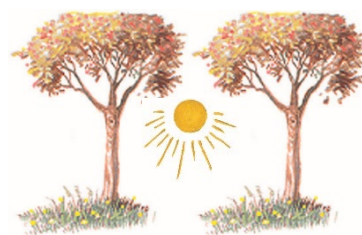




พิไทรโรอะซิส โรเซีย (Pityriasis Rosea): รู้จัก “ผื่นคริสต์มาส” ที่มาแบบลึกลับ และหายไปเอง

จุดที่สำคัญคือ: โรคนี้ไม่ใช่โรคติดต่อทางผิวหนังหรือทางเดินหายใจ

พิไทรโรอะซิส โรเซีย (Pityriasis rosea) คือ โรคผื่นผิวหนังชนิดหนึ่งที่มีลักษณะเฉพาะ พบได้บ่อยในกลุ่มวัยรุ่นและคนอายุ 10–35 ปี มักเริ่มต้นด้วยผื่นวงเดียว แล้วตามมาด้วยผื่นย่อย ๆ กระจายทั่วลำตัว ทำให้หลายคนตกใจและสงสัยว่าตนเองเป็นโรคผิวหนังร้ายแรงหรือไม่



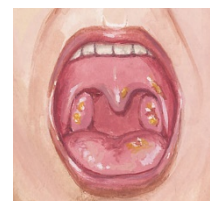
สาเหตุและการเกิดโรค

แม้โรคนี้จะเป็นที่รู้จักกันมานาน แต่ สาเหตุที่แท้จริงยังไม่แน่ชัด อย่างไรก็ตาม มีหลักฐานทางวิทยาศาสตร์หลายชิ้นที่สนับสนุนว่า ไวรัสกลุ่ม Human Herpesvirus 6 (HHV-6) และ Human Herpesvirus 7 (HHV-7) อาจมีบทบาทในการกระตุ้นให้เกิดผื่น โดยเชื่อว่าการเกิดจากการ “รีแอคทิเวต” (reactivation) ของไวรัสที่อยู่ในร่างกายอยู่แล้ว ไม่ใช่การติดเชื้อใหม่



ลักษณะอาการและการดำเนินโรค

1. ระยะเริ่มต้น (Herald patch) มักเริ่มจากผื่นวงเดียว ขนาดใหญ่ประมาณ 2–10 เซนติเมตร มีลักษณะวงรี สีชมพู-แดง ขอบชัด มีขุยละเอียดรอบขอบ (ลักษณะเรียกว่า “collarette scale”) มักเกิดบริเวณหน้าอก, หลัง, หรือหน้าท้อง
2. ระยะผื่นกระจาย ประมาณ 5–15 วันหลังจากผื่นแรก จะมีผื่นเล็ก ๆ สีชมพู รูปวงรี ขึ้นตามแนวรอยพับของผิวหนัง เช่น ด้านข้างลำตัว หลัง และต้นแขน ผื่นเรียงตัวเป็นแนวเฉียงตามแนวรอยพับผิวหนัง ทำให้ดูเหมือนรูป “ต้นคริสต์มาส” เมื่อมองจากด้านหลัง
3. อาการอื่น ๆ อาจมีคันเล็กน้อยถึงปานกลาง (โดยเฉพาะเมื่อเหงื่อออก) บางรายมีอาการอ่อนเพลีย ปวดหัว หรือเจ็บคอก่อนมีผื่นขึ้น
4. ระยะเวลาของโรคผื่นจะหายไปเองภายใน 6–12 สัปดาห์ ไม่ทิ้งรอยแผลเป็น ยกเว้นในบางรายที่อาจมีรอยคล้ำจาง ๆ อยู่ชั่วคราว



การวินิจฉัยแยกโรค

แม้โรคจะมีลักษณะเฉพาะ แต่ก็ต้องระวังการวินิจฉัยผิดกับโรคอื่น เช่น: โรคลักษณะที่คล้ายกัน วิธีแยก

กลาก (Tinea corporis) วงผื่นมีขุยคล้ายกัน ตรวจเชื้อรา

(KOH test) ซิฟิลิสระยะที่สอง มีผื่นกระจายทั่วตัว ตรวจเลือด

(VDRL, RPR) โรคผื่นแพ้ (Eczema) มีขุย แดง คัน มักมีประวัติผื่นเรื้อรัง



การรักษา

ไม่มีการรักษาที่จำเพาะเจาะจง เพราะโรคหายได้เอง แต่อาจมีการรักษาประคับประคองตามอาการ เช่น:

- ยาทา: ครีมสเตียรอยด์ชนิดอ่อน เช่น hydrocortisone ลดอักเสบและอาการคัน
- ยากิน: ยาต้านฮิสตามีน เช่น cetirizine หรือ loratadine สำหรับลดคัน
- แสง UVB: สำหรับผู้ที่มีผื่นรุนแรงหรือไม่ตอบสนองต่อการรักษาทั่วไป
- ยาต้านไวรัส (Acyclovir): มีรายงานบางฉบับว่าอาจช่วยให้ผื่นหายเร็วขึ้น หากให้ในช่วงต้นของโรค



สิ่งที่ควรหลีกเลี่ยง

- หลีกเลี่ยงการอาบน้ำร้อนจัดหรือใช้สบู่แรง ๆ
- หลีกเลี่ยงการเกาผื่น เพราะอาจทำให้ติดเชื้อแบคทีเรียแทรกซ้อนได้
- หลีกเลี่ยงการออกแดดจัด เพราะอาจทำให้ผื่นเข้มขึ้นหรือคงอยู่นานกว่าเดิม



คำถามที่พบบ่อย (FAQ)

Q: โรคนี้ติดต่อไหม?

A: ไม่ติดต่อ ไม่ว่าจะสัมผัสผิวหนังหรือใช้ของร่วมกัน

Q: เป็นแล้วจะกลับมาเป็นอีกได้ไหม?

A: ส่วนใหญ่มักเกิดเพียงครั้งเดียวในชีวิต แต่อาจมีส่วนน้อยที่เกาซ้ำได้

Q: ต้องพบแพทย์ไหม?

A: หากแน่ใจว่าผื่นไม่รุนแรงและไม่มีอาการผิดปกติอื่น ๆ สามารถรอให้หายเองได้

แต่ควรพบแพทย์หาก ผื่นมีลักษณะแปลกกว่าปกติ ผื่นอยู่เกิน 3 เดือน มีไข้ เจ็บคอ หรืออาการคล้ายซฟิลิส

สรุป

พิไทโรอะซิซ โรเซีย อาจดูน่าตกใจเมื่อเริ่มมีผื่นขึ้น แต่แท้จริงแล้วเป็นโรคที่ไม่อันตรายและไม่ติดต่อ ผื่นจะหายเองได้ในไม่กี่สัปดาห์ และโดยทั่วไปไม่ทิ้งร่องรอย หากมีข้อสงสัยเพิ่มเติม ควรปรึกษาแพทย์ผิวหนังเพื่อความมั่นใจ

