามินเอทำให้มองไม่เห็นในเวลากลางคืน ผิวและผมแห้ง คันผิวหนัง เล็บเปราะหักง่าย และรูขุมขนหนา ในทางตรงข้ามหากได้วิตามินเอสูงเกินไป ก็ทำให้ผิวเปลี่ยนสี ผมร่วง ผิวแห้ง และลอก มียารักษาสิวตัวหนึ่งคือ isotretinoin ซึ่งเป็นกลุ่มวิตามินเอ ผู้ที่กินยาตัวนี้จะมีผิวและเยื่อบุแห้งและลอกมาก และถ้าผู้หญิงกินแล้วตั้งครรภ์ ทารกจะพิการ ขาดวิตามินบี 2 ทำให้ริมฝีปาก ช่องคอบวมแดง มุมปากอักเสบ ที่เรียกว่าโรคปากนกกระจอก มีผื่นผิวหนังอักเสบมีขุยที่ใบหน้า คือเป็นโรคเซ็บเดิร์ม (seborrheic dermatitis) ขาดวิตามินบี 3 หรือ niacin ทำให้ผิวไวต่อแสง ผิวหนังอักเสบ และมีผื่นผิวหนังรอบลำคอคล้ายใส่สายสร้อยคอ (Casal necklace) ขาดวิตามินซีทำให้เกิดตุ่มตามผิวหนัง มักเป็นที่ขาและต้นขา เหงือกบวม มีเลือดออกตามไรฟัน ที่เรียกว่าโรคลักปิดลักเปิด ขาดเหล็กทำให้ออนเพลีย เป็นโรคโลหิตจาง อาจพบเล็บโค้งงอเหมือนช้อนได้ ขาดสังกะสีทำให้ผมร่วง เป็นสิว เป็นต้น

ขอบคุณเนื้อหาจาก กรมอนามัย