

# อาการของโรค

โรคน้ำกัดเท้าเกิดจากการระคายเคือง มีลักษณะโรคหลายชนิด ทั้งการอักเสบ ระคายเคือง และติดเชื้อ ขึ้นกับช่วงเวลาความถี่ที่โดนน้ำ ผิวหนังที่แช่น้ำนานๆ เซลล์ผิวหนังจะอูมน้ำบวมและเปื่อยฉีกขาดได้ โดยเฉพาะบริเวณที่มีการเสียดสี เช่น ง่ามนิ้วเท้า

## ระยะที่ 1



ช่วง 1 - 3 วันแรก ผิวหนังเปื่อยเมื่อแช่น้ำ ผิวหนังแดง คัน แสบ ผิวหนังมีอาการระคายเคือง และลอกบางๆ

## ระยะที่ 2



ช่วง 3 - 10 วัน อาจมีการติดเชื้อแบคทีเรีย อาจติดเชื้อรา ผิวหนังจะเปื่อยมีรอยฉีกขาด มีอาการแดง บวม ปวดเจ็บ มีหนอง หรือน้ำเหลืองซึม เป็นการติดเชื้อแบคทีเรีย มากกว่าเชื้อรา

## ระยะที่ 3



ช่วง 10 - 20 วัน ถ้าแช่น้ำต่อเนื่อง ผิวหนังแดง คัน มีขุยขาว เปื่อย เหม็น ผิวหนังจะเปื่อยเป็นสีขาว เป็นขุยหรือลอกบาง เป็นสีแดง ผื่นเปื่อยเหม็น เป็นการติดเชื้อรา

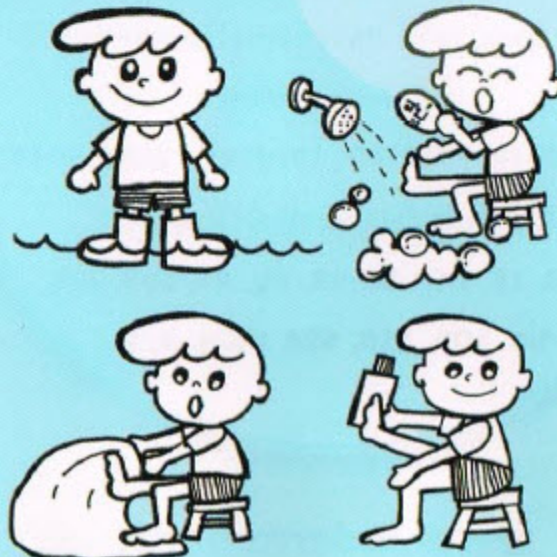
# แนวทางการดูแล

## ผู้ป่วยน้ำกัดเท้า

1. หลีกเลี่ยงการแช่เท้าในน้ำนานๆ



2. ถ้าเลี่ยงไม่ได้ต้องสวมผ้าสำหรับใส่รองเท้าบูท เมื่อขึ้นจากน้ำให้ล้างเท้าด้วยน้ำสบู่ หรือแช่เท้าด้วยน้ำผสมด่างทับทิม 2-3 เกล็ดต่อน้ำปริมาณพอสมควร ตั้งเกدنน้ำจะเป็นสีชมพูอ่อน แช่ประมาณ 15 นาที แล้วเช็ดให้แห้ง **ข้อควรระวัง** น้ำด่างทับทิมที่เข้มข้นมากเกินไป อาจทำให้เกิดการแพ้หรือระคายเคืองได้



3. ถ้ามีผื่นแดงเล็กน้อยคัน, แสบ (ภาพที่ 1) ควรทายากลุ่มสเตียรอยด์ เช่น 0.02% Triamcinolone cream วันละสองครั้งจนผื่นหาย ถ้ามีรอยถลอกหรือฉีกขาดควรทายาฆ่าเชื้อแบคทีเรียร่วมด้วย



4. ถ้ามีผื่นและมีรอยเปื่อยฉีกขาดของผิว มีอาการบวมแดง ปวดเจ็บ หรือมีหนอง (ภาพที่ 2) เป็นอาการติดเชื้อแบคทีเรียที่รุนแรงขึ้น ควรพบแพทย์เพื่อรับประทานหรือฉีดยาฆ่าเชื้อโรค ไม่ควรซื้อยารับประทานเอง



5. ถ้าเท้าแช่น้ำนานหลายสัปดาห์ ต่อเนื่องหรือนิ้วเท้าเกยหรือขีดกันมากเกินไป ทำให้อาจติดเชื้อราที่ง่ามนิ้วเท้าเกิดเป็นผื่นขุยเปียกขาวควรใช้ยาทารักษาเชื้อรา เช่น จีฟิงวิทฟีล (Whiteld's ointment) คีโตโคนาโซลครีม (Ketoconazole cream) หรือ โคลไทรมาโซลครีม (Clotrimazole cream)



6. ถ้ามีบาดแผลควรทำแผลและทายาฆ่าเชื้อโรค เช่น เบตาดีน (Betadine)





7. ระวังการตัดเล็บเท้าเพราะอาจเกิดบาดแผลเป็นทางเข้าของเชื้อโรค

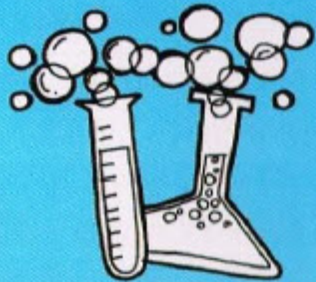
8. การดูแลทั่วไปในภาวะน้ำท่วม เช่น.....



กินอาหารและดื่มน้ำที่สะอาด



สวมเสื้อผ้ามิดชิด  
ระวังแมลงกัด



ถ้าอยู่ใกล้แหล่ง  
อุตสาหกรรม  
ระวังน้ำปนเปื้อน  
สารเคมี



ระวังไฟฟ้าดูด

**ระวัง**  
โรคระบาด  
ที่มากับน้ำท่วม

เช่น โรคอุจจาระร่วง,  
โรคไข้เลือดออก, โรคฉี่หนู  
หรือโรคเลปโตสไปโรซิส  
ดังนั้น ถ้ามีอาการผิดปกติ  
เช่น มีไข้ให้รีบไปพบแพทย์

งานสุขศึกษาและเผยแพร่  
สถาบันโรคผิวหนัง

420/7 ถนนราชวิถี แขวงทุ่งพญาไท เขตราชเทวี  
กรุงเทพฯ 10400

โทร. 0 2354 8036-40 โทรสาร: 0 2354 8042

รถประจำทางที่ผ่านหน้าสถาบันโรคผิวหนัง

สาย 8, 12, 14, 18, 28, 92, 97, 108, 116,  
ปอ. 509, 510, 524 ปอ.พ. 4, 8

[www.inderm.go.th](http://www.inderm.go.th)

**รู้ทัน**  
โรคน้ำกัดเท้า



สถาบันโรคผิวหนัง

กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข