



# ผู้ที่มีปัญหาใน การแปรผัน ออกซิเจน (2)

อ.วิสุดา แก้วพิลา



# วัตถุประสงค์

- บอกถึงพยาธิสภาพ สาเหตุ การดำเนินโรค การรักษา ของโรค
- สามารถบอกได้ถึง การพยาบาล การดูแลช่วยเหลือ ผู้ป่วยที่มีปัญหาการผันแปร ออกซิเจนได้

# โรคภูมิแพ้

คือโรคที่ร่างกายมีการตอบสนองไวต่อสิ่งเร้าต่างๆ มากกว่าปกติ ทำให้เกิดอาการต่างๆ เช่น ไอ จาม น้ำมูกไหล มีผื่นคัน หอบเสียว ถ่ายเป็นมูกเลือด หอบ ลมพิษ ช็อก หรืออาจเสียชีวิตได้



## ภูมิแพ้ส่งผลต่อระบบทางเดินหายใจระบบทางเดินหายใจ

สาเหตุของโรคภูมิแพ้ของระบบทางเดินหายใจ ส่วนมากเกิดจากสารก่อภูมิแพ้ในอากาศ

1. มีอาการระดับเริ่มต้น คือ น้ำมูกไหล จาม คันจมูก คัดจมูก หรือที่คนทั่วไปมักเรียกว่า การแพ้อากาศ
2. มีอาการรุนแรง เช่น ไอ แน่นหน้าอก มีอาการหอบ ซึ่งเป็นอาการของ
3. ในกรณีเด็กเล็กๆ อาจเกิดจากการแพ้อาหารเช่น นมวัว ไข่ จึงแสดงอาการออกมาทางระบบหายใจได้ เช่น หายใจครืดคราด

## สาเหตุของโรคภูมิแพ้

### กรรมพันธุ์

หากพ่อหรือแม่ ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเป็นโรคภูมิแพ้ ก็มีโอกาที่ลูกจะเป็นโรคภูมิแพ้ได้ประมาณ 20-30% แต่ในกรณีที่พ่อและแม่ป่วยเป็นโรคภูมิแพ้ทั้งคู่ มีโอกาที่ลูกจะเสี่ยงต่อการเป็นโรคภูมิแพ้มากถึง 60-70%

### สิ่งแวดล้อม

สาเหตุมาจากสิ่งแวดล้อมที่ทำให้เกิดสารก่อภูมิแพ้เข้าสู่ร่างกายของเรา สารก่อภูมิแพ้สามารถเข้าสู่ร่างกายได้หลายทาง เช่น การหายใจ, การรับประทานอาหาร หรือแม้แต่การสัมผัสสารก่อภูมิแพ้ เป็นต้น เมื่อร่างกายทำปฏิกิริยากับสารก่อภูมิแพ้ ก็จะค่อยๆ แสดงอาการของโรคภูมิแพ้ออกมา



- สารก่อภูมิแพ้ที่เข้าสู่ร่างกายผ่านการหายใจ
  - ไรฝุ่น
  - ละอองเกสร
  - สปอร์ของเชื้อรา
  - ขนสัตว์
  - ฝุ่นควันหรือมลภาวะทางอากาศ
  - อากาศเปลี่ยนแปลง เช่น ฝนตก เป็นต้น
  - น้ำหอมหรือสเปรย์ปรับอากาศ



# อาการของโรคภูมิแพ้

1. มีอาการคัดจมูก น้ำมูกไหล จาม
2. มีอาการไอ แน่นหน้าอก หายใจมีเสียงหวีด โรคหอบหืด
3. คันตา เคืองตา แสบตา น้ำตาไหล ตาแดง
4. มีอาการบวมรอบริมฝีปาก
5. แสบคอ น้ำมูกไหลลงคอ หรือมีอาการหือ้อ
6. มีอาการหอบ แน่นหน้าอก หายใจไม่คล่อง หายใจมีเสียงหวีด



# ภาวะแทรกซ้อนจากโรคภูมิแพ้

1. ไช้ส้ส้กเสบ
2. รีดสีดว้จมุก
3. มีอการนอนกรน
4. ปอดอดกั้นเรื้อรัง
5. ผิวหน้ังติดเชื้อ
6. คออักเสบ
7. มีอการไอเรื้อรัง
8. หูชั้นกล้างอักเสบ ปวดหู หรือหูอื้อ





# การรักษา

## 1. การใช้ยารักษา

แพทย์จะทำการวินิจฉัยและพิจารณาในการจ่ายยาให้ผู้ป่วยตามความเหมาะสม ยาที่มักใช้ในการรักษาโรคภูมิแพ้ ได้แก่ ยาลดอาการคัดจมูก, ยาพ่นจมูก เป็นต้น

## 2. การฉีดวัคซีนรักษาโรคภูมิแพ้

สามารถให้ในผู้ใหญ่และเด็กอายุตั้งแต่ 5 ปีเป็นต้นไป วิธีการรักษาด้วยการฉีดวัคซีน คือ การให้สารก่อภูมิแพ้ที่ผู้ป่วยแพ้เข้าไปสู่ร่างกาย โดยเริ่มจากปริมาณเพียงเล็กน้อย ไปจนถึงปริมาณที่มากขึ้น แพทย์จะฉีดสารก่อภูมิแพ้ที่มีการทดสอบ Skin Test แล้วเท่านั้น

## 3. หลีกเลี่ยงสารก่อภูมิแพ้ และสารระคายเคือง

หลีกเลี่ยงสารก่อภูมิแพ้นั้นๆ แต่ในกรณีที่ไม่เคยเป็นโรคภูมิแพ้ อาจจะต้องหมั่นสังเกตอาการเบื้องต้นของตนเอง หากมีอาการผิดปกติตามอาการบ่งชี้ของโรคภูมิแพ้ ให้สันนิษฐานว่าอาจจะแพ้สารก่อภูมิแพ้ และควรหลีกเลี่ยงในครั้งต่อไป

# การปฏิบัติตัวเมื่อเป็นโรคภูมิแพ้

1. หลีกเลี่ยงการสัมผัส สูดดม หรือ การรับประทานอาหาร สารก่อภูมิแพ้
2. ควรรักษาสุขภาพให้แข็งแรง หมั่นออกกำลังกายสม่ำเสมอ
3. ควรนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ อย่างน้อย 8 ชั่วโมง
4. การล้างจมูกด้วยน้ำเกลือเป็นประจำ จะทำให้หายใจได้สะดวกมากยิ่งขึ้น รวมถึงอาการน้ำมูกเรื้อรัง
5. หากต้องรักษาด้วยการรับประทานยา ควรปฏิบัติตามคำแนะนำและรับประทานยาตามที่แพทย์สั่งอย่างเคร่งครัด

# การป้องกันโรคภูมิแพ้

1. ควรทำความสะอาดร่างกาย และสวมใส่เสื้อผ้าที่สะอาด อยู่เสมอ
2. ควรทำความสะอาดที่อยู่อาศัยอยู่เป็นประจำ โดยเฉพาะห้องนอนที่เกิดไรฝุ่นได้ง่าย
3. ควรดูแลรักษาสุขภาพ และออกกำลังกายอยู่เป็นประจำ
4. ควรพักผ่อนให้เพียงพอ อย่างน้อยวันละ 8 ชั่วโมง
5. ควรรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ รับประทานอาหารให้ครบถ้วน
6. ควรงดพฤติกรรมที่ส่งผลเสียต่อร่างกาย เช่น การสูบบุหรี่, การดื่มแอลกอฮอล์ เป็นต้น
7. ควรหลีกเลี่ยงสารเคมีที่มีฤทธิ์เป็นกรด เช่น ปรอท, สเตียรอยด์ เป็นต้น



# ตรวจความเสี่ยงภูมิแพ้ด้วย ALLERGY SKIN PRICK TEST

คือ วิธีการทดสอบภูมิแพ้ต่อสารชนิดต่างๆ ทางผิวหนัง โดยทางแพทย์ผิวหนังจะเป็นผู้ทำการทดสอบภูมิแพ้ด้วยน้ำยาทดสอบภูมิแพ้โดยเฉพาะ ซึ่งการทดสอบนี้จะทำให้ผู้ป่วยทราบได้ว่า ตนเองมีอาการแพ้สารก่อภูมิแพ้ชนิดใดบ้าง ซึ่งวิธีการทดสอบนี้ จะมี 2 วิธี ได้แก่

1. การสะกิดผิวหนัง (Skin Prick Test)
2. การฉีดเข้าใต้ผิวหนัง (Intradermal Test)



# โรคหลอดลมอักเสบ (BRONCHITIS)

สามารถแบ่งเป็นทั้งชนิด

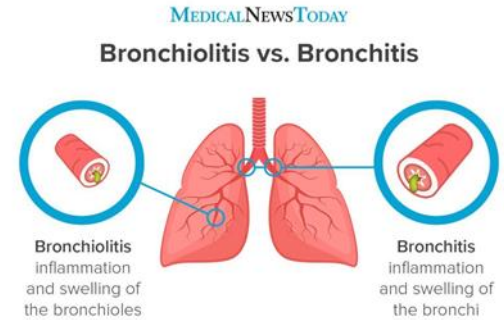
เฉียบพลันและเรื้อรัง เป็นการอักเสบ  
ของหลอดลมใหญ่ หรือหลอดลมคอ  
หรือทั้งหลอดลมใหญ่และหลอดลมคอ  
เนื่องจากมีการระคายเคืองหรือการติด  
เชื้อไวรัสและแบคทีเรียทำให้เยื่อ  
หลอดลมเกิดการอักเสบบวม ทำให้การ  
ไหลผ่านอากาศทำไม่ได้

## สาเหตุ

เกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรีย ไวรัส ไมโครพลาสมา พยาธิ และการระคายเคือง เช่น อากาศเย็น ฝุ่นละออง การสูบบุหรี่ แก๊สชนิดต่างๆ

## พยาธิสภาพ

เริ่มด้วยมีอาการบวมของเยื่อเมือกที่บุหลอดลม และขยายลงไปถึงชั้นใต้เยื่อบุ ทำให้บริเวณชั้นเยื่อบุและชั้นใต้เยื่อบุอักเสบ บวม ขัดขวางการทำงานของcilia ทำให้เกิดเสมหะเกาะค้างอยู่ในหลอดลม



## การประเมินผู้ป่วยโรคหอบหืด

- ชักประวัติ และอาการแพ้
- ตรวจร่างกาย ได้แก่ ฟังเสียงRhonchi
- การตรวจทางห้องปฏิบัติการ และการตรวจพิเศษอื่นๆ เช่น การ

ตรวจเสมหะ CXR

## การรักษา

- เป้าหมายการรักษา เป็นการประคับประครองไม่ให้โรคลุกลาม และป้องกันการติดเชื้อเพิ่มเติม
  - ใช้ยา เช่น ยาบรรเทาอาการไอ ยาขยายหลอดลม ยาปฏิชีวนะ
- ยาลดไข้
- รักษาตามอาการ เช่น การดื่มน้ำให้เพียงพอ พักผ่อน ลดกิจกรรม



## ภาวะแทรกซ้อน

จากการติดเชื้อของหลอดลมจนลามไปที่ปอด ซึ่งมีผลทำให้เกิดปอดอักเสบ (Pneumonia) ได้ อาจกลายเป็นหลอดลมอักเสบชนิดเรื้อรังได้ หรือในกรณีที่เลวร้ายยิ่งขึ้นไปอีกอาจทำให้ผู้ป่วยเป็นโรคถุงลมโป่งพองได้ นอกจากนั้นการเกิดซ้ำของโรคหลอดลมอักเสบในช่วงระยะเวลาเพียงสั้น ๆ อาจนำไปไปสู่การพัฒนาให้เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังได้อีกด้วย





## วิธีป้องกันหลอดลมอักเสบ

โดยทั่วไปหลอดลมอักเสบชนิดเฉียบพลันสามารถหายเองได้ในเวลาอันสั้น โดยที่ผู้ป่วยต้องดูแลรักษาตัวเองอย่างเหมาะสม เช่น พักผ่อนให้เพียงพอ ดื่มน้ำสะอาดให้มาก ๆ หลีกเลี่ยงสาเหตุที่ทำให้ร่างกายมีภูมิต้านทานต่ำลง ได้แก่ ความเครียด นอนหลับพักผ่อนไม่เพียงพอ หรือต้องสัมผัสอากาศที่เย็นมาก ๆ ระวังควันหรือมลพิษที่เป็นโรคซึ่งอาจแพร่เชื้อให้ได้ ควรหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ หลีกเลี่ยงควัน ฝุ่น สารเคมี และสารระคายเคืองต่างๆ รวมไปถึงการป้องกันอื่น ๆ เช่น หมั่นล้างมือให้สะอาดอยู่เสมอ ใส่หน้ากากอนามัยเมื่อมีอาการป่วยเพื่อไม่ให้แพร่เชื้อไปสู่ผู้อื่นได้

# โรคปอดอักเสบ (PNEUMONIA)

เป็นอาการปอดติดเชื้อและ  
เกิดภาวะอักเสบ ทำให้มีอาการ  
เช่น มีไข้ ไอ เจ็บหน้าอก หรือหอบ  
เหนื่อย เป็นต้น โดยอาจเกิดจาก  
เชื้อแบคทีเรีย เชื้อไวรัส เชื้อรา  
หรือพยาธิ หากเกิดการติดเชื้อจาก  
สารเคมีหรือยาบางอย่าง



## อาการ

มีไข้ ไอ เจ็บหน้าอก และหอบเหนื่อย ซึ่งอาการเหล่านี้อาจมีไม่ครบทุกอย่างก็ได้ ส่วนใหญ่มักมีอาการติดเชื้อของทางเดินหายใจส่วนต้น หรือโรคหวัดนำมาก่อน หลังจากนั้นจึงมีอาการไอ และหายใจหอบตามมา ผู้ป่วยบางรายอาจมีอาการปวดศีรษะ อ่อนเพลีย ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ เจ็บคอ ปวดท้อง เบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน รวมอยู่ด้วย



## สาเหตุ

โดยส่วนใหญ่จะเกิดจากเชื้อไวรัส หรือแบคทีเรีย โดยสามารถติดต่อได้จากการหายใจเอาเชื้อที่แพร่กระจายอยู่ในอากาศเข้าไป ประเภทของโรคปอดบวม หรือปอดอักเสบสามารถแบ่งได้จากชนิดของเชื้อโรคที่เป็นสาเหตุ และสถานที่ที่ได้รับการติดเชื้อ ซึ่งสามารถเกิดได้จากสาเหตุหลัก 2 กลุ่ม คือ ปอดบวม ปอดอักเสบที่เกิดจากการติดเชื้อ และที่ไม่ได้เกิดจากการติดเชื้อ ปัจจุบันนิยมจำแนกตามสภาพแวดล้อมที่เกิดปอดบวม ดังนี้

- ปอดอักเสบชุมชน (Community-Acquired Pneumonia ) หมายถึง ปอดอักเสบเนื่องจากการติดเชื้อจุลินทรีย์นอกโรงพยาบาล
- ปอดอักเสบในโรงพยาบาล (Nosocomial Pneumonia หรือ Hospital-Acquired Pneumonia) หมายถึง ปอดอักเสบที่เกิดขึ้นในผู้ป่วย หลังจากรับไว้รักษาตัวในโรงพยาบาลตั้งแต่ 48 ชั่วโมงขึ้นไป ผู้ป่วยประเภทนี้จะมีอาการที่รุนแรง เพราะป่วยเป็นโรคอื่น ๆ อยู่ก่อนแล้ว

## การวินิจฉัย

- ซักถามประวัติ
- ตรวจร่างกาย
- การตรวจทางห้องปฏิบัติการ

เช่น การตรวจเสมหะ ตรวจเลือด

- การตรวจพิเศษ เช่น CXR



## การรักษา

- การรักษาตามอาการทั่วไป การให้ยาลดไข้ ให้สารน้ำทางหลอดเลือดให้ออกซิเจน ตามอาการของผู้ป่วย
- การรักษาปอดบวมที่เกิดจากเชื้อแบคทีเรีย การให้ยาปฏิชีวนะ มักใช้ในผู้ป่วยที่อาการไม่รุนแรง และไม่มีอาการแทรกซ้อน อาจให้การรักษาแบบผู้ป่วยนอก ด้วยยาปฏิชีวนะชนิดรับประทาน
- การรักษาปอดบวมที่เกิดจากเชื้อไวรัส โดยส่วนใหญ่โรคปอดบวมจากเชื้อไวรัสมักหายได้เองภายใน 1-3 สัปดาห์ แต่หากอาการไม่ดีขึ้น อาจมีอาการรุนแรงหรือรุนแรงมาก เกิดภาวะแทรกซ้อนต่างๆ ควรอยู่ในความดูแลของแพทย์อย่างใกล้ชิดและได้รับการรักษาตัวในโรงพยาบาล

## ภาวะแทรกซ้อน

1. ฝีในปอด
2. ติดเชื้อแบคทีเรียในกระแสเลือด
3. มีการสะสมของของเหลวรอบปอด
4. หายใจลำบาก
5. หลอดลมพอง (Bronchiectasis)



## การป้องกัน

การป้องกันสำหรับผู้ที่ยังไม่ติดเชื้อ

1. หลีกเลี่ยงการอยู่ในที่แออัด
2. หลีกเลี่ยงควันไฟ หรือควันบุหรี่
3. ดูแลให้ความอบอุ่นร่างกายอยู่เสมอ โดยใส่เสื้อผ้าหนา ๆ ในเวลา  
ที่อากาศเย็น
4. รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ให้ครบ 5 หมู่ และเพียงพอ
5. แนะนำให้กลุ่มเสี่ยงรับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคปอดบวม



## การป้องกันอาการกำเริบของผู้ป่วย

1. ควรหลีกเลี่ยงการอยู่ในที่แออัด และควรสวมหน้ากากอนามัย เพื่อไม่ให้เกิดการแพร่เชื้อไปยังผู้อื่น
2. ควรอยู่ในสถานที่ที่อากาศถ่ายเทได้สะดวก
3. ควรหมั่นล้างมือให้สะอาดอยู่เสมอ
4. ดูแลรักษาตามอาการ เช่น หากมีไข้สูงควรเช็ดตัว รับประทานยาลดไข้ และดื่มน้ำมาก ๆ



# ฝีในปอด (LUNG ABSCESS)

ฝีในปอดส่วนใหญ่เกิดจากการติดเชื้ออย่างรุนแรง มีการทำลายเนื้อปอดจนเกิดเป็นโพรงขึ้น ภายในโพรงประกอบด้วยเศษเนื้อตาย เลือด หนอง และจุลชีพที่เป็นสาเหตุ แต่บางครั้งฝีในปอดอาจเกิดจากก้อนมะเร็งที่กัดกินเนื้อปอดจนเป็นโพรงแผล



## สาเหตุ

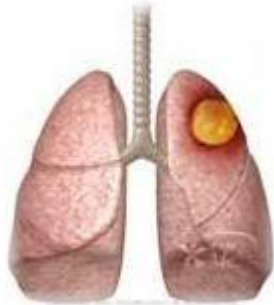
- โดยการสำลัก
- เกิดหลังการเป็นโรคปอดอักเสบรุนแรง
- เกิดจากการติดเชื้อซ้ำในปอดที่พยาธิสภาพอยู่เดิม เช่น มีมะเร็งหลอดลมหรือถุงน้ำ
- เกิดจากฝีที่ตับ หรือฝีในช่องท้องแตกทะลุผ่านกระบังลมเข้าไปในเนื้อปอด
- เกิดจากกระแสเลือดพัดพาสิ่งมีชีวิตที่มีเชื้อเข้ามาติดที่ปอด (Septic emboli)



## อาการ

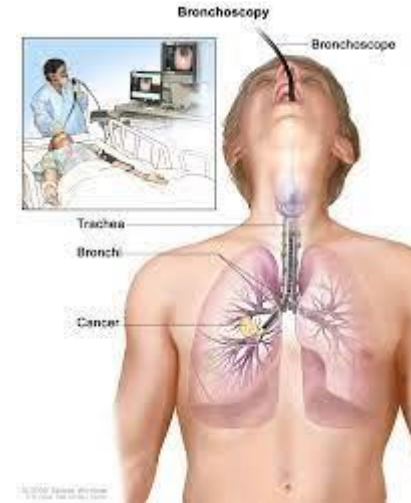
ก่อนจะเกิดฝีในปอดผู้ป่วยจะมีอาการแบบปอดบวมทั่วไปเป็นเวลาประมาณ 1-3 สัปดาห์ เมื่อมีฝีในปอดเกิดขึ้น ผู้ป่วยจะไอมีเสมหะเป็นหนองจำนวนมาก มีกลิ่นเหม็น และบ่อยครั้งที่เสมหะมีเลือดปน ผู้ป่วยจะมีไข้เกือบตลอดเวลา อ่อนเพลีย เหนื่อยง่าย เจ็บหน้าอก

ภาวะแทรกซ้อนที่พบได้บ่อยคือ หลอดลมพอง ฝีแตกเข้าช่องเยื่อหุ้มปอด และเชื้อกระจายเข้ากระแสโลหิตแล้วไปทำให้เกิดเป็นฝีที่อวัยวะอื่น ๆ อีก



## การวินิจฉัย

- ซักประวัติ
- ตรวจร่างกาย
- การตรวจทางห้องปฏิบัติการ และ การตรวจพิเศษ เช่น bronchoscope



## การรักษา

- การให้ยาปฏิชีวนะร่วมกับการระบายหนองออกจากปอด ซึ่งโดยมากใช้วิธีเคาะปอด และให้ยาละลายเสมหะ
- การรักษาตามอาการ และแบบประคับประคอง คือ กระตุ้นการไอ การได้รับน้ำอย่างเพียงพอ
- การผ่าตัด ส่วนใหญ่ใช้รักษาในกรณีที่โพรงหนองมีขนาดใหญ่ มีการติดเชื้อซ้ำๆ ในรายที่สงสัยว่ามีมะเร็งร่วมด้วย

# ภาวะมีหนองในโพรงเยื่อหุ้มปอด (EMPHYEMA)

## สาเหตุ

สาเหตุของโรคนี้ที่มักพบได้บ่อย เช่น  
ปอดอักเสบ วัณโรคปอด มะเร็งปอด ภาวะหัวใจ  
วาย เยื่อหุ้มหัวใจอักเสบ ฝีตับอะมีบา ตับแข็ง  
ตับอ่อนอักเสบ เอสแอลอี โรคปวดข้อรูมา  
ตอยด์ โรคไตเนโฟรติก เมลิออยโดซิส แอน  
แทรกซ์ บรูเซลโลซิส เป็นต้น



## อาการ

อาการที่สำคัญของโรคนี้ คือ เจ็บแปลบเมื่อหายใจแรงๆ แน่นหน้าอก หายใจหอบเหนื่อย อาการอื่นๆ ที่ขึ้นกับสาเหตุของโรค เช่น ไข้ ไอเรื้อรัง เบื่ออาหาร น้ำหนักลด ปวดข้อ ปวดท้อง บวม เป็นต้น ในรายที่เป็นในระยะเริ่มแรกอาจไม่มีอาการแสดงอะไร แต่มักจะตรวจพบโดยบังเอิญจากการตรวจ สุขภาพ





## การวินิจฉัย

แพทย์จะวินิจฉัยโดยการเอกซเรย์ อัลตราซาวด์ เจาะปอด  
นำน้ำหรือหนองจากการตรวจย้อมและ เพาะเชื้อหรือตรวจหา  
เซลล์มะเร็ง อาจจำเป็นต้องเจาะเนื้อเยื่อหุ้มปอดนำไปตรวจชิ้นเนื้อใน  
บางราย ถ้าพบมีหนองมักเป็นจากปอดอักเสบ ถ้าหนองสีเหมือน  
กะปิมักเป็นจากฝีตับอะมีบา ถ้าน้ำเหลือง สีเหมือนฟางข้าวมักมี  
สาเหตุจากวัณโรคปอด หรือมะเร็งปอด หรือถ้าเป็นน้ำเลือดก็แสดง  
ว่าเป็น มะเร็งปอด

## การรักษา

การรักษาขึ้นอยู่กับระยะของโรค หากเป็นระยะเริ่มแรกวิธีการรักษาคือการใส่ท่อระบายหนอง ออก หากสามารถระบายหนองออกได้หมดและอาการผู้ป่วยดีขึ้นไม่จำเป็นต้องทำการผ่าตัดเพียงแต่ต้องให้ยาปฏิชีวนะนานอย่างน้อย 2-4 สัปดาห์

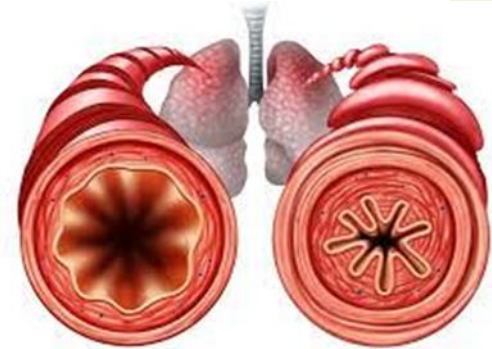


## การดูแล

อธิบายเกี่ยวกับการเจาะปอดให้ผู้ป่วยทราบ ก่อนทำ  
บอกผู้ป่วยให้ทราบ ดูแลให้ออกซิเจน ให้ยาปฏิชีวนะ  
ตามแผนการรักษา กระตุ้นให้ผู้ป่วยหายใจลึกๆ เพื่อช่วย  
ให้ปอดขยายตัว ดูแลทำแผลท่อเจาะปอด ดูว่ามี  
การเคลื่อนขึ้นลงของน้ำในขวดที่เป็น Underwater-seal  
ดูฟองปุดในขวด Water-seal

# โรคหอบหืด (ASTHMA)

เป็นโรคที่เกิดจากการหดตัวหรือตีบตันของระบบทางเดินหายใจ เยื่อบุผนังหลอดลมอักเสบ ทำให้ไวต่อสิ่งกระตุ้น หรือสิ่งแปลกปลอมที่เข้ามาในร่างกายมากกว่าคนปกติ เกิดการหดเกร็งตัวของกล้ามเนื้อบริเวณหลอดลม ทำให้หายใจลำบาก หายใจมีเสียงวี๊ด อากาศเข้าสู่ปอดน้อยลง หายใจไม่อิ่ม มีอาการไอ เจ็บหน้าอก



## สาเหตุ

- พันธุกรรม
- โรคภูมิแพ้
- สารเคมี
- การออกกำลังกาย
- ภาวะทางอารมณ์



## อาการ

- มีปัญหาเรื่องการหายใจ ผู้ป่วยหายใจสั้น หายใจลำบาก หรือหายใจไม่อิ่ม
- มีอาการเจ็บหน้าอก หรือมีอาการแน่นหน้าอก มักจะมาพร้อมกับอาการเหนื่อยหอบ
- หายใจสั้น ช่วงหายใจออกยาว และมีเสียงวี๊ด ช่วงออกนูน ใช้กล้ามเนื้อช่วยหายใจ
- มีปัญหาในการนอนหลับ โดยปัญหามาจากการหายใจลำบาก



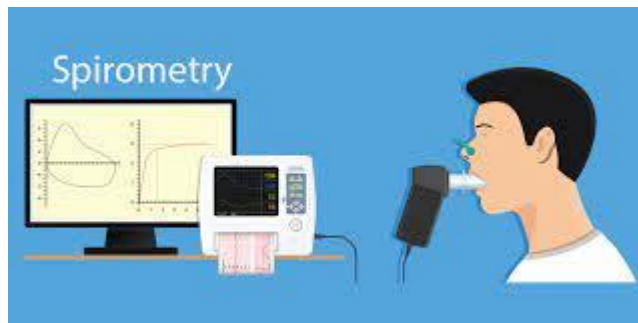
## อาการเร่งด่วนที่ควรพบแพทย์

- อาการหายใจหอบถี่ หรือหายใจลำบากมีเสียง แ่ลงอย่างรวดเร็ว
- พ้นยาแล้วไม่ดีขึ้น
- มีอาการหายใจหอบเมื่อทำกิจกรรมที่ต้องใช้กำลังร่างกายเพียงเล็กน้อย



## การวินิจฉัย

- ซักประวัติ
- ตรวจร่างกาย
- ตรวจสอบสมรรถภาพของปอด โดยใช้ Spirometry หรือ Peak Flow Meter หรือ Bronchial Provocation Test หรือ Pulse Oximetry
- การตรวจทางห้องปฏิบัติการ การตรวจพิเศษ





## ความรุนแรง แบ่งออกเป็นระดับ

- มีอาการนาน ๆ ครั้ง (Intermittent Asthma) มีอาการน้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์ หรือมีอาการกลางคืนน้อยกว่า 2 ครั้ง/เดือน

- มีอาการรุนแรงน้อย (Mild Persistent Asthma) มีอาการมากกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์ หรือมีอาการกลางคืนมากกว่า 2 ครั้ง/เดือน

- มีอาการรุนแรงปานกลาง (Moderate Persistent Asthma) มีอาการเกือบทุกวัน หรือมีอาการกลางคืนมากกว่า 2 ครั้ง/สัปดาห์

- มีอาการรุนแรงมาก (Severe Persistent Asthma) มีอาการตลอดเวลา

# การรักษา

รักษาด้วยยา ยาที่ใช้รักษาหอบหืด จำแนกออกเป็น 2 กลุ่ม คือ

- ยาที่ใช้ควบคุมโรคหืด (Controllers) ต้องใช้เป็นประจำเพื่อการรักษาอาการอักเสบเรื้อรังของหลอดลม ยาที่มีประสิทธิภาพดีที่สุดคือยาคอร์ติโคสเตียรอยด์ชนิดสูด (Inhaled Corticosteroid) และยังมียากลุ่มอื่น ๆ ที่สามารถใช้ได้ เช่น ยาต้านลิวโคไทรอิน (Leukotriene Modifier Antagonist) เป็นต้น
- ยาที่ใช้บรรเทาอาการโรคหืด (Relievers) ใช้เพื่อบรรเทาอาการหอบ จะใช้ยากลุ่มนี้เฉพาะเมื่อมีอาการ ได้แก่ ยาพ่นขยายหลอดลมชนิดเบต้า 2 (Beta2-agonists) มีผลให้กล้ามเนื้อเรียบในหลอดลมคลายตัว

## ภาวะแทรกซ้อน

โดยทั่วไปแล้วโรคหอบหืดจะไม่มีภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรง แต่ในรายที่มีอาการรุนแรงและเรื้อรัง อาจจะมีแบคทีเรียแทรกซ้อนทำให้เป็นไซนัสอักเสบ หรือบางรายถึงกับเป็นเนื้องอกในโพรงจมูก อาการแทรกซ้อนและผลกระทบอื่น ๆ เช่น การได้รับผลข้างเคียงจากการใช้ยารักษาโรคหอบหืดเป็นเวลานาน หรือหลอดลมตีบแคบลงอย่างถาวร ทำให้มีปัญหาในการหายใจ และเกิดผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตด้านอื่น ๆ ตามมา

## วิธีการพ่นยา

1. ถือหลอดยาในแนวตั้ง โดยให้ปากหลอดยาที่มีฝาครอบอยู่ด้านล่าง
2. เขย่าหลอดยาในแนวตั้ง 5 – 10 ครั้ง
3. ต่หลอดยาเข้าช่องเสียบกระบอก
4. ครอบหน้ากากให้คลุมทั้งปากและจมูก
5. กดหลอดยา 1 ครั้ง หายใจตามปกติ นับ 1 – 10 กรณีใช้ยามากกว่า 1 กด รอ 1 นาทีแล้วค่อยกดยาใหม่
6. ถ้ายาพ่นเป็นสเตียรอยด์ (steroid) ควรบ้วนปากด้วยน้ำเปล่าทุกครั้ง หลังพ่นยา ล้างหรือเช็ดผิวหนังบริเวณที่ครอบหน้ากาก



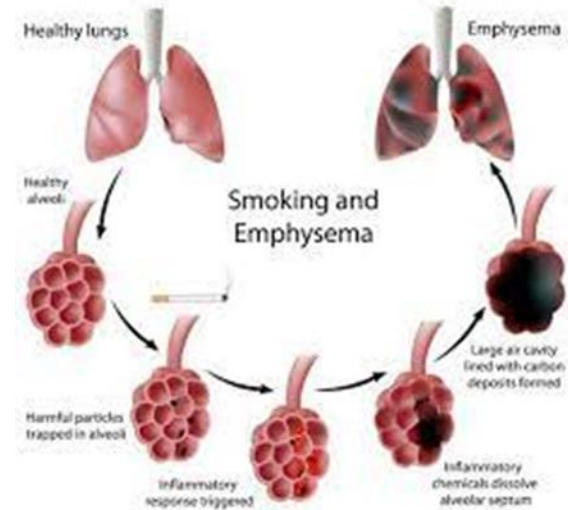
## การป้องกัน

การป้องกันและควบคุมอาการของโรคหอบหืด มีดังนี้

- ตรวจสอบการหายใจ ผู้ป่วยควรสังเกตอาการ หรือสัญญาณเบื้องต้นก่อนที่อาการหอบจะกำเริบ เช่น การไอ หายใจมีเสียง หายใจสั้น ซึ่งจะช่วยให้ผู้ป่วยสังเกตอาการได้ดียิ่งขึ้น
- รับประทานป้องกันไข้หวัดใหญ่ วัคซีนป้องกันปอดบวม เพื่อป้องกันการเกิดโรคเหล่านี้ที่เป็นตัวกระตุ้นอาการของโรคหอบหืด
- หลีกเลี่ยงสิ่งกระตุ้นโรค หลีกเลี่ยงสารก่อภูมิแพ้ต่าง ๆ ที่ได้กล่าวในข้างต้น เพื่อไม่ให้เกิดอาการ หรืออาการกำเริบ
- พบแพทย์และรับการตรวจอย่างสม่ำเสมอ อยู่ในความดูแลของแพทย์อย่างใกล้ชิด ป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อน และเพื่อให้สามารถ- - ควบคุมอาการของโรคให้เป็นปกติ ใช้ยาตามที่แพทย์สั่งเพื่อบรรเทาอาการของโรคให้ผู้ป่วยใช้ชีวิตประจำวันได้อย่างปกติยาวนานที่สุด
- ผู้ป่วยควรได้รับความรู้เบื้องต้น เช่น การใช้ยาให้ถูกต้องและสม่ำเสมอ การใช้อุปกรณ์พ่นยา การดูแลตัวเองอย่างถูกวิธี
- รับประทานอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการอย่างพอเหมาะ รับประทานอาหารที่ช่วยลดการอักเสบ และการอุดตันบริเวณทางเดินหายใจ ได้แก่ ผักผลไม้สด เมล็ดธัญพืช เนื้อปลา ต้มยำสะอาดมาก ๆ

# โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง (COPD )

COPD (Chronic Obstructive Pulmonary Disease) หรือโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง เกิดจากปอดได้รับความเสียหายอย่างเรื้อรังจนก่อให้เกิดปัญหาเกี่ยวกับการหายใจ



## สาเหตุ

- การได้รับสารอันตรายเข้าสู่ร่างกายเป็นเวลานาน

หรืออาจเกิดจากหลายปัจจัยรวมกัน ได้แก่ การสูบบุหรี่

- การสูดดมควัน ฝุ่น หรือสารเคมี
- มลพิษทางอากาศ
- พันธุกรรม ผู้ป่วย COPD บางรายอาจป่วยด้วยโรค

ทางพันธุกรรมหายากจากการขาดอัลฟา 1 (Alpha-1-Antitrypsin Deficiency)



ส่วนปัจจัยเสี่ยงอื่น ๆ ที่อาจทำให้เกิดโรคนี้ ได้แก่

- โรคประจำตัว เช่น ผู้ที่เป็นโรคหอบหืดแล้วสูบบุหรี่
- อายุ COPD จะค่อย ๆ เกิดอาการอย่างช้า ๆ ซึ่งผู้ป่วยส่วนใหญ่มักตรวจพบโรคเมื่ออายุมากขึ้น โดยเฉพาะอายุ 40 ปีขึ้นไป
- เด็กที่คลอดก่อนกำหนด อาจส่งผลให้เกิดการเจริญเติบโตผิดปกติของหลอดลมและเนื้อปอด ซึ่งอาจกลายเป็น COPD ได้ในภายหลัง





## อาการของ

อาการของ COPD พัฒนาอย่างค่อยเป็นค่อยไป  
ไปในเวลาหลายปี ในช่วงแรกอาจไม่มีอาการใด ๆ  
มีอาการเพียงเล็กน้อย โดยอาการของ COPD  
ที่พบได้บ่อย ได้แก่

- หอบ โดยเฉพาะเวลาต้องออกแรงหรือ  
ทำกิจกรรมประจำวัน
- ไอหรือไอเรื้อรัง มีเสมหะเหนียวข้น  
ปริมาณมาก
- หายใจลำบาก มีเสียงหวีดในลำคอ  
ตลอดเวลา
- เกิดการติดเชื้อที่ปอดบ่อย ๆ



## การวินิจฉัย

- ชักประวัติทั่วไป
- ตรวจร่างกายเบื้องต้น
- การตรวจสมรรถภาพปอดโดยใช้สไปโรเมตรี

### (Spirometry)

- การตรวจเอกซเรย์ทรวงอก
- การตรวจเลือด
- การตรวจซีที สแกน
- การตรวจอื่น ๆ เช่น การวัดความเข้มข้นของ

ออกซิเจนในเลือด การตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจ การตรวจหัวใจด้วยคลื่นเสียงความถี่สูง การตรวจเสมหะดูการติดเชื้อ



## การรักษา

- การเลิกสูบบุหรี่
- การหลีกเลี่ยงมลพิษและสารเคมี
- การใช้ยา ได้แก่ ยาขยายหลอดลม แบ่งเป็น 2 ชนิด คือ ยาชนิดออกฤทธิ์สั้น สำหรับรักษาผู้ป่วยที่มีอาการกำเริบเป็นระยะและยาชนิดออกฤทธิ์ยาว ใช้ป้องกันอาการเกี่ยวกับการหายใจที่เกิดเป็นประจำ
- ยาคอร์ติโคสเตียรอยด์
- ยาปฏิชีวนะ
- ยาชนิดอื่น ๆ เช่น ยาทีโอฟิลลีน อาจช่วยให้หายใจได้สะดวกขึ้น และป้องกันการกำเริบของโรค
- การรักษาอื่นๆ ได้แก่ การฟื้นฟูสมรรถภาพปอด การบำบัดด้วยออกซิเจน การผ่าตัด เป็นต้น

## ความรุนแรง

ระดับ 1 ไม่รุนแรง ไม่สามารถสังเกตอาการได้อย่างชัดเจน

ระดับ 2 ปานกลาง อาการของโรคเริ่มสังเกตเห็นได้

ระดับ 3 รุนแรง อาการของโรคเกิดขึ้นถี่มากขึ้น บางครั้งอาจกำเริบ  
จับปล้นและรุนแรงเป็นระยะ ทำให้ผู้ป่วยทำกิจกรรมปกติได้ลำบาก

ระดับ 4 รุนแรงมาก อาการที่เป็นอยู่รุนแรงจนไม่สามารถทำกิจกรรม  
ในชีวิตประจำวันได้ อาจเกิดภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ

# ภาวะแทรกซ้อน

- ภาวะความดันโลหิตเลือดปอดสูง
- การติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจ
- โรคหัวใจ
- โรคกระดูกพรุน
- ภาวะโพรงเยื่อหุ้มปอดมีอากาศ หรือโรคปอดแตก
- มะเร็งปอด
- โรคซึมเศร้า



# การป้องกัน

การป้องกัน COPD อาจทำได้เฉพาะบางสาเหตุ เพราะปัจจัยบางอย่างไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ การทราบประวัติด้านสุขภาพของตนเองและครอบครัวจะช่วยหลีกเลี่ยงปัจจัยกระตุ้นและลดความเสี่ยงในการเกิดโรคได้ รวมทั้งการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ชีวิต ดังนี้

- ไม่สูบบุหรี่ เลิกบุหรี่ และหลีกเลี่ยงการรับควันบุหรี่มือสอง บุหรี่หรือยาสูบทุกชนิดล้วนประกอบด้วยสารเคมีที่เป็นอันตรายต่อระบบทางเดินหายใจ และเป็นสาเหตุหลักของโรคนี้ การใช้สารเหล่านี้เป็นเวลานานจะเร่งให้เกิดโรคขึ้นมาได้ โดยเฉพาะผู้ที่มีความเสี่ยงเกิดโรคนี้สูง เช่น ผู้สูงอายุ ผู้ที่เป็นโรคพันธุกรรมจากการขาดโปรตีนอัลฟา 1 หรือผู้ที่เป็นโรคหืด
- หลีกเลี่ยงมลพิษทางอากาศ การสูดดมอากาศที่ปนเปื้อนสารเคมี ฝุ่นละออง หรือสารใด ๆ ในปริมาณมากสามารถสร้างความระคายเคืองแก่ระบบทางเดินหายใจและอาจก่อปัญหาสุขภาพตามมาได้ จึงควรสวมอุปกรณ์ป้องกันหรือหลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่ที่มีมลพิษทางอากาศสูงเป็นเวลานาน

THANK  
YOU

