

ชาปลายมือ ปลายเท้า เป็นโรคอะไร?



ใครที่มีอาการชาตามปลายนิ้วมือ นิ้วเท้า หรือแม้กระทั่งแขน ขา มือ และใบหน้า แพทย์อาจสันนิษฐานว่าเป็นโรคอันตรายที่เกี่ยวข้องกับปลายประสาทอักเสบ อาการเหล่านี้จะเพิ่มความเสี่ยงในการเป็นโรคที่หนักขึ้น อย่างไรก็ตาม โรคอัมพฤกษ์ อัมพาต หรือไม่ว่าเราจะวิธีป้องกันอย่างไร มาดูกันค่ะ

ปลายประสาทอักเสบ คืออะไร?

เมื่อสมองเปรียบเสมือนศูนย์ควบคุมการส่งกระแสไฟฟ้า สมองจะควบคุมการส่งกระแสไฟฟ้าไปยังอวัยวะต่างๆ ผ่านทางสายไฟ หรือในที่นี้คือเส้นประสาท และมีสายไฟฟ้าแรงสูง หรือเส้นประสาทใหญ่อยู่ที่ไขกระดูกสันหลัง ที่พร้อมกระจายไฟฟ้าไปยังเส้นประสาทอื่นๆ ต่ออีกทอดหนึ่ง

หากแต่เมื่อเส้นประสาทเริ่มมีปัญหาในจุดใดจุดหนึ่ง ทำให้อวัยวะส่วนนั้นทำงานผิดปกติ จึงอาจเป็นที่มาของปลายประสาทอักเสบ ที่ทำให้เกิดอาการชาตามปลายมือปลายเท้า เส้นประสาทไม่สามารถรับรู้ได้ถึงอาการเจ็บปวด แสบร้อน ลั่นสะเทือน หรือไม่สามารถควบคุมกล้ามเนื้อส่วนนั้นได้

เส้นประสาท มีความสำคัญอย่างไร?

อย่างที่กล่าวไว้ข้างต้นว่า เส้นประสาทเปรียบเสมือนสายไฟฟ้าที่ลำเลียงพลังงานไปตามส่วนต่างๆ ของร่างกาย ดังนั้นหากเส้นประสาททำงานผิดปกติ ก็จะทำให้อวัยวะนั้นๆ ทำงานผิดปกติไปด้วย

เส้นประสาทมี 2 ประเภทใหญ่ๆ ทั้งเส้นประสาทในสมองที่ควบคุมจากสมองโดยตรง ไม่ผ่านไขกระดูกสันหลัง ควบคุมการทำงานของประสาทสัมผัสต่างๆ เช่น การมองเห็น การได้กลิ่น การลิ้มรส การทรงตัว การกลืนอาหาร การขยับกล้ามเนื้อบนใบหน้า การออกเสียง และควบคุมกล้ามเนื้อบริเวณหัวใจ คอ และลำ

เส้นประสาทอีก 1 ชนิด คือ เส้นประสาททั่วไปที่กระจายอยู่ทั่วร่างกาย เป็นเส้นประสาทที่ต่อมาจากไขกระดูกสันหลัง โดยสามารถแบ่งย่อยเป็นส่วนๆ ทั้งรากประสาทที่ต่อมาจากเส้นประสาทที่ไขสันหลังโดยตรง กลุ่มของรากประสาท และเส้นประสาทส่วนปลาย ที่ดูแลกล้ามเนื้อของอวัยวะต่างๆ

ปลายประสาทอักเสบ มีสาเหตุมาจากอะไร?

- มีอาการหมอนรองกระดูกทับเส้นประสาท (อ่านต่อ 5 พฤติกรรมเสี่ยง “หมอนรองกระดูกทับเส้นประสาท”) การนอนกดทับเส้นประสาท หรือการกดทับจากเส้นประสาทโดยเนื้องอก
- ผลข้างเคียงจากการติดเชื้อจากโรคต่างๆ เช่น วัณโรค
- เกิดภาวะขาดเลือดมาหล่อเลี้ยง
- มีโรคเรื้อรังต่างๆ เช่น เบาหวาน ไตวาย
- มีความผิดปกติมาตั้งแต่กำเนิด

ปัจจัยเสี่ยงในการเป็นโรคปลายประสาทอักเสบ

- พันธุกรรมจากครอบครัว ที่อาจจะเคยเป็นโรคที่เกี่ยวข้องกับการทำงานผิดปกติของเส้นประสาท
- มีประวัติการติดเชื้อจากโรคใดโรคหนึ่ง
- ระดับน้ำตาลในเลือดสูง อาจเสี่ยงโรคเส้นประสาทที่เกิดจากโรคเบาหวาน
- ทำงานโดยใช้ข้อมือมากๆ จนอาจเสี่ยงเป็นโรคเส้นประสาทบริเวณข้อมือถูกกดทับ
- เป็นผู้ป่วยโรคไต ที่ต้องให้การรักษาโดยการฟอกเลือดฟอกไต

ชาปลายมือปลายเท้า อันตราย เสี่ยงอัมพาต?

เพราะอาการชาตามปลายนิ้วมือ นิ้วเท้า เกี่ยวข้องกับการทำงานของเส้นประสาทผิดปกติ ดังนั้นหากมีความผิดปกติจนถึงขั้นเป็นโรคเส้นประสาทสมองคู่ที่ 7 อักเสบ ก็อาจเป็นโรคอัมพาตชนิดหนึ่งที่เราเรียกว่า โรคอัมพาตเบลล์ ซึ่งเป็นโรคเส้นประสาทสมองที่พบบ่อยที่สุดได้เช่นกัน

ชาปลายมือปลายเท้ามากแค่ไหน ถึงควรไปพบแพทย์?

หากมีอาการชาที่บริเวณปลายมือปลายเท้าเล็กน้อยมากกว่า 2-3 วัน และไม่มีการดีขึ้น ให้ลองปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดูก่อน อาจจะออกกำลังกาย เปลี่ยนอิริยาบถบ่อยๆ ระหว่างวัน หรือเปลี่ยนที่นอน เปลี่ยนหมอน หากยังไม่ดีขึ้นภายในระยะเวลาไม่เกิน 1 สัปดาห์ ควรรีบพบแพทย์ก่อนมีอาการมากขึ้น

ปิดปากไว้ไม่พูดไม่จา ดีกว่าไปนินทาคนอื่น
อยู่คนเดียวอย่างสงบ ดีกว่าคบคนพาล
หลวงปู่ขาว อนาลโย



ที่มา: ขอขอบคุณ: <https://www.sanook.com/>



แบบ พ.๒

หนังสือสำคัญแสดงการจดทะเบียน
ตามพระราชบัญญัติจดทะเบียน พุทธศักราช ๒๕๕๐

เลขทะเบียน **สส๑๖๒/๒๕๖๒**

หนังสือสำคัญนี้ออกให้ไว้เพื่อแสดงว่า **สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล**

เลขประจำตัวประชาชน **๓ ๑๐๐๕ ๐๑๐๕๘ ๗๔ ๙** เชื้อชาติ **ไทย** สัญชาติ **ไทย** อายุ **๓๗** ปี อาชีพ **นักธุรกิจ**

ถิ่นที่อยู่บ้านเลขที่ **๗๔๓/๓๗** หมู่ที่ **-** ซอย **-** ซอยสิทธิ์ ๒ ถนน **เลียบฯฝั่งเหนือ**

แขวง / ตำบล **หนองแขม** เขต / อำเภอ **หนองแขม** จังหวัด **กรุงเทพมหานคร**

เป็น **เจ้าของ** หนังสือพิมพ์ชื่อ **249 สื่อออนไลน์**

มีวัตถุประสงค์ **เพื่อลงประกาศข่าวงานราชการและประกาศโฆษณาด้านธุรกิจและกฎหมาย รวมถึงเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารด้านธุรกิจและกฎหมาย และข้อมูลข่าวสารทั่วไปทุกจังหวัด**

ภาษาที่หนังสือพิมพ์จะออก **ภาษาไทย**

ชนิดของหนังสือพิมพ์ที่ออก **เป็นแผ่น**

ระยะเวลาที่ออกหนังสือพิมพ์ **รายวัน**

ชื่อสำนักงานของหนังสือพิมพ์ **-**

ตั้งอยู่ ณ ที่ **-** เลขที่ **๑๐/๑๒๘๗** หมู่ที่ **-** ซอย **นวมินทร์ ๙๓** ถนน **-**

แขวง / ตำบล **นวมินทร์** เขต / อำเภอ **บึงกุ่ม** จังหวัด **กรุงเทพมหานคร**

ชื่อสำนักงานของผู้โฆษณา **-**

ตั้งอยู่ ณ ที่ **-** เลขที่ **๑๐/๑๒๘๗** หมู่ที่ **-** ซอย **นวมินทร์ ๙๓** ถนน **-**

แขวง / ตำบล **นวมินทร์** เขต / อำเภอ **บึงกุ่ม** จังหวัด **กรุงเทพมหานคร**

ชื่อโรงพิมพ์ที่พิมพ์ **บริษัท ๒๔๙ สื่อออนไลน์ จำกัด**

ตั้งอยู่ ณ ที่ **-** เลขที่ **๑๐/๑๒๘๗** หมู่ที่ **-** ซอย **นวมินทร์ ๙๓** ถนน **-**

แขวง / ตำบล **นวมินทร์** เขต / อำเภอ **บึงกุ่ม** จังหวัด **กรุงเทพมหานคร**

หนังสือพิมพ์ฉบับนี้

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เป็นผู้พิมพ์

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เป็นผู้โฆษณา

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เป็นบรรณาธิการ

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เป็นเจ้าของกิจการหนังสือพิมพ์

ออกให้ตั้งแต่ วันที่ **๗** เดือน **กุมภาพันธ์** พุทธศักราช **๒๕๖๒**

(ลงชื่อ)

นางสาวกนกกร ศักดาเดช

(นางสาวกนกกร ศักดาเดช)

ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดแห่งชาติ

พนักงานเจ้าหน้าที่จดทะเบียนการพิมพ์สำหรับจังหวัด **กรุงเทพมหานคร**

