



ผงน้ำตาลเกลือแร่ ORS

เนื่องจากเข้าใกล้ช่วงฤดูร้อน โรคที่มาคู่กันคือ "โรคท้องร่วง" เพราะอากาศร้อนทำให้เชื้อโรคเจริญเติบโตได้ดีในอาหาร และยังทำให้อาหารบูดง่าย หากทานอาหารที่มีเชื้อปนเปื้อนก็จะทำให้เกิดภาวะท้องร่วง

ผู้ป่วยท้องร่วง จะเสียชีวิตได้จากการขาดน้ำรุนแรง จนเกิดภาวะช็อก ผงน้ำตาลเกลือแร่ ORS ถือว่าเป็นหัวใจสำคัญในการรักษาภาวะขาดน้ำจากภาวะท้องร่วง



เกร็ดความรู้เกี่ยวกับ ORS

พ.ศ. 2501

งานวิจัยพบว่า แม้ในภาวะท้องร่วง ลำไส้ยังสามารถดูดซึมน้ำตาลกลูโคสและเกลือโซเดียมได้ เกลือโซเดียมที่ถูกดูดซึมจะนำน้ำในโพรงลำไส้ซึมผ่านเยื่อลำไส้เข้าสู่ร่างกายตามมา ซึ่งการค้นพบนี้ นำไปสู่การพัฒนาผงน้ำตาลเกลือแร่ ORS เพื่อรักษาภาวะขาดน้ำจากภาวะท้องร่วง

พ.ศ. 2518

องค์การอนามัยโลกได้สร้างแนวทางการรักษาภาวะท้องร่วง โดยกำหนดให้มีการใช้ผงน้ำตาลเกลือแร่สูตรองค์การอนามัยโลก (Standard WHO ORS) เป็นหนึ่งในการรักษาหลัก โดยเฉพาะอหิวาตกโรค

พ.ศ. 2545

องค์การอนามัยโลกได้ปรับลดความเข้มข้นของเกลือโซเดียมและน้ำตาลกลูโคสลงจากสูตรเดิม (Reduced osmolarity ORS) สำหรับรักษาโรคท้องร่วงทุกสาเหตุ สามารถใช้ได้กับทั้งเด็กและผู้ใหญ่

พ.ศ. 2511-2515



เกิดการระบาดอย่างรุนแรงของอหิวาตกโรคที่บังกลาเทศและอินเดีย ทำให้มีการใช้ผงน้ำตาลเกลือแร่ ORS อย่างกว้างขวาง ส่งผลให้อัตราการตายของผู้ป่วยจากภาวะขาดน้ำลดลงอย่างมาก ทำให้ผงน้ำตาลเกลือแร่ ORS เป็นที่ยอมรับ

พ.ศ. 2523 - 2524

แพทย์หญิงวันดี วราวิทย์ ได้วิจัยและดัดแปลงผงน้ำตาลเกลือแร่ ORS สูตรองค์การอนามัยโลกให้สัดส่วนเกลือโซเดียมและน้ำตาลกลูโคสที่เหมาะสม จนกลายเป็น "ผงวันดี" หรือ "วันดีราม่า ORS" ORS สูตรของแพทย์หญิงวันดี วราวิทย์ ไซ้ได้ผลดี และมีการนำเสนอผลงานทางเวทีวิจัยระดับนานาชาติ จนเป็นที่ยอมรับทั่วโลก

ศ.เกียรติคุณ พญ.วันดี วราวิทย์



เนื่องจากผงน้ำตาลเกลือแร่ ORS สามารถช่วยชีวิตเด็กและผู้ใหญ่นับล้านคนจากภาวะท้องร่วง ซึ่งนับว่าเป็นประโยชน์อย่างมาก จึงได้มีการสถาปนาวัน ORS โลก หรือ World ORS Day ขึ้นในวันที่ 29 กรกฎาคมของทุกปี

เรียบเรียง : นพ. เต็มพงศ์ ดำริห์ศิลป์
ออกแบบ : พญ. มณีนัฐ ชุติชูเดช

Q&A

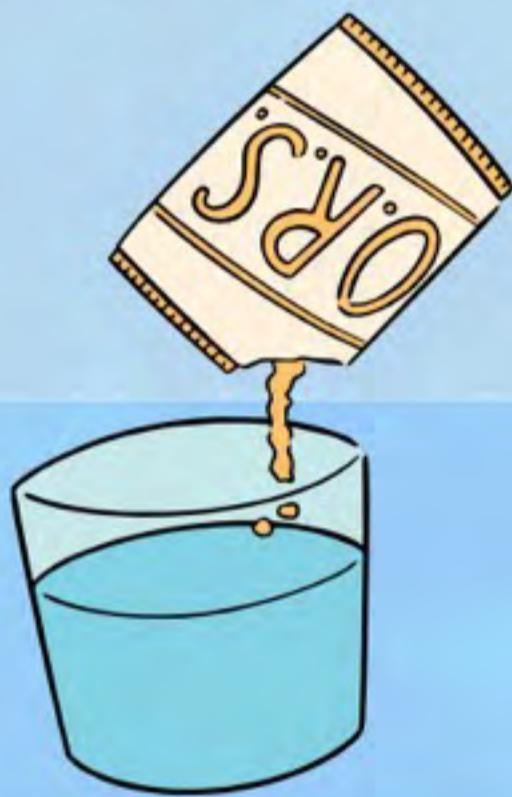
Q: เราสามารถนำเครื่องดื่มเกลือแร่ บรรจุขวดที่ขายตามร้านสะดวกซื้อ หรือน้ำอัดลมเติมเกลือรักษาผู้ที่มีภาวะท้องร่วงได้ไหม?



A: ไม่แนะนำวิธีข้างต้น เพราะเครื่องดื่มเกลือแร่บรรจุขวดและน้ำอัดลมมีปริมาณน้ำตาลที่สูงเกินไป จะดึงน้ำจากร่างกายเข้าสู่โพรงลำไส้ให้อาการท้องร่วงเป็นมากขึ้น ทำให้ถ่ายอุจจาระมากขึ้น



Q: การชงผงน้ำตาลเกลือแร่ ORS และการกินที่ถูกต้องควรทำอย่างไร?



A: ใช้น้ำสะอาดผสมผงน้ำตาลเกลือแร่ ORS ในปริมาณตามที่ระบุบนซอง หลังจากผสมแล้ว ควรจิบกินในปริมาณครั้งละน้อยๆ เพื่อช่วยให้ลำไส้มีเวลาดูดซึมน้ำและเกลือแร่ได้หมด และป้องกันการอาเจียน ไม่ควรเก็บน้ำผสมผงเกลือแร่ นานเกิน 24 ชั่วโมง



Q: ควรจะมีผงน้ำตาลเกลือแร่ ORS ติดไว้ที่บ้านไหม?

A: ควรจะมีผงน้ำตาลเกลือแร่ ORS เป็นยาสามัญประจำบ้าน สำหรับใช้รักษาท้องร่วงในเบื้องต้นก่อนพบแพทย์ เพราะผงน้ำตาลเกลือแร่ ORS มีราคาถูก ปลอดภัย หาซื้อได้ง่ายตามร้านขายยาทั่วไป และสามารถใช้ได้กับทุกคนในครอบครัว แม้แต่เด็กเล็กที่มีอาการท้องร่วง



ที่มา : วารสาร Lancet

หอจดหมายเหตุและพิพิธภัณฑ์ รามาธิบดี