****

**นิ่วทอนซิล ไม่อันตรายแต่ไม่ควรละเลย**

การทำความสะอาดช่องปากเป็นอีกหนึ่งสิ่งที่ทุกคนควรให้ความสำคัญ หากไม่ได้รับการดูแลอาจมีเศษอาหารติดอยู่บริเวณซอกหลืบของต่อมทอนซิลจนเกิดการรวมตัวของแบคทีเรียและเชื้อรา สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้จะค่อย ๆ จับตัวกันเป็นก้อนแข็งที่เรียกว่า "นิ่ว" บริเวณต่อมทอนซิล ทำให้เกิดปัญหามีกลิ่นปาก เกิดการระคายเคือง เจ็บคอ ไอเรื้อรังหรือทำให้ต่อมทอนซิลบวมได้

**นายแพทย์ณัฐพงศ์ วงศ์วิวัฒน์ รองอธิบดีกรมการแพทย์** กล่าวว่า นิ่วทอนซิลเกิดขึ้นได้ในคนทั่วไป โดยเฉพาะในผู้ที่มีปัญหาทอนซิลอักเสบหลายครั้งมีความเสี่ยงสูง เนื่องจากการติดเชื้อของทอนซิลทำให้เกิดการสร้างเนื้อเยื่อส่วนเกินมากขึ้น และเนื้อเยื่อเหล่านี้อาจก่อตัวเป็นซอกและร่องในต่อมทอนซิล จึงทำให้เซลล์ที่ตายแล้ว น้ำลายและเศษอาหาร ต่าง ๆ ติดอยู่จนเกิดการรวมตัวของแบคทีเรียและเชื้อรา สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้จะค่อย ๆ จับตัวกันเป็นก้อนแข็งที่เรียกว่านิ่ว โดยนิ่วทอนซิลเกิดขึ้นได้ทุกบริเวณของต่อมทอนซิล มีลักษณะเป็นก้อนสีเหลืองหรือสีขาวขนาดเท่ากับเมล็ดถั่ว โดยไม่ก่อให้เกิดภาวะแทรกซ้อนที่เป็นอันตรายแต่อาจทำให้เกิดกลิ่นปาก เกิดการระคายเคือง เจ็บคอ ไอเรื้อรังหรือทำให้ ต่อมทอนซิลบวม หรือเจ็บบริเวณหู ซึ่งเป็นผลจากการอักเสบของทางเดินประสาทร่วมระหว่างหูและต่อมทอนซิลได้

## แพทย์หญิงกัลยาณี วิทยเจียกขจร นายแพทย์ชำนาญการ กลุ่มศูนย์การแพทย์เฉพาะทางด้านโสต ศอ นาสิก โรงพยาบาลราชวิถี 2 (รังสิต) กล่าวเสริมว่า สำหรับการวินิจฉัยนิ่วทอนซิลแพทย์จะวินิจฉัยโดยการใช้เครื่องมือตรวจที่ ช่องคอหรือบางกรณีอาจใช้ภาพเอกซเรย์หรือภาพเอกซเรย์คอมพิวเตอร์เพื่อยืนยันผลการวินิจฉัย ซึ่งปกติแล้วผู้ป่วยไม่จำเป็นต้องเข้ารับการรักษาใด ๆ หากอาการไม่รุนแรง แต่หากนิ่วทอนซิลมีขนาดใหญ่หรือมีอาการต่าง ๆ เช่น เจ็บคอ มีกลิ่นปากมาก ต่อมทอนซิลบวมอักเสบ หรือปัญหาในการกลืนอาหาร ผู้ป่วยอาจจำเป็นต้องเข้ารับการรักษา สำหรับการรักษานิ่วทอนซิลสามารถทำได้หลายวิธี ขึ้นอยู่กับการประเมินของแพทย์และระดับความรุนแรงที่เกิดขึ้น เช่น ในกรณีที่มีนิ่วทอนซิลขนาดเล็กสามารถกลั้วคอบ้วนน้ำเกลืออุ่น ๆ หรือใช้คอตตอนบัดก้านสำลีเขี่ยออกได้ แต่ถ้ามีขนาดปานกลางถึงใหญ่ อาจจะต้องทำการผ่าตัดต่อมทอนซิลเพื่อกำจัดเนื้อเยื่อบริเวณที่มีนิ่วออกไป สำหรับวิธีป้องกันไม่ให้เกิดนิ่วทอนซิลนั้น ทำได้โดยการดูแลช่องปากให้สะอาดอยู่เสมอบ้วนปากด้วยน้ำเกลือหรือน้ำยาบ้วนปาก วิธีนี้จะช่วยลดการก่อตัวของนิ่วและกลิ่นปาก ดื่มน้ำในปริมาณที่เหมาะสม พักผ่อนให้เพียงพอ เพื่อป้องกันการเกิดต่อมทอนซิลอักเสบ หรือหากพบ สิ่งผิดปกติของต่อมทอนซิลควรรีบเข้าพบแพทย์ไม่ควรใช้เครื่องมือเอาออกเองอาจส่งผลให้เกิดการติดเชื้อหรือทำให้เลือดออกได้

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

#กรมการแพทย์ #โรงพยาบาลราชวิถี2(รังสิต) #นิ่วทอนซิล

-ขอขอบคุณ -

19 มิถุนายน 2566