

เจ็บคอ.....จะแยแล้ว (ตอนที่ 1)

รศ. นพ. ปารยะ อาศนะเสน
สาขาวิชาโรคจมูกและโรคภูมิแพ้
ภาควิชาโสต นาสิก ลาริงซ์วิทยา
Faculty of Medicine Siriraj Hospital
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

เจ็บคอ เป็นอาการที่ผู้ป่วยเจ็บ หรือรู้สึกระคายเคืองในลำคอ อาการดังกล่าวมักจะเป็นมากขึ้นเวลากลืน เนื่องจากการอักเสบของเนื้อเยื่อลำคอ เช่น ผนังช่องคอ, ต่อมทอนซิล, เพดานอ่อน, โคนลิ้น, กล่องเสียง ส่วนใหญ่มักเกิดจากการติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจ แต่บ่อยครั้งเกิดจากการอักเสบที่ไม่ได้เกิดจากการติดเชื้อ

อาการ และอาการแสดง

อาการ และอาการแสดง ของ “เจ็บคอ” อาจแตกต่างกันผู้ป่วยแต่ละราย ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสาเหตุได้แก่

- เจ็บ แสบ หรือรู้สึกระคายเคืองในลำคอ อาการดังกล่าวนี้ มักจะเป็นมากขึ้นเวลากลืน หรือพูด
- กลืนลำบาก, รู้สึกว่าคอแห้ง, เสียงอาจเปลี่ยน อาจมีอาการปวดร้าวไปหู
- เด็ก อาจไม่ยอมรับประทานน้ำ หรืออาหาร
- เยื่อในลำคอมีสีแดง อาจมีตุ่มแดงของเนื้อเยื่อที่คอตเป็นจุดๆ, ต่อมทอนซิล บวม โต และแดง อาจมีจุดหนองสีขาวเหลือง หรือฝ้าขาวอยู่บนต่อมทอนซิล อาจมีต่อมน้ำเหลืองที่คอ โต และเจ็บ

อาการเจ็บคอ อาจเกิดร่วมกับอาการอื่นๆได้เช่น ถ้าผู้ป่วยมีการติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจ ผู้ป่วยอาจมีไข้ บางครั้งหนาวสั่น ไอ ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามเนื้อตัว ปวดร้าวไปหู เสียงแหบ มีน้ำมูกใสๆ คัดจมูก คัน จาม มีเสมหะ มีกลิ่นปาก เยื่อบุตาอักเสบแดง ปวดท้อง และท้องเสีย มีอาการคลื่นไส้ อาเจียน

สาเหตุของอาการเจ็บคอ อาจแบ่งได้เป็น

- สาเหตุจากการติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจ พบได้บ่อยทั้งจากเชื้อไวรัสเช่น จากโรคหวัด, โรคไข้หวัดใหญ่, โรคคออักเสบ, โรคกล่องเสียงอักเสบ, โรคหลอดลมอักเสบ และจากเชื้อแบคทีเรียเช่น โรคต่อมทอนซิลอักเสบ, โรคฝีรอบต่อมทอนซิล, โรคฝาปิดกล่องเสียงอักเสบ, โรคไซนัสอักเสบ, โรคคอติบ โรคคออักเสบจากการติดเชื้อ เป็นสาเหตุของอาการเจ็บคอที่พบได้บ่อยที่สุด

- สาเหตุจากการอักเสบที่ไม่ได้เกิดจากการติดเชื้อ เช่น จาก โรคกรดไหลย้อนขึ้นมาที่คอ และกล่องเสียง, การใช้เสียงมากเกินไป, โรคจมูกอักเสบภูมิแพ้ และโรคจมูกอักเสบชนิดไม่แพ้, สายเสียงอักเสบเรื้อรัง, โรคเนื้องอกของคอและกล่องเสียง, สิ่งแปลกปลอมที่ค้างอยู่ในลำคอ, โรคของเส้นประสาทที่มาเลี้ยงบริเวณคออักเสบ, การสัมผัสกับสิ่งที่ทำให้เกิดการระคายเคือง เช่น ควัน, ฝุ่น, สารเคมี, เครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์, การคาบคอให้อาหารจากจมูกลงไปยังกระเพาะอาหาร, การคาบคอช่วยหายใจ, เยื่อบุลำคออักเสบ จากการฉายแสง หรือการได้ยาเคมีบำบัด

อาการเจ็บคอ อาจแบ่งตามระยะเวลาที่มีอาการเจ็บคอ โดยแบ่งเป็น

อาการเจ็บคอเฉียบพลัน สาเหตุที่พบได้บ่อย ได้แก่

- โรคคอ หรือโรคต่อมทอนซิลอักเสบจากการติดเชื้อ
- โรคสายเสียง หรือกล่องเสียงอักเสบ ซึ่งส่วนใหญ่เกิดจากการติดเชื้อไวรัส ได้แก่
 - เชื้อหวัด (Rhinovirus และ Corona Virus ในผู้ใหญ่ และ Adenovirus ในเด็ก)
 - เชื้อไข้หวัดใหญ่ (Influenza)
 - เชื้อ Epstein-Barr Virus (infectious mononucleosis)
 - เชื้อไวรัสหัด (Measles)
 - เชื้อไวรัสสุกอีใส (chicken pox)
 - เชื้อเริม (herpes simplex virus)

ส่วนน้อย ร้อยละ 5-10 เกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรีย [ได้แก่เชื้อ group A streptococcus, เชื้อคอติบ, เชื้อ gonorrhea, Chlamydia] หรือเชื้อรา (ได้แก่ Candida)

อาการเจ็บคอเรื้อรัง เป็นปัญหาที่พบได้บ่อย อาการนี้เป็นที่น่ารำคาญแก่ผู้ป่วย และอาจทำให้ผู้ป่วยต้องไปพบแพทย์หลายคนบ่อยๆ เนื่องจากไม่หายเสียที ผู้ป่วยบางรายอาจต้องรับประทานยาต้านจุลชีพ หลายชนิดเป็นระยะเวลานาน สิ่งสำคัญในการรักษาคือต้องหาสาเหตุของอาการเจ็บคอเรื้อรังให้พบ และรักษาตามสาเหตุ อาการผู้ป่วยถึงจะหาย และมีโอกาสน้อยที่จะกลับมาเป็นอีก การวินิจฉัยสาเหตุของอาการเจ็บคอเรื้อรัง จำเป็นต้องซักประวัติ ตรวจร่างกาย และทำการตรวจจมูก ไซนัส ช่องคอ อย่างละเอียด ส่วนใหญ่แพทย์จะทำการส่องกล้องตรวจจมูก ไซนัส ช่องคอ เพื่อให้ได้การวินิจฉัยสาเหตุของอาการเจ็บคอเรื้อรังที่ถูกต้อง สาเหตุของอาการเจ็บคอเรื้อรัง ได้แก่

1. โรคจมูกอักเสบภูมิแพ้ และโรคจมูกอักเสบชนิดไม่แพ้ โรคนี้เกิดจากเยื่อบุจมูกไวผิดปกติ เมื่อสัมผัสกับสิ่งกระตุ้นทำให้เยื่อบุจมูกบวม ทำให้คัดจมูกเรื้อรัง ต้องอำปากหายใจ ทำให้เยื่อบุลำคอแห้ง มีอาการเจ็บคอเรื้อรังได้ นอกจากนี้โรคนี้ยังทำให้มีน้ำมูกไหลลงคอ ระคายคอตลอดเวลา ทำให้มีอาการเจ็บคอเรื้อรังได้เช่นกัน

2. โรคไซนัสอักเสบเรื้อรัง โรคนี้จะทำให้มีการอักเสบของเยื่อจมูกเรื้อรัง ทำให้เยื่อจมูกบวม มีอาการคัดจมูกเรื้อรัง ทำให้ต้องหายใจทางปากตลอด เกิดเยื่อぶล้าคอแห้ง มีอาการเจ็บคอเรื้อรังได้ นอกจากนี้การคัดหลังจากไซนัสและจมูกที่อักเสบที่ไหลลงคอ จะทำให้มีอาการอักเสบ ระบายเคืองของผนังคอ ทำให้มีอาการเจ็บคอเรื้อรังได้เช่นกัน

3. การติดเชื้อของลำคอ และ/หรือต่อมทอนซิลเรื้อรัง ก็เป็นอีกสาเหตุที่ทำให้มีอาการเจ็บคอเรื้อรัง อาจเกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรีย ซึ่งติดต่อทางด้านจุลชีพที่รับประทาน หรือเกิดจากผู้ป่วยรับประทานยาต้านจุลชีพไม่ครบตามระยะเวลาที่ควรจะเป็น หรือมีแหล่งของเชื้อโรค อยู่ในช่องปาก เช่น มีฟันผุ หรือโรคเหงือกอักเสบ นอกจากนี้การติดเชื้อบางชนิดอาจทำให้เจ็บคอเรื้อรังได้ เช่น การติดเชื้อราบางชนิด, เชื้อวัณโรค, เชื้อไวรัสเอดส์, เชื้อโรคเรื้อน หรือเชื้อซิฟิลิส อย่างไรก็ตาม การติดเชื้อดังกล่าวนี้พบได้น้อย

4. โรคผนังช่องคอ และ/หรือสายเสียงอักเสบเรื้อรัง เนื่องจากการระคายเคืองจากการสัมผัสกับฝุ่น, ควันบุหรี่, สารเคมี, อาหารรสจัด เช่น เปรี้ยวจัด, เค็มจัด, หวานจัด, เผ็ดจัด หรือเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ หรือเกิดจากการใช้เสียงผิดวิธี (เช่น พูดในที่ที่มีเสียงดัง, พูดเป็นระยะเวลานาน) หรือเกิดจากการไอเรื้อรัง ทำให้มีการระคายเคืองของสายเสียง และมีการใช้กล้ามเนื้อของผนังคอบวมมากเกินไป

5. โรคกรดไหลย้อนขึ้นมาที่คอ และกล่องเสียง ซึ่งกรดอาจไหลย้อนขึ้นมาที่ผนังคอ ทำให้เยื่อและกล้ามเนื้อของผนังคอมีการอักเสบ ทำให้มีอาการเจ็บคอเป็นๆหายๆ ได้ นอกจากนี้ผู้ป่วยอาจมีอาการเสียงแหบ, กลืนติด, กลืนลำบาก, มีเสมหะอยู่ในลำคอ หรือระคายคอตลอดเวลาาร่วมด้วย

6. โรคเนื้องอกของคอและกล่องเสียง เนื้องอกอาจไปกดเบียดเส้นประสาท ทำให้มีอาการเจ็บคอเรื้อรังได้ นอกจากนี้ผู้ป่วยมักมีอาการ เสียงแหบ, กลืนลำบาก, หายใจลำบาก, มีก้อนที่คอ, น้ำหนักลด, เบื่ออาหาร อาจมีเสมหะ หรือน้ำลายปนเลือด หรือปวดร้าวไปที่หูได้

7. โรคของเส้นประสาทที่มาเลี้ยงบริเวณคอ เช่น เส้นประสาทสมองคู่ที่ 9 ซึ่งอาจมีการกระตุ้น หรือการระคายเคืองของเส้นประสาทดังกล่าว ทำให้มีอาการเจ็บคอเรื้อรังเป็นๆหายๆได้ อาการปวดมักจะเริ่มจากผนังคอ แล้วร้าวไปยังหู, คอ และศีรษะนานเป็นวินาที มักกระตุ้นโดยการกลืน, การหาวนอน, การเคี้ยว และการไอ

8. สิ่งแปลกปลอม เช่น ก้างปลา, กระดูกชิ้นเล็กที่คาอยู่ในผนังลำคอ หรือต่อมทอนซิล หรือโคนลิ้น เป็นระยะเวลานาน จะทำให้บริเวณดังกล่าวอักเสบ เกิดการติดเชื้อ ทำให้เจ็บคอเรื้อรังได้ อย่างไรก็ตาม สาเหตุนี้พบได้น้อย

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า อาการเจ็บคอเรื้อรัง เกิดได้จากหลายสาเหตุเช่นโรคของจมูก, ไซนัส, ลำคอ, กล่องเสียง, หลอดอาหาร และกระเพาะอาหาร และพยาธิสภาพเป็นได้ตั้งแต่โรคธรรมดาที่ไม่อันตราย เช่น โรคภูมิแพ้, โรคไซนัสอักเสบเรื้อรัง จนถึงโรคที่อันตราย เช่น เนื้องอกของคอและกล่องเสียง

การรักษาอาการเจ็บคอนั้น รักษาตามสาเหตุ ถ้าอาการเจ็บคอเกิดจากการติดเชื้อไวรัส แพทย์ จะให้การรักษาตามอาการ เช่น ให้ยาบรรเทาอาการเจ็บคอ (เช่นยาอม, ยากลั้วคอ หรือพ่นคอ, จิบยา น้ำ ซึ่งยาเหล่านี้จะช่วยเพิ่มความชุ่มชื้น และลดอาการระคายคอ), ยาบรรเทาอาการปวด หรือเจ็บคอ หรือ ยาลดไข้ (เช่น paracetamol, NSAID), ยาลดน้ำมูก หรือแก้แพ้ (antihistamines) โดยไม่จำเป็นต้อง รับประทานยาต้านจุลชีพ หรือยาแก้อักเสบ (การรับประทานยาต้านจุลชีพโดยไม่จำเป็น อาจจะเป็น สาเหตุทำให้เกิดการดื้อยาของเชื้อแบคทีเรียได้) ถ้าการอักเสบนั้นเกิดจากเชื้อแบคทีเรีย ควร รับประทานยาต้านจุลชีพ หรือยาแก้อักเสบดังกล่าวให้นานพอ เช่น 7-10 วัน โดยเฉพาะถ้าเกิดจาก Streptococcus เพื่อป้องกันไข้รูมาติก หรือกรวยไตอักเสบเฉียบพลัน

-มีต่อตอนที่ 2-