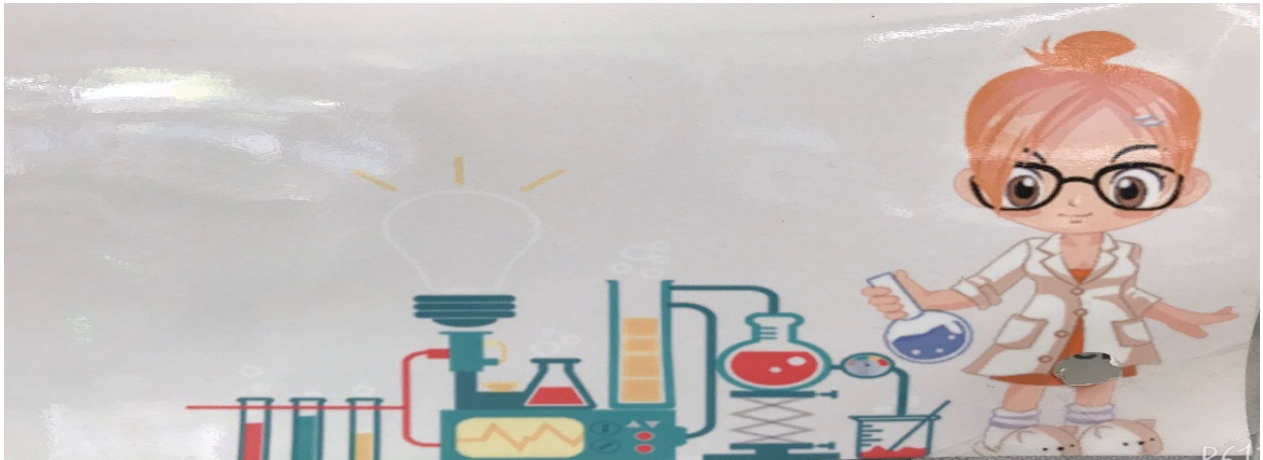


ความรู้เรื่อง

เจาะเลือดต้องเตรียมตัว

อย่างไร ?



ผู้จัดทำ

นางศศิธร สิงพรหมวงศ์ นาง สิริกร ชมบุญเรือง นางณัชชา หิริโอดัปะ

กลุ่มงานคลินิกห้องปฏิบัติการเวชศาสตร์ชั้นสูง

สถาบันพัฒนาสุขภาพระดับเขตเมือง

## เตรียมพร้อมก่อนรับการตรวจเลือด

การตรวจเลือด (Blood Tests) เป็นการนำตัวอย่างเลือดไปตรวจวิเคราะห์ทางห้องปฏิบัติการที่มีประโยชน์ทางการแพทย์หลายด้าน การตรวจเลือดแบ่งได้หลายประเภทตามวัตถุประสงค์ที่แพทย์สั่งตรวจ



การตรวจเลือดที่นิยมทำกันทั่วไป ได้แก่

- การตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด (Complete Blood Count: CBC) เป็นวิธีที่ใช้นำมาใช้ตรวจเลือดบ่อย และเป็นส่วนหนึ่งในการตรวจเช็คสุขภาพทั่วไป ซึ่งจะช่วยค้นหาโรคหรือความผิดปกติในเบื้องต้นได้ เช่น การติดเชื้อ [โรคโลหิตจาง](#) มะเร็งเม็ดเลือด หรือความบกพร่องของระบบภูมิคุ้มกัน การตรวจด้วยวิธีนี้จะตรวจดูความผิดปกติของเลือด ทั้งเซลล์เม็ดเลือดแดง เซลล์เม็ดเลือดขาว เกล็ดเลือด ฮีมาโทคริต ฮีโมโกลบิน
- การตรวจสารเคมีในเลือด (Blood Chemistry Tests/The Basic Metabolic Panel: BMP) เป็นการทดสอบสารเคมีในเลือดที่ตรวจได้จากพลาสมา ซึ่งจะช่วยให้แพทย์ทราบข้อมูลการทำงานของกล้ามเนื้อ กระจก และอวัยวะอื่น ๆ รวมถึงค่าเกลือแร่ต่าง ๆ ในร่างกาย ซึ่งการทดสอบสารเคมีในเลือดบางชนิดจำเป็นต้องอดอาหารก่อนการตรวจ เช่น การตรวจระดับน้ำตาลในเลือด

- **การตรวจเอนไซม์ในเลือด (Blood Enzyme Tests)** เป็นการตรวจดูการทำงานของเอนไซม์ในเลือดที่ควบคุมปฏิกิริยาทางเคมีในร่างกาย แต่การตรวจวิธีนี้มักจะเน้นตรวจหาอาการ **หัวใจวาย** และผู้ป่วยที่มีอาการ **เจ็บหน้าอก** จากภาวะกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด โดยดูการทำงานของเอนไซม์ในเลือด โดยเฉพาะโทรโปนิน (Troponin) ครีเอทีน (Creatine) ไคเนส (CK)
- **การตรวจประเมินความเสี่ยงในการเป็นโรคหัวใจ (Blood Tests to Assess Heart Disease Risk)** เป็นการตรวจไลโปโปรตีน (Lipoprotein) ที่มีหน้าที่เป็นตัวนำคอเลสเตอรอลหลายตัวในเลือด เช่น คอเลสเตอรอลรวม คอเลสเตอรอลชนิดเลวหรือ LDL (Low Density Lipoprotein) คอเลสเตอรอลชนิดดีหรือระดับ HDL (High Density Lipoprotein) หรือไตรกลีเซอไรด์ (Triglycerides) จึงทำให้ทราบได้ถึงความเสี่ยงของโรคเส้นเลือดหัวใจตีบ (Coronary Heart Disease: CHD) มากน้อยเท่าใด
- **การตรวจหาลิ่มเลือด (Blood Clotting Tests/Coagulation)** เป็นการตรวจดูโปรตีนในเลือดที่มีผลต่อการแข็งตัวของเลือด ผลการตรวจที่ผิดปกติอาจบ่งบอกได้ถึงความเสี่ยงในการตกเลือด ภาวะเลือดออกง่ายหยุดยาก และตรวจหาภาวะที่มีการเกิดลิ่มเลือดง่ายกว่าปกติ ซึ่งการตรวจชนิดนี้มักใช้ในการติดตามผลการรักษาที่ช่วยลดความเสี่ยงของภาวะลิ่มเลือดอุดตันในหลอดเลือดด้วย
- **การตรวจทางภูมิคุ้มกันวิทยา (Serology)** เป็นการตรวจวิเคราะห์ทางห้องปฏิบัติการหาสารภูมิคุ้มกันหรือแอนติบอดี (Antibody) ที่สร้างขึ้นในเลือดเมื่อได้รับเชื้อหรือสิ่งแปลกปลอมภายนอกที่ก่อให้เกิดอาการป่วย เพื่อช่วยในการวินิจฉัยโรคต่าง ๆ
- **การตรวจและควบคุมระดับยาในเลือด (Therapeutic Drug Levels)** เป็นการตรวจทางห้องปฏิบัติการ เพื่อดูระดับและปริมาณยาที่ใช้รักษาโรคที่พบในเลือดว่าเพียงพอหรือไม่ ซึ่งจะช่วยให้แพทย์วินิจฉัยเกี่ยวกับประสิทธิภาพของการใช้ยาในการรักษาได้ดีขึ้น
- **การตรวจหมู่เลือด (Blood Type Tests)** เป็นการทดสอบความเข้ากันได้และความเหมาะสมของเลือดก่อนการให้เลือดแก่ผู้อื่น (Blood Transfusion) โดยดูจากแอนติบอดีที่ปรากฏบนผิวเม็ดเลือดแดง ซึ่งมีลักษณะจำเพาะในแต่ละหมู่เลือดและสามารถถ่ายทอดทางพันธุกรรมได้ การตรวจหาหมู่เลือดที่สำคัญ ได้แก่ หมู่เลือดระบบเอบีโอ (ABO) และหมู่เลือดระบบอาร์เอช (Rh)
- **การตรวจการทำงานของฮอร์โมน (Hormone Testing)** เป็นการตรวจวัดระดับปริมาณฮอร์โมนในกระแสเลือดที่เกี่ยวข้องกับการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกาย เช่น ฮอร์โมนสืบพันธุ์ ฮอร์โมนของต่อมไทรอยด์ ฮอร์โมนที่หลั่งจากต่อมหมวกไต ฮอร์โมนจากต่อมใต้สมอง

## วัตถุประสงค์ในการตรวจเลือด

การตรวจเลือดเป็นการตรวจทางการแพทย์ที่ใช้บ่อย และมีวัตถุประสงค์ในการตรวจที่หลากหลายกรณีตามดุลยพินิจของแพทย์ การตรวจเลือดอาจเป็นส่วนหนึ่งในการตรวจสุขภาพทั่วไป เพื่อดูการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ภายในร่างกาย หรือเป็นการตรวจตามปัจจัยเสี่ยงของสุขภาพแต่ละบุคคล ซึ่งจะช่วยให้แพทย์วินิจฉัยโรคหรือสภาวะบางอย่างของร่างกาย เช่น โรคมะเร็ง **โรคเบาหวาน** คัดกรอง **โรคทางพันธุกรรม** บางโรค ภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่องหรือโรคเอดส์ ความเสี่ยงต่อโรคหัวใจ การติดเชื้อ

นอกจากนี้ แพทย์ยังใช้การตรวจเลือดอีกหลายวัตถุประสงค์ เช่น ใช้ติดตามผลของตัวยาที่ใช้ในการรักษาโรคหรือดูสภาวะความผิดปกติที่เกิดขึ้นกับร่างกายว่าดีขึ้นหรือไม่ ใช้ตรวจสอบหมู่เลือดก่อนการให้เลือด หรือแม้แต่ตรวจดูการแข็งตัวของเลือด ดังนั้น วัตถุประสงค์ของการตรวจเลือดจึงมีแตกต่างกันออกไป

## ขั้นตอนในการตรวจเลือด

ในการเข้ารับบริการตรวจเลือด แพทย์จะมีการสอบถามและพูดคุยกับผู้เข้ารับการตรวจในเบื้องต้นเกี่ยวกับประวัติทางการแพทย์ก่อนการส่งตรวจ เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการช่วยประเมินผลหลังจากได้ผลตรวจเลือด การตรวจเลือดในขั้นแรก ผู้เข้ารับการตรวจจะนั่งบนเก้าอี้หรือนอนบนเตียง เจ้าหน้าที่จะใช้สายรัดเหนือหลอดเลือดตรงบริเวณที่จะเจาะ เพื่อช่วยให้เห็นเส้นเลือดได้ชัดเจนขึ้น โดยส่วนมากจะเจาะที่บริเวณข้อพับแขน เพราะเป็นส่วนที่เจาะได้สะดวกและเห็นเส้นเลือดได้ค่อนข้างชัดเจน อย่างไรก็ตามสามารถเจาะบริเวณอื่นได้เช่นกัน สำหรับผู้เข้ารับการตรวจที่เป็นเด็กอาจเจาะบริเวณหลังมือ จากนั้นจึงใช้สำลีชุบแอลกอฮอล์เช็ดฆ่าเชื้อบริเวณที่ต้องการเจาะ รอสักพักจนแห้ง แล้วนำไซริงค์เจาะเพื่อดูดเอาตัวอย่างเลือดตามปริมาณที่ต้องการ ผู้เข้ารับการตรวจอาจรู้สึกคัน เจ็บจี้เล็กน้อยบริเวณที่เจาะ เมื่อได้ปริมาณตัวอย่างเลือดตามต้องการจึงนำเข็มออก ปลดสายรัด ตัดสำลีและพลาสติกยาบริเวณรอยเข็ม เพื่อป้องกันสิ่งสกปรกจากภายนอก ในบางรายอาจมีการขอให้ผู้เข้ารับการตรวจกดบริเวณที่ติดพลาสติกยาไว้ชั่วคราว เพื่อให้เลือดหยุดไหลเร็วขึ้น ทั้งนี้ ปริมาณของตัวอย่างเลือดที่ใช้และรายละเอียดของการตรวจเลือดบางประเภทอาจมีความแตกต่างกันออกไป

## การเตรียมตัวก่อนเจาะเลือด

เพื่อการตรวจวิเคราะห์ทางห้องปฏิบัติการมีความถูกต้อง และการรักษาที่มีประสิทธิภาพ ผู้รับบริการควรปฏิบัติตัวก่อนเจาะเลือด ดังนี้

**๑ การตรวจหาระดับน้ำตาลในเลือด (Glucose)** ควรงดอาหาร ยา เครื่องดื่ม ของขบเคี้ยวลูกอมและหมากฝรั่ง ทุกชนิด อย่างน้อย ๘-๑๐ ชั่วโมงยกเว้นน้ำเปล่าสามารถดื่มได้เล็กน้อย

### **- กรณีตรวจสุขภาพ**

งดดื่มสุราตลอดสัปดาห์ก่อนไปเจาะเลือด โดยเฉพาะในวันก่อนการตรวจเลือด ต้องงดอาหาร น้ำชา กาแฟ สุราสิ่งมีเ็นมาทุกชนิด อย่างน้อย ๘-๑๐ ชั่วโมงก่อนการเจาะเลือด เพื่อให้อาหารและสิ่งตกค้างส่วนเกินต่างๆ ในเลือดได้ถูกใช้หรือขับออกจากกระแสเลือดซึ่งเป็นภาวะที่จะได้ผลการตรวจที่จะสามารถชี้ถึงสภาพสมดุขณ์ต่างๆ ได้แม่นยำถูกต้องมากที่สุด ดังนั้นแพทย์มักจะแนะนำให้เริ่มงดอาหารตั้งแต่ ช่วง ๒ ทุ่มไปจนถึงเวลาเจาะเลือดในช่วงเช้า (แน่นอนต้องงดอาหารเข้าจนกว่าจะได้รับการเจาะเลือดเสร็จเรียบร้อยก่อน) สามารถดื่มน้ำเปล่าได้เล็กน้อย เมื่อมีอาการคอแห้งและกระหายน้ำ

**๒ การตรวจหาระดับไขมันในเลือด (Lipid Profile)** ควรงดอาหาร เครื่องดื่ม เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ของขบเคี้ยว ลูกอม และหมากฝรั่งทุกชนิด อย่างน้อย ๑๐-๑๒ ชั่วโมง

- กรณีตรวจภาวะน้ำตาลและไขมัน

งดอาหาร น้ำชา กาแฟ อย่างน้อย ๘-๑๐ ชั่วโมงก่อนการเจาะเลือด สามารถดื่มน้ำเปล่าได้เล็กน้อย เมื่อมีอาการ คอแห้งและกระหายน้ำ

**๓ การเจาะเลือดตรวจหาสารอื่นๆ** ให้ปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์

- ควรนอนพักก่อนให้เพียงพอก่อนมาเจาะเลือด

- ควรใส่เสื้อที่สวมสบาย แขนสั้น ง่ายสำหรับการเจาะเลือดบริเวณข้อพับแขน

- หลังการเจาะเลือดแล้ว ควรกดแผลที่เจาะเลือดไว้ ประมาณ ๕-๑๐ นาที เมื่อเลือดหยุดไหลแล้วค่อยดึงสำลีที่ปิด แผลออกได้

### การปฏิบัติตัวหลังเจาะเลือด

● หากมีอาการหน้ามืด วิงเวียนควรแจ้งให้เจ้าหน้าที่ทราบ และนั่งพักสักครู่ ไม่ควรลุกขึ้นทันที

● หากมีอาการเขียวช้ำบริเวณที่เจาะเลือด ให้ใช้ผ้าชุบน้ำเย็นประคบในวันแรกเพื่อบรรเทาอาการ และใช้ผ้าชุบน้ำอุ่นประคบในวันต่อมา เพื่อให้หายจากอาการเขียวเร็วขึ้น

ทั้งนี้อาการเขียวช้ำเกิดจากที่มีเลือดซึมใต้ผิวหนัง ซึ่งอาจเกิดได้จากการที่เลือดยังไม่หยุดไหลดีหลังการเจาะเลือด อาการเขียวช้ำภายหลังจากการเจาะเลือดนี้ อาจเกิดขึ้นจากสาเหตุต่างๆกัน เช่น

- การไม่กดบริเวณที่เจาะเลือด

- การออกแรงมาก เช่น หัวของหนัก

- เส้นเลือดเปราะหรือแตกง่าย

- เส้นเลือดแตกขณะเจาะเลือดซึ่งอาจเกิดจากการเจาะเลือดยาก

## การดูแลและติดตามผลหลังการตรวจเลือด

ผู้เข้ารับการตรวจสามารถกลับบ้านหรือทำกิจกรรมอื่น ๆ ได้ตามปกติหลังการเจาะเลือด โดยตัวอย่างเลือดจะถูกส่งไปยังห้องปฏิบัติการเพื่อตรวจวิเคราะห์โดยผู้เชี่ยวชาญ ก่อนที่จะถูกส่งกลับมายังแพทย์ผู้ส่งตรวจ โดยระยะเวลาการรอผลตรวจอาจเริ่มตั้งแต่หนึ่งวันไปจนถึงเป็นสัปดาห์ ขึ้นอยู่กับเงื่อนไขแต่ละโรงพยาบาลและการตรวจเลือดแต่ละประเภท จากนั้นแพทย์จึงมีการนัดฟังผลการตรวจเลือดอีกครั้ง ผลการตรวจเลือดจะแสดงถึงสารที่พบในเลือดว่าอยู่ในระดับปกติหรือไม่ หรือมีสิ่งแปลกปลอมปะปนอยู่ด้วย หากพบว่าตัวอย่างเลือดเกิดความผิดปกติ แพทย์จะมีการพูดคุยกับผู้เข้ารับการตรวจเกี่ยวกับผลตรวจเลือดที่ได้ ซึ่งอาจเป็นสัญญาณของโรคหรือความผิดปกติในร่างกายอื่น ๆ

อย่างไรก็ตาม ผลการตรวจเลือดเพียงอย่างเดียวไม่สามารถยืนยันความผิดปกติที่พบหรือโรคบางโรคได้ เพราะมีหลายปัจจัยที่ทำให้ผลตรวจออกมาไม่อยู่ในเกณฑ์ปกติได้ เช่น อาหารที่รับประทาน อยู่ในช่วงมีประจำเดือน การออกกำลังกาย ปริมาณแอลกอฮอล์ที่ดื่ม การใช้ยาบางชนิด จึงจำเป็นต้องมีการตรวจในขั้นตอนต่อไปเพิ่มขึ้นตามดุลยพินิจของแพทย์ หรือตรวจซ้ำอีกครั้ง

## ผลข้างเคียงของการตรวจเลือด

การตรวจเลือดค่อนข้างมีความปลอดภัย และเกิดผลข้างเคียงได้น้อยมาก ส่วนมากอาการที่พบจะเป็นอาการฟกช้ำหรือปวดบริเวณที่มีการเจาะเลือด เนื่องจากแรงกดที่มากและนานหลายนาที แต่อาการจะดีขึ้นและมักหายได้เองหลังจากนั้น

ในบางกรณีก็อาจเกิดบาดแผลหรือการติดเชื้อขึ้นได้เช่นกัน แต่ควรรีบไปพบแพทย์หากบาดแผลเกิดอาการบวมแดงและอักเสบ เพราะอาจเป็นสัญญาณบ่งบอกของการติดเชื้อขึ้น นอกจากนี้ผู้เข้ารับการตรวจเลือดบางรายอาจเป็นลมในระหว่างการตรวจเลือดได้ แต่พบได้น้อยราย หากในระหว่างการตรวจรู้สึกวิงเวียน หน้ามืด ควรแจ้งเจ้าหน้าที่ทราบ ซึ่งอาจแก้ไขได้โดยให้มีการเจาะเลือดในท่านอนแทนการนั่ง เพื่อป้องกันการเป็นลม

## กลุ่มงานคลินิกห้องปฏิบัติการเวชศาสตร์ชั้นสูง

