



ตกขาว

เขียน โดย แพทย์จีนเซน ปรีชาวิชวงค์

แพทย์จีนผู้เชี่ยวชาญด้านนารีเวช

เมื่อผู้หญิงอยู่ในวัยเจริญพันธุ์ ช่องคลอดจะมีการผลิตสารที่มีลักษณะเป็นมูกใสออกมา มีชื่อเรียกอีกกว่าระดูขาว หรือมูกกิต โดยเฉพาะช่วงก่อนการตกไข่ จะมีตกขาวออกมามากขึ้นซึ่งเป็นไปตามกลไกธรรมชาติของการทำงานของฮอร์โมน ในสตรี ปกติตกขาวจะใสอาจจะมีขุ่นเล็กน้อย ไม่มีกลิ่น ไม่มีอาการคันที่ช่องคลอด จะไม่มีอาการทำให้รู้สึกผิดปกติ

ในการแพทย์จีนจะสังเกตการเปลี่ยนแปลงของตกขาว จากปริมาณ ลักษณะ สี และกลิ่น

1. ปริมาณ ในแต่ละคนไม่เหมือนกัน จึงควรเปรียบเทียบกับตัวเองในอดีต หากมากกว่าจากเดิมที่เคยเป็นก็ถือว่ามามาก ไม่ควรนำไปเปรียบเทียบกับเพื่อน

2. ลักษณะ ปกติลักษณะตกขาวเป็นมูกใสหรือน้ำขุ่นๆเล็กน้อย แต่จะแปรเปลี่ยนตามช่วงรอบเดือน ช่วงหลังประจำเดือน อาจขุ่นๆ กลางรอบเดือนจะใสขึ้น ก่อนรอบเดือนก็จะกลับมาขุ่นอีกที อาจมีเมือกนิคหน้อยสำหรับบางคนก่อน ประจำเดือนมา ถ้าออกลักษณะขุ่นมากขึ้น เหมือนแป้งเปียก เหมือนคราบนม อาจเกิดจากเชื้อรา ตกขาวสีเหลืองอาจเป็นการอักเสบ หรือหากมีเลือดปนด้วยอาจเกิดจากปากมดลูกอักเสบ มะเร็งปากมดลูก เป็นต้น

3. สี โดยทั่วไปจะใสหรือเป็นสีขาวขุ่น ในบางคนอาจมีเหลืองนวลๆ หรือขาวเหลืองนิดๆ แต่ไม่มีอาการคันที่ช่องคลอด หรืออาการผิดปกติอื่นๆ หรือในบางคนก่อนมีประจำเดือนหรือหลังประจำเดือนหมดอาจจะมีเลือดปนเปื้อนก็ถือว่าเป็นปกติ แต่ถ้าเป็นสีเหลืองเขียว เป็นหนองควรปรึกษาแพทย์ทันที

4. กลิ่น ผู้หญิงแต่ละคนจะมีกลิ่นเฉพาะของตัวเอง แต่ถ้าเป็นหนองมักเป็นกลิ่นเหม็น ควรพบแพทย์เพื่อตรวจดูต่อไปว่าเป็นการติดเชื้อแบบใด

แพทย์แผนจีนมองตกขาวเกิดจากความชื้นสะสมในร่างกาย โดยแบ่งกลุ่มอาการตามสาเหตุดังนี้

1. ม้ามและกระเพาะไม่มีแรง ตกขาวจะมีปริมาณมาก มีสีขาว หรือเหลืองนิดๆ ไม่มีกลิ่น มักมีอาการอ่อนเพลีย หน้าซีดเซียวร่วมด้วย เมื่อม้ามและกระเพาะไม่มีแรงจะทำให้การย่อยและดูดซึมน้ำได้ไม่ดี เกิดเป็นความชื้นขึ้น และกลายเป็นตกขาว คนไข้กลุ่มนี้ตกขาวจะเป็นๆหายๆ อาการมักกลับมาเมื่อร่างกายอ่อนแอ
2. ไตหยางไม่เพียงพอ ตกขาวเหมือนน้ำใสๆ ไหลไม่หยุด มีอาการจึ้นหนาว มือเท้าเย็น ท้องเย็น เมื่อยเอวร่วมด้วย ไตในทางแพทย์จีนเป็นอวัยวะที่เกี่ยวกับการสืบพันธุ์ เมื่อไตหยางไม่เพียงพอ การทำงานจะบกพร่อง ไม่สามารถกักเก็บน้ำต่างๆได้ จึงเกิดเป็นตกขาว
3. ความร้อนชื้น ตกขาวเป็นเรื่องของความชื้น เมื่อมีความชื้นกักเก็บนานวันเข้าจะก่อให้เกิดความร้อน กลายเป็นความร้อนชื้น ตกขาวจะมีสีเหลือง เหนียว เหมือนแป้งเปียก มีกลิ่นแรง ช่องคลอดมักมีอาการคัน ร้อน บวม แดง
4. พิษร้อนสะสม ตกขาวเป็นหนอง สีเขียวเหลือง กลิ่นเหม็นมาก ร่วมกับปวดท้อง เป็นลักษณะของการติดเชื้อ

โดยปกติแล้วการรักษาตกขาวมักใช้ยาทาหรือยาสอดตามเชื้อที่เพาะเจอ ผลที่ได้ค่อนข้างรวดเร็ว ในทางแพทย์แผนจีนจะให้การรักษาด้วยการทานยาจีนและยาล้างภายนอก ข้อเด่นของการรักษาแบบแพทย์แผนจีนคือ เหมาะสำหรับคนที่อาการตกขาวรักษาไม่หายขาด หรือตรวจไม่พบเชื้อหรือความผิดปกติใดๆ หรือแพ้ยาของทางแพทย์แผนปัจจุบัน

อาหารการกินนั้นมีส่วนสำคัญมากระหว่างการรักษาตกขาว ควรหลีกเลี่ยงของหมักดองน้ำพริก อาหารทะเล เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หน่อไม้ ผักกลิ่นแรงเช่น หัวหอม ของแสลงต่างๆ เหล่านี้ เพราะมักทำให้อาการกำเริบอีก การกินยาปฏิชีวนะอาจทำให้เชื้อแบคทีเรียที่เป็นประโยชน์ในช่องคลอดเสียสมดุลและเกิดการติดเชื้อได้ง่าย ไม่ควรใช้น้ำยาที่วางขายตามท้องตลาดสวนล้างช่องคลอด เพราะอาจทำให้แบคทีเรียในช่องคลอดเสียสมดุล ควรใช้เพียงน้ำเปล่าหรือน้ำสมุนไพรอ่อนๆล้างภายนอกระหว่างอาบน้ำก็พอ เช็ดให้แห้งก่อนใส่ชุดชั้นใน ชุดชั้นในควรตากแดดเพื่อฆ่าเชื้อ

หมายเหตุ: เอกสารนี้เป็นลิขสิทธิ์และทรัพย์สินทางปัญญาของหัวเฉียว แพทย์จีน

ใช้เผยแพร่เพื่อเป็นวิทยาทานความรู้แก่ประชาชน

ห้ามมิให้คัดลอกในเชิงพาณิชย์โดยไม่ได้รับอนุญาตทุกกรณี

注意: 这份文件的版权和知识产权属于华侨中医院，仅对外宣传和传播科普知识所用。禁止擅自用于任何形式的商业谋利。

Attention: The copyright and intellectual assets are belonged to the Hua Chiew (TCM) Hospital for public knowledge only. It is prohibit to copy for commercial purposes in all cases without permission.