



โรครังไข่เหี่ยว (POI) เป็นโรคที่รังไข่หย่อนยานหรือทำงานลดลงก่อนอายุ 40 ปี พบได้ 1% ของคุณผู้หญิง เป็นสภาวะที่รังไข่ทำหน้าที่พร่องไป”โรครังไข่เหี่ยว (POI) เป็นโรคที่รังไข่หย่อนยานหรือทำงานลดลงก่อนอายุ 40 ปี พบได้ 1% ของคุณผู้หญิง เป็นสภาวะที่รังไข่ทำหน้าที่พร่องไป”

”บัตรเบอร์ 35 เชิญห้องตรวจ 15 ค่ะ”

หมอพลิกดูบัตรไอทีการ์ดของผู้ใช้บริการ (เดี๋ยวนี้นะแพทย์จะแนะนำให้ใช้คำว่า ผู้ใช้บริการ แทนคำว่า ผู้ป่วยหรือคนไข้) อายุ 30 ปี เธอแต่งงานแล้ว 5 ปี อาชีพรับราชการระดับกลาง ยังไม่มีบุตร ไม่ได้คุมกำเนิด สาเหตุที่เธอมาพบแพทย์เพราะอยากมีบุตร และประจำเดือนหายไป 4 เดือน ได้ไปซื้อชุดตรวจจากร้านขายยามาตรวจบ้างสละเองหลายครั้ง ตั้งแต่เริ่มขาดมาได้ 2 สัปดาห์ ตื่นเต้นว่าจะท้อง แต่ก็ตรวจพบว่าไม่มีการตั้งครรภ์ และพยายามตรวจซ้ำอีกใน 2 สัปดาห์ต่อมา ก็ได้ผลเป็นลบ แต่ก็มีอาการเหมือนจะคลื่นไส้ แพ้ท้อง อยู่บ้าง ท้องก็ดูจะโตขึ้น ไปตรวจที่คลินิก หมอก็ว่าไม่ท้อง ขอนัดตรวจขาดในอีกหนึ่งสัปดาห์

[รังใจก็เลยมาพบแพทย์ที่โรงพยาบาล](#)



แพทย์ประจำบ้านซึกเพิ่มเติมได้ว่า เธอเป็นนักกีฬาของมหาวิทยาลัยมาก่อน ซ้อมหนักมาตั้งแต่วัยรุ่น ไม่มีโรคประจำตัวอะไร ไม่มีโรคติดต่อร้ายแรงในครอบครัว ครอบครัวเป็นนักธุรกิจ ช่วงของการเป็นนักกีฬาก็มีระดูมาไม่สม่ำเสมอ จากการตรวจร่างกายพบว่า เธอมีรูปร่างผอมสูง คุมีความกังวล สัญญาณชีพ (หมายถึง การวัดไข้ วัดความดัน การวัดชีพจร การหายใจ) อยู่ในเกณฑ์ปกติ หน้าตาผิวพรรณก็ดูสมวัยแต่ตัวสมวัย อันหัวข้อนี้ หมอก็จะเอามาประมวลเป็นข้อมูลพื้นฐานในการที่จะใช้ในการสื่อสารหรือปฏิบัติงานกับผู้ให้บริการ

ปัจจุบันเราจะพยายามเน้นสอนให้หมอทั้งหลายได้มีทักษะในการสื่อสารกับผู้ให้บริการ และรวมถึงญาติ (ซึ่งหมายถึงผู้ที่อยู่รอบๆ ผู้มาใช้บริการ เพราะบุคคลเหล่านี้พอผู้ใช้บริการเกิดมีปัญหาหรือไม่พอใจในผลการให้การดูแล ก็จะกลายเป็นพวกทะเลาะ ที่คอยให้เกิดการฟ้องร้อง เจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการทางการแพทย์) เพราะปัจจุบันมีการฟ้องร้องหมอกันมาก ซึ่งได้ทำการศึกษาวิจัยแล้วว่า ที่เกิดเช่นนั้นเพราะการสื่อสารของหมอกับผู้มาใช้บริการไม่ดี ไม่ให้ข้อมูลรอบด้าน ทำให้ผู้มาใช้บริการมีการคาดหวังที่สูง เมื่อผลการรักษาออกมาไม่เป็นที่คาดหวัง จึงเกิด การฟ้องร้อง ทำให้สังคมการสุขภาพของไทยซึ่งในอดีตถือว่า “ยาชอ หมอหวาน” หมดไป กลายเป็นหมอต้องทำเป็นธุรกิจเพื่อสะสมเงินไว้ค่าความรู้สึกดี ทำให้สังคมสุขภาพที่เคยเป็นสังคมเอื้ออาทร เปลี่ยนไปอย่างน่าเสียดาย

จากการซักประวัติหลายๆ ก็ทราบว่า ในช่วงการเป็นนักกีฬาซ้อมหนักมาก เครียดมาก จนระดูไม่มา เธอว่าแพทย์บอกเช่นนั้น เธอจึงเห็นว่าเรื่องระดูมาไม่ปกติ ขาดๆ หายๆ อดปกติ ไม่ว่าจะต่อมที่คอหรือต่อมไทรอยด์ หัวใจ ปอด



รวมทั้งห้อง ท้องน้อย ที่ในสตรีต้องสามารถที่จะตรวจด้วยตัวเองทุกเดือน เพื่อดูว่ามีก้อนเนื้องอกในบริเวณนั้นหรือไม่

เพราะบริเวณท้องน้อยเป็นที่อยู่ของอวัยวะสืบพันธุ์ภายใน ทั้งรังไข่ ปีกมดลูก มดลูกและปากมดลูก ซึ่งเป็นอวัยวะที่มีอุบัติการณ์ของเนื้องอก (ทั้งร้ายและไม่ร้าย) สูงหรือชุกของคุณผู้หญิง ขั้นตอนการตรวจก็ง่าย ๆ พอตื่นนอนก็ลุกไปปัสสาวะ เน้นว่าต้องไปปัสสาวะออกให้หมด แลวนอนหงายชันเข่าทั้งสองข้าง เน้นอีกเช่นกันว่าต้องชันเข่า เพื่อให้กล้ามเนื้อหน้าท้องหย่อน แล้วใช้ฝ่ามือข้างที่ถนัดคลำกดลึกๆ ไล่ตั้งแต่ลิ้นปี่ ไล่ลงมาทั้งแนวตั้งและแนวขวาง จนถึงหัวเหน่า บริเวณนั้นอาจจะต้องกดปลายนิ้วลึก ลงไปในอุ้งเชิงกราน เพราะถ้าก้อนเนื้องอกขนาดเล็กกว่าลูกเทนนิสจะไม่ไผ่พ้นกระดูกหัวเหน่า จะคลำธรรมดาพื้นๆ ไม่พบ เช่นกัน ในการตรวจที่ห้องตรวจผู้ป่วยนอกหรือที่เรียกเขาใจตรงกันว่า OPD (out patient department) หมอก็จะใช้เทคนิคการตรวจลักษณะเช่นนี้ แต่อาจจะมี การตรวจบางลักษณะเพิ่มเติม

ในการตรวจแยกโรคแต่ละกลุ่มโรคแตกต่างกัน

ผู้ใช้บริการรายนี้ ผลการตรวจร่างกายทั่วไปปกติ ตามมาด้วยการตรวจภายใน เพื่อตรวจอวัยวะภายในช่องเชิงกราน ซึ่งคุณผู้หญิงได้เปรียบผู้ชายที่มีช่องคลอด ทำให้หมอสามารถที่จะใส่เครื่องมือและมือเข้าไปตรวจสำรวจอวัยวะในช่องเชิงกราน ซึ่งในผู้ชายทำได้โดยการตรวจทางทวารหนัก แต่ก็ไม่มีประสิทธิภาพเท่ากับการตรวจผ่านช่องคลอดในคุณผู้หญิง ในผู้ใช้บริการรายนี้ก็ไม่พบความผิดปกติ
จะเป็น ซึ่งบ่งบอกว่ามีการพร่องของฮอร์โมนเพศหญิง ทำให้หมอด้อย



อนไปซักประวัติว่ามีน้ำหนักไหลหรือไม่ ผู้ใช้บริการปฏิเสธ แต่เมื่อหมอดูประวัติที่ฐานของหัวนม ก็พบว่ามึนน้ำหรือสารคัดหลั่งไหลออกมาจากหัวนม

จากข้อมูลที่ได้ทั้งจากการซักประวัติและตรวจร่างกาย ก็วิเคราะห์แยกโรคได้ว่า น่าจะเป็นเรื่องของกรณีผิดปกติของการทำงานของรังไข่ ซึ่งมีกลุ่มโรคที่เข้าข่ายได้สองโรคคือ โรครังไข่ฝ่อหรือเหี่ยว และโรควัยทองอันวัยอันควร ซึ่งทั้งสองสภาวะเป็นจากการลดลงของฮอร์โมนเพศหญิง จากนี้ก็ถึงขั้นตอนการตรวจเพื่อการวินิจฉัยโรค ด้วยการตรวจทางห้องปฏิบัติการ หรือการเจาะเลือดตรวจหาระดับของฮอร์โมนเพศ และฮอร์โมนที่เกี่ยวข้องที่สำคัญ เช่น ตรวจดูการทำงานของต่อมไทรอยด์ รวมทั้งการตรวจพื้นฐานทางห้องปฏิบัติการ เช่น ตรวจหาความเข้มข้นของระบบเม็ดเลือด ทั้งเม็ดเลือดขาว เม็ดเลือดแดง ตรวจเบาหวาน ตรวจการทำงานของตับของไต

ผลการตรวจที่ออกมา ก็พบว่า มีความผิดปกติของฮอร์โมนเพศหญิงที่ต่ำกว่าปกติมาก และมีการเพิ่มสูงของฮอร์โมนที่สร้างจากต่อมใต้สมองที่กระตุ้นการแก่ตัวของไข่ในรังไข่ (FSH) และการเพิ่มขึ้นของฮอร์โมนควบคุมการสร้างต่อมน้ำนม (PL=prolactin) คุณผู้หญิงที่ขาดระยะไปนานๆ โดยไม่ตั้งครรรภ์ ควรจะต้องบีบหัวนม ตรวจดูว่ามีสารคัดหลั่งออกมาหรือไม่ ถ้ามีก็บ่งชี้ว่า มีความผิดปกติของระบบประคูป่วนไปจนถึงต่อมใต้สมอง ต้องรีบมาพบแพทย์ จากผลการตรวจทั้งหมด ก็วินิจฉัยว่าเป็นโรครังไข่เหี่ยวหรือรังไข่หยุดทำงานก่อนวัย (POI = premature ovarian insufficiency)

โรครังไข่เหี่ยว (POI) เป็นโรคที่รังไข่หยุดทำงานหรือทำงานลดลงก่อนอายุ 40 ปี พบได้ 1% ของคุณผู้หญิง เป็นสภาวะที่รังไข่ทำหน้าที่พร่องไปไม่ถึงขั้นหยุดทำงาน ถ้าหยุดทำงานจะเรียกว่า สภาวะหมดระดูหรือวัยทองก่อนวัยอันควร (premature menopause) อันหลังนี้คุณผู้หญิงที่เป็นโรคนี้จะไม่สามารถมีบุตรได้เลย แต่ถ้าเป็นรังไข่เหี่ยวหรือ POI กล่าวคือ รังไข่อาจจะฟื้นกลับมาทำงานได้เองเป็นครั้งคราว ถึง ร้อยละ 50-75 และยังอาจมีบุตรได้ ถึงร้อยละ 5-10 โดยไม่ต้องใช้เทคโนโลยีทางการแพทย์ เช่น การผสมเทียมหรือเด็กหลอดแก้ว

อาการที่พบในกลุ่มโรคนี้ ก็เริ่มด้วยอาการผิดปกติของรอบเดือนหรือระดู โดยเริ่มจากรอบเดือนห่างออก เลือดออกผิดปกติที่ไม่มีสาเหตุ ต่อมาก็ตขาดประจำเดือนไปเลย อาการวัยทอง มีอาการร้อนวูบวาบ เหงื่อออกกลางคืน อารมณ์แปรปรวน หงุดหงิดง่าย นอนไม่ค่อยหลับ ช่องคลอดแห้ง ทำให้เจ็บเมื่อมีเพศสัมพันธ์ อาการที่สำคัญมากในโรคนี้คือ การเป็นหมัน หรือไม่มีบุตร

สาเหตุของโรคนั้นนั้น ไม่ทราบสาเหตุเสียเป็นส่วนใหญ่ถึง 75-90% แต่มีอุบัติการณ์สูงในนักกีฬาที่ฝึกซ้อมอย่างหนักมากกว่าในคนทั่วไป โดยเฉพาะนักกีฬาที่เริ่มตั้งแต่อายุน้อยๆ และพบในโรคภูมิแพ้ น้ำเหลืองตัวเองได้บ่อย เช่น โรคพุ่มพวงหรือ SLE โรครูมาตอยด์ จากมลภาวะแวดล้อมที่เป็นพิษ เช่น สัมผัสกับสาร (2-bromopropane) ที่อยู่ในน้ำยาทำความสะอาด ยาฆ่าแมลง โลหะหนัก และที่นาตากใจก็คือ ควันบุหรี่

ภาวะรังไข่เหี่ยวก่อนวัยอันควร ต้องรีบให้การรักษา เพราะไม่เพียงกระทบต่อการมีบุตร ยังมีผลเสียระยะยาวต่อสุขภาพ ก่อโรคกระดูกพรุน โรคหลอดเลือดหัวใจ โรคความจำบกพร่อง โรคความแปรปรวนของอารมณ์ ทำให้มีผลกระทบต่อคนรอบข้างและสังคมในที่สุด

การดูแลรักษาโรครังไข่เหี่ยว POI ไม่สลับซับซ้อน แต่ต้องใช้ระยะเวลา ให้การรักษาทั้งทางกายและทางจิต กล่าวคือ ทางกายให้การรักษาด้วยการให้ฮอร์โมนเพศทดแทนในขนาดที่เหมาะสม และต้องแก้ไขสภาวะแทรกซ้อนที่เกิดจากโรคหรือเกิดร่วมกับโรค เช่น โรคภูมิแพ้น้ำเหลืองตัวเอง การแก้ไขสภาวะกระดูกที่บาง และสภาวะซึมเศร้าที่มักพบร่วมในโรคกลุ่มนี้