

● **การทดสอบที่นำมาใช้ในการตรวจไม่ไวพอลที่จะจับโรคได้ในระยะแรก** เช่น การทำงานของไต ใช้ระดับ บิยูเอ็น (BUN) และครีเอตินีน (Creatinine) หากมีมากในเลือดแสดงว่าไตทำงานไม่ปกติ ถ้าพบภาวะดังกล่าว แสดงว่าหน้าที่การกรองของไตลดลงกว่าครึ่งของภาวะปกติ ดังนั้น การพบค่าครีเอตินีนที่ปกติ (ไม่เกินค่าอ้างอิง) ไม่ได้หมายความว่า ไตทำหน้าที่ได้ปกติครบร้อยเปอร์เซ็นต์ **เพราะค่าครีเอตินีนไม่ไวพอสำหรับการตรวจจับโรคไตได้ในระยะเริ่มต้น**



② **ภาวะโรคที่ไม่มีผลกระทบต่อการเปลี่ยนแปลงค่าของเลือด** บางครั้งการตรวจเลือดไม่ได้บอกถึงความผิดปกติทั้งหมดของร่างกายได้ เช่น โรคที่เกี่ยวข้องกับกล้ามเนื้อและโรคทางสมอง โดยทั่วๆ ไปแพทย์จะมีการตรวจโดยวิธีอื่นๆ จะไม่ได้ใช้การเจาะเลือดเป็นหลักในการนำไปช่วยวินิจฉัยโรคแต่เพียงอย่างเดียว

● **การแปลผลการตรวจเลือด**

ข้อมูลต่างๆ ที่ประกอบการแปลผล ประกอบด้วย

● **ปัจจัยภายใน** เช่น เพศ ระดับฮิโมโกลบินในเพศชายจะสูงกว่าเพศหญิง อายุ ระดับเอนไซม์แอลคาไลน์ฟอสฟาเทสในเด็กจะมากกว่าผู้ใหญ่ ประมาณ 3 - 5 เท่า เป็นต้น

● **ปัจจัยภายนอก** เช่น การออกกำลังกาย มีผลต่อระดับเอนไซม์ที่ออกมาจากกล้ามเนื้อทำให้ค่าเปลี่ยนแปลง **ยาที่รักษาโรค** บางชนิดอาจทำให้ค่าของเอนไซม์เอนไซม์ในตับสูงขึ้นได้ เป็นต้น

ดังนั้น ถ้ามีความผิดปกติของผลเลือดหลังการตรวจสุขภาพประจำปีหรือเปลี่ยนแปลงต่างจากปีที่ผ่านมา ควรพบหรือปรึกษาแพทย์ เพื่อดำเนินการติดตาม วิเคราะห์หาสาเหตุต่อไป

● **การรักษาร่างกายให้แข็งแรง**

การตรวจสุขภาพประจำปี และการตรวจวิเคราะห์ทางห้องปฏิบัติการเทคนิคการแพทย์ เป็นเครื่องมือที่ใช้ในการตรวจประเมินสถานะสุขภาพในรอบปี และสนับสนุนการวินิจฉัยโรค แต่ไม่สามารถยืนยันได้ว่ามีความปกติครบร้อยเปอร์เซ็นต์ สิ่งสำคัญ คือ **ปรับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองให้ถูกต้อง ตลอดจนติดตามการเปลี่ยนแปลงของผลการตรวจสุขภาพในแต่ละปี** เพื่อวางแผนการดูแลสุขภาพขั้นพื้นฐานที่ประกอบด้วย **การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ การนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ และการเลือกทานอาหารที่มีประโยชน์** มีวิตามิน เกลือแร่ และใยอาหารที่ครบถ้วน อันจะนำไปสู่การมีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง มีความพร้อมของร่างกายและจิตใจ ได้อย่างยั่งยืนต่อไป



ด้วยความห่วงใย และใส่ใจสุขภาพ

งานบริการเทคนิคการแพทย์ชุมชน
ศูนย์ความเป็นเลิศการบริการสุขภาพและมาตรฐานวิชาชีพ
ให้บริการตรวจสุขภาพเคลื่อนที่ครบวงจร

โทร. 0-2411-2347, 0-2419-7167, 0-2419-7166 ต่อ 151

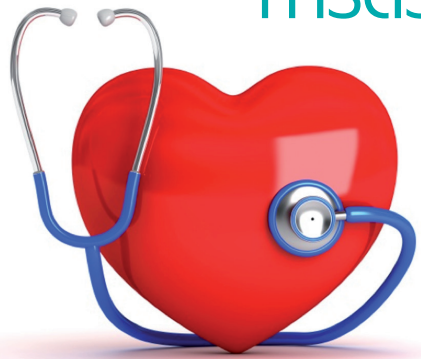


MAHIDOL UNIVERSITY
Wisdom of the Land

การตรวจสุขภาพประจำปี ส่งผลให้สุขภาพดี ได้อย่างไร



คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยมหิดล
“สถาบันชั้นนำมุ่งพัฒนาเพื่อสังคม”



การตรวจสุขภาพประจำปี ส่งผลให้สุขภาพดี ได้อย่างไร



การมีสุขภาพดีในความหมายของสาธารณสุข คือ **การสร้างเสริม การป้องกัน และการทราบความเสี่ยงก่อนการเกิดโรค** ดังนั้นจึงมีการรณรงค์และสนับสนุนให้ประชาชนมี**การตรวจสุขภาพประจำปี** เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการตรวจติดตามสุขภาพ และดูความเปลี่ยนแปลงของร่างกาย เพื่อป้องกัน และลดภาวะเสี่ยงของโรค ความผิดปกติของร่างกายที่เกิดขึ้นโดยที่ยังไม่ปรากฏอาการ ในระยะแรกจะทำให้การรักษาได้รวดเร็ว ก่อนที่โรคจะลุกลาม และถ้ามีภาวะเสี่ยงสามารถวางแผนในการดูแลรักษาตนเองได้ก่อนที่โรคจะอยู่ในระยะที่รุนแรงแล้ว

นอกจากนี้ในกลุ่มผู้ที่ทำงานเกี่ยวข้องกับสารเคมีหรืออุตสาหกรรมต่างๆ ในกระบวนการทำงานอาจได้รับอันตรายถ้าไม่มีการป้องกันหรือดูแลด้านความปลอดภัยของระบบการทำงานดีพอ ผู้ปฏิบัติงานที่สัมผัส (Exposed) กับสารที่มีอันตราย **การได้รับสารในปริมาณที่มากกว่าปกติอาจมีภาวะเสี่ยงในการเกิดเป็นพิษหรือพบโรคบางอย่างเกิดขึ้นได้** และมีผลต่อสุขภาพมากกว่าผู้ที่ไม่ได้สัมผัสสารพิษ (non-exposed) ดังนั้นในการประกอบอาชีพต่างๆ ผู้ปฏิบัติงานก็ต้องมีการตรวจดูแลสุขภาพเช่นเดียวกัน โดยเฉพาะผู้ที่ทำงานเกี่ยวกับสารบางอย่างที่มีอยู่ในกระบวนการผลิตหรือ ได้รับระหว่างการทำงานก็จะต้องมีการกำกับดูแลเพื่อป้องกันภาวะสุขภาพ และความเสี่ยงต่อการเกิดพิษด้วย

การตรวจสุขภาพประจำปีทั่วไป เป็นการตรวจสุขภาพเพื่อการประเมินสถานะของร่างกาย โดยอาศัยพื้นฐานของเรื่อง เพศ อายุ และปัจจัยเสี่ยงที่มีความเชื่อมโยงกับประวัติและพฤติกรรม รวมทั้งการตรวจร่างกายประกอบรวมกับการตรวจทางห้องปฏิบัติการ เทคนิคการแพทย์ เช่น การตรวจเลือด ปัสสาวะ อุจจาระ และการถ่ายภาพเอกซเรย์ปอดเพื่อดูความสมบูรณ์ของร่างกายในเวลาที่ผ่านมา และดูสมรรถภาพของอวัยวะที่สำคัญ เช่น ตับ ไต หัวใจ เป็นต้น ผลจาก

ห้องปฏิบัติการเทคนิคการแพทย์จะนำไปสู่การวางแผนดูแลสุขภาพควบคู่กับการให้การวินิจฉัยโรค และเพื่อรักษาต่อไป

● ทำไมต้องมีการตรวจเลือด

การตรวจเลือดเพียงเล็กน้อยสามารถบอกถึงสถานะของการทำงานของระบบต่างๆ ภายในร่างกาย โดยเฉพาะ ตับไต หัวใจ และปัญหาโรคทางพันธุกรรม เช่น ถ้ามีระดับน้ำตาลกลูโคสสูงเกินค่าปกติ อาจเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน หรือ พบลักษณะผิดปกติของฮีโมโกลบิน อาจเสี่ยงต่อโรคธาลัสซีเมียได้ เป็นต้น

● ประโยชน์ของการตรวจเลือด

① **ตรวจเพื่อบ่งชี้สถานะสุขภาพของร่างกาย** (Reference individual) เป็นการตรวจเพื่อดูความพร้อม และติดตามสุขภาพ โดยตรวจทุกปี นำไปเป็นค่าอ้างอิงของความสมบูรณ์ของร่างกาย เพื่อการเปรียบเทียบในแต่ละปี และเมื่อมีความผิดปกติ หรือความเสี่ยงของโรค ก็จะทราบได้เร็ว และสามารถติดตามการดำเนินของโรคเพื่อการป้องกันและรักษาสุขภาพก่อนที่จะลุกลามต่อไป

② **ตรวจคัดกรอง** (Screening) เป็นการตรวจเพื่อค้นหาเกี่ยวกับความผิดปกติต่างๆ ที่มีได้แสดงอาการปรากฏให้เห็นชัดเจน เช่น การตรวจน้ำตาลกลูโคส เพื่อการคัดกรองหาภาวะเสี่ยงกับโรคเบาหวาน เป็นต้น

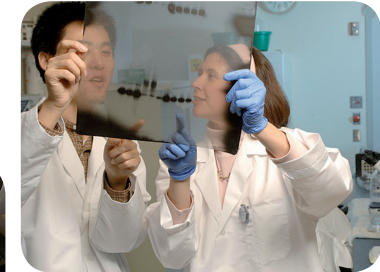
③ **ตรวจเพื่อการวินิจฉัยโรค** (Diagnosis) เป็นการตรวจเพื่อช่วยยืนยัน อาจทำต่อจากการตรวจคัดกรอง และสรุปสาเหตุการ เช่น การตรวจพบเชื้อไวรัสบีในเลือด สามารถยืนยันการติดเชื้อหรือเป็นพาหะของไวรัส



ดับอีกเสบปีได้ในเวลานั้นๆ เป็นต้น

④ **ตรวจเพื่อติดตามผลการรักษา** (Monitoring) เป็นการตรวจเพื่อประเมินการรักษาว่าดีขึ้นหรือไม่ เช่น ตรวจดูจำนวนของเม็ดเลือดขาวในเลือดภายหลังการฉายาเคมีบำบัด เป็นต้น

⑤ **พยากรณ์โรค** (Prognosis) โดยใช้หลักทางสถิติช่วยในการสังเกตและดูแลรักษาผู้ป่วย และมีการบันทึก (evidence base) เป็นแนวปฏิบัติ เช่น พบว่าปริมาณเม็ดเลือดขาวต่ำ อาจเสี่ยงต่อการติดเชื้อสูง



● ข้อดีที่สำคัญ และเกี่ยวข้องกับการตรวจวิเคราะห์

การตรวจเลือดเพียงอย่างเดียว อาจไม่สามารถบอกโรคที่แอบแฝงได้หมดเพราะปัจจัยที่สำคัญและเกี่ยวข้องกับการตรวจวิเคราะห์ คือ

① **ความไวของวิธีการตรวจ** (Sensitivity) ความไวของวิธีการตรวจมีความสำคัญที่จะบอกว่าวิธีการที่ตรวจจับสารที่สงสัยในปริมาณน้อยๆ ได้หรือไม่ และบ่งชี้ถึงความผิดปกติได้ในระยะเริ่มแรกได้หรือไม่ (Early detection) ซึ่งความไวขึ้นอยู่กับปัจจัยอย่างน้อย 2 ประการ คือ

● **เครื่องมือหรือหลักการที่ใช้** มีความไวหรือสามารถตรวจพบสารสงสัยแม้มีปริมาณน้อย เช่น การตรวจหาเชื้อไวรัสตับอักเสบบี โดยวิธีของทางอิมมูโนวิทยา (Antigen-Antibody Reaction) มีความไวมากกว่า วิธีหลักของการเกาะกลุ่ม (Agglutination reaction) เป็นต้น