

## รู้ไว้เพื่อระวัง กรู๊ปเลือดบอกความเสี่ยงของโรคได้นะ

นำเสนอเมื่อ : 2 พ.ย. 2556

กรู๊ปเลือดนั้นสำคัญไฉน? .. นี่เป็นคำถามที่ใคร ๆ ก็น่าจะตอบได้ไม่ยาก ประเด็นหลัก ๆ เลยก็จะได้ว่ายามที่เราป่วยไข้ผาตุ้ดุดองการเลือดควน จะต้องขอรับบริจาคเลือดกรู๊ปใด และยามที่ประสงค์จะบริจาคเลือดให้กับผู้ป่วยคนใดคนหนึ่งนั้น กรู๊ปเลือดของเราสามารถให้แก่เขาได้หรือไม่ แต่ยังมีอีกสิ่งหนึ่งที่สำคัญเช่นกัน คือ มันสามารถบ่งบอกปัจจัยสุขภาพได้ โดยบอกเป็นค่าความเสี่ยงว่า ผู้ที่มีหมู่เลือดแบบหนึ่งมีโอกาสเสี่ยงต่อโรคชนิดหนึ่งมากกว่าหมู่เลือดอื่น ๆ

อย่างไรก็ดี นักวิทยาศาสตร์ยังไม่สามารถสรุปผลอย่างเด็ดขาดได้ 100% ว่า หมู่เลือด X จะก่อให้เกิดโรค Y แน่หนอน เพียงแต่จะเพิ่มความเสี่ยงต่อโรคมกกว่าหมู่เลือดอื่น ๆ เท่านั้น และค่าความเสี่ยงที่เพิ่มขึ้นนั้นก็ยังคงเป็นเปอร์เซ็นต์ที่น้อยนิด แต่การทราบเอาไว้ก่อนก็จะช่วยให้เราสามารถระวังดูแลสุขภาพได้ดีขึ้นกว่าเดิมซะใหม่ละคะ และนี่เป็น 4 โรค กับความเสี่ยงในการเป็นโรคของแต่ละหมู่เลือด ที่เรานำมาฝากกันจากเว็บไซต์ reader digest ค่ะ

### 1. ภาวะเส้นเลือดอุดตัน กรู๊ปเลือด AB, A, B มีความเสี่ยงเพิ่มขึ้น

ภาวะเส้นเลือดอุดตัน หรือ ภาวะหลอดเลือดดำที่ขาอุดตัน (deep-vein thrombosis, DVT) ไม่เพียงแต่ทำลายความสวยงามของเรียวขาเท่านั้น แต่มันยังมีอันตรายที่มากกว่าแฝงมาด้วย เมื่อลิ่มเลือดที่เกิดขึ้นอาจหลุดไปตามกระแสเลือดและเข้าสู่อุด ซึ่งทำให้เกิดอันตรายถึงชีวิตได้

จากการศึกษาของคณะแพทย์จากโรงพยาบาล Herlev ในกรุงโคเปนเฮเกน ที่ได้ติดตามศึกษาผู้รวมการทดลองจำนวน 60,001 คน เป็นเวลานานถึง 33 ปี พบว่า ปัจจัยที่จะเกิดภาวะเส้นเลือดอุดตันมากที่สุดคือหมู่เลือด โดยค่าความเสี่ยงอยู่ที่ 20% ทั้งนี้ ผู้ที่มีกรู๊ปเลือด AB, A และ B จะมีความเสี่ยงมากกว่าเลือดกรู๊ป O ส่วนปัจจัยเสี่ยงอื่น ๆ ได้แก่ การเปลี่ยนแปลงของยีน 11%, น้ำหนักตัวมาก 16% และสูบบุหรี่ 6%

### 2. โรคหัวใจ กรู๊ปเลือด AB, B, A มีความเสี่ยงเพิ่มขึ้น

นักวิจัยจาก Harvard School of Public Health ได้ทำการศึกษากับกลุ่มผู้ป่วยอายุระหว่าง 30-75 ปี จำนวนมากกว่า 17,000 ราย เป็นเวลาถึง 20 ปี และได้พบว่าผู้ที่มีเลือดกรู๊ป AB มีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคหัวใจมากถึง 23% เมื่อเทียบกับผู้ที่มีกรู๊ปเลือด O จากนั้นความเสี่ยงลดหลั่นลงมาเป็น 11% และ 5% ในผู้ที่มีเลือดกรู๊ป B และ A ตามลำดับ นั่นหมายความว่าผู้ที่มีเลือดหมู่ O มีความเสี่ยงต่อโรคหัวใจน้อยที่สุดในบรรดาหมู่เลือดทั้งหมด

ทั้งนี้ นักวิจัยเองยังไม่สามารถหาข้อสรุปที่แน่ชัดได้ว่าเหตุใดจึงเป็นเช่นนั้น แต่มีข้อบ่งชี้บางประการที่ระบุว่า หมู่เลือดชนิด AB มีความเกี่ยวข้องกับคลอเรสเตอรอลชนิด LDL หรือไขมันเลว ในขณะที่หมู่เลือด O กลับน่าจะมีสารเคมีที่ช่วยให้เลือดไหลเวียนได้ดี ลดการอุดตันในเส้นเลือดได้ แต่อย่างไรก็ตาม สิ่งที่มีอิทธิพลต่อความเสี่ยงในการเป็นโรคหัวใจที่สำคัญกว่าก็คือ ไลฟ์สไตล์การใช้ชีวิตของเจ้าตัว อันได้แก่ นานักกั้ว การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การพักผ่อนที่เพียงพอ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นปัจจัยที่ส่งอิทธิพลถึงความเสี่ยงของโรคมากกว่าหมู่เลือดหลายเท่า แต่ก็ยังเป็นปัจจัยที่สามารถปรับปรุงเปลี่ยนแปลงกันได้คะ

ปวดท้อง

### 3. โรคมะเร็งกระเพาะอาหาร กรุปเลือด A มีความเสี่ยงเพิ่มขึ้น

จากการศึกษาเมื่อปี 2010 ของสถาบัน Karolinska ในประเทศสวีเดน พบว่า ผู้ที่มีเลือดหมู่ A มีความเสี่ยงต่อโรคมะเร็งกระเพาะอาหารถึง 20% เมื่อเทียบกับผู้ที่มีหมู่เลือด O และ B แต่ในการศึกษาครั้งเดียวกันนี้ ก็ได้พบว่าผู้ที่มีเลือดหมู่ O กลับมีความเสี่ยงกับการเป็นแผลในกระเพาะอาหารมากกว่า ทั้งยังเกิดอาการปวดท้องได้มากกว่า เพราะไวต่อเชื้อแบคทีเรีย *Helicobacter pylori* ที่ก่อให้เกิดโรคกระเพาะอาหารมากกว่าหมู่เลือดอื่น ๆ นั่นเอง

### 4. ภาวะมีบุตรยาก กรุปเลือด O มีความเสี่ยงเพิ่มขึ้น

หญิงผู้มีเลือดกรุป O มีโอกาสประสบภาวะมีบุตรยากมากกว่ากรุปเลือดอื่น ๆ ถึง 2 เท่า เนื่องจากมีการผลิตฮอร์โมน FSH ซึ่งเป็นฮอร์โมนที่กระตุ้นให้เกิดการตกไข่อยู่สูง ทั้งนี้การมีฮอร์โมน FSH อยู่มากกลับทำให้ภาวะเจริญพันธุ์ลดลง โอกาสมีบุตรจึงน้อยลงไปด้วย แม้จะไม่มีคำอธิบายแน่ชัดนักว่าเหตุใดจึงเป็นเช่นนั้น แต่ผู้หญิงที่มีเลือดกรุป O ก็ไม่ต้องกังวลมากเกินไป เพราะเมื่อเทียบกับปัจจัยอย่างอายุ และความแข็งแรงของร่างกายแล้ว ก็เห็นว่าเรื่องหมู่เลือดส่งผลต่อการมีบุตรน้อยมากเลยทีเดียว

ขอบคุณที่มาจาก [กระปุก.คอม](#)