# ยาสเตียรอยด์พ่นจมูก และโรคจมูกอักเสบภูมิแพ้

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

โรคจมูกอักเสบภูมิแพ้ (allergic rhinitis) เป็นโรคที่มีการอักเสบเรื้อรังของเยื่อบุจมูก ทำให้เยื่อบุจมูกมีความไวผิดปกติ เมื่อผู้ป่วยสัมผัสกับสิ่งที่ผู้ป่วยแพ้ จะทำให้มีอาการคัน, จาม, คัดจมูก, น้ำมูกไหล หรือน้ำมูกไหลลงคอ กลายเป็นเสมหะ รวมทั้งอาจมีอาการคัน เคืองตา หรือมีน้ำตาไหลร่วมด้วย ความชุกของโรคนี้ในประเทศไทยของผู้ใหญ่อยู่ที่ร้อยละ 20 และในเด็กอยู่ที่ร้อยละ 38 โรคจมูกอักเสบภูมิแพ้ นอกจากจะทำให้คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยแย่ลงแล้ว ถ้าไม่ได้รับการรักษาที่เหมาะสม อาจมีโรคอื่นๆ เกิดร่วมได้หลายโรค (co-morbidities) เช่น โรคน้ำขังในหูชั้นกลาง (otitis media with effusion), โรคริดสีดวงจมูก (nasal polyp), โรคไซนัสอักเสบ (rhinosinusitis), โรคหืด (asthma), การติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจส่วนบน (upper respiratory tract infection)

ยาสเตียรอยด์พ่นจมูก (intranasal steroids) เป็นยาที่มีประสิทธิภาพดีที่สุดในการควบคุมอาการคันจมูก, จาม, คัดแน่นจมูก, น้ำมูกไหล รวมทั้งอาการทางตาของผู้ป่วยโรคจมูกอักเสบภูมิแพ้ นอกจากนั้นสามารถใช้เพื่อป้องกันอาการดังกล่าวได้ด้วย แนะนำให้ใช้ยาสเตียรอยด์พ่นจมูกเป็นลำดับแรกในผู้ป่วยโรคจมูกอักเสบภูมิแพ้ที่มีอาการอยู่ในระดับปานกลาง หรือรุนแรง หรือมีอาการคัดจมูกเด่น ยาสเตียรอยด์พ่นจมูก เมื่อเข้าไปในเซลล์จะไปจับกับตัวรับสเตียรอยด์ แล้วเข้าไปนิวเคลียสของเซลล์ และมีผลต่อการสังเคราะห์โปรตีนที่ยับยั้งเซลล์ และการหลั่งสารเคมี ที่เกี่ยวข้องกับการอักเสบ การใช้ยาสเตียรอยด์พ่นจมูกเฉพาะเวลามีอาการก็ยังให้ผลการรักษาที่ดีในผู้ป่วยบางราย แต่ประสิทธิภาพอาจไม่ดีเท่าการใช้ยาอย่างสม่ำเสมอ ยาสเตียรอยด์พ่นจมูกจะออกฤทธิ์เฉพาะที่สูง โดยมีความเข้มข้นของยาสูงที่เยื่อบุจมูก และมีการดูดซึมเข้าสู่กระแสเลือดต่ำมาก จึงมีผลข้างเคียงน้อย การใช้ยาสเตียรอยด์พ่นจมูกโดยทั่วไปในขนาดแนะนำไม่พบผลข้างเคียงทั่วร่างกายชัดเจน และมีความปลอดภัยสูง ยาสเตียรอยด์พ่นจมูกอาจเกิดผลข้างเคียงเฉพาะที่ได้ เช่น จาม, แสบร้อน, เกิดสะเก็ดในโพรงจมูก, จมูกแห้ง, ระคายเยื่อบุจมูกหลังพ่นยา หรือทำให้เกิดเลือดกำเดาไหลได้ แต่ไม่เกิดเยื่อบุจมูกฝ่อหลังใช้ยาเป็นระยะเวลานานหลายปี ยาสเตียรอยด์พ่นจมูก มีประสิทธิภาพดีกว่า การรับประทานยาต้านฮิสทามีน (antihistamines) หรือ antileukotrienes หรือ ยาต้าน

ฮิสทามีน และ antileukotrienes รวมกัน ในการลดอาการของผู้ป่วยโรคจมูกอักเสบภูมิแพ้

ยาสเตียรอยด์พ่นจมูกมีหลายชนิด จากการศึกษาพบว่าการที่ผู้ป่วยจะยอมใช้ยาสเตียรอยด์พ่นจมูกหรือไม่ ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายปัจจัย ได้แก่ ประสิทธิภาพ และความปลอดภัยของยา, เครื่องมือในการพ่นยาใช้งานได้ง่ายหรือไม่, ความรู้สึกสบายระหว่างการพ่นยา, ความรู้สึกของผู้ป่วยต่อยาที่เข้าไปในโพรงจมูก ไม่ว่าจะเป็นกลิ่น หรือรสชาติของยา ดังนั้นจึงได้มีความพยายามที่จะพัฒนายาสเตียรอยด์พ่นจมูกชนิดใหม่ๆ รวมถึงเครื่องมือในการพ่นยา เพื่อให้ผู้ป่วยใช้งานได้ง่าย มีประสิทธิภาพ และความปลอดภัยสูง รวมทั้งพยายามกำจัดปัจจัยต่างๆที่ทำให้ผู้ป่วยไม่ชอบใช้ยาสเตียรอยด์พ่นจมูก ซึ่งทำให้ผู้ป่วยยอมรับ และร่วมมือในการใช้ยามากยิ่งขึ้น

การจะเลือกชนิดของยาสเตียรอยด์พ่นจมูกขึ้นอยู่กับหลายปัจจัย ปัจจัยหนึ่ง คือ ปริมาณของยาสเตียรอยด์ที่ไหลลงคอ (drip down) หลังพ่น ถ้ามีปริมาณมาก อาจทำให้ผู้ป่วยไม่อยากที่จะใช้ หรือหยุดการใช้ยาสเตียรอยด์พ่นจมูกได้ เพราะอาจรู้สึกรำคาญ, ระคายคอ และมีปัญหาเรื่อง การได้รสแปลกๆของยาในคอ (aftertaste) หลังจากพ่นยา ซึ่งเกิดจากยาที่ไหลลงคอไปสัมผัสกับตุ่มรับรส ซึ่งจากการศึกษาพบว่าปัญหาเรื่อง aftertaste นี้เป็นปัจจัยที่มีผลมากที่สุดต่อความชอบในการใช้ยาของผู้ป่วย นอกจากนั้นยังเพิ่มโอกาสที่ยาจะลงสู่ทางเดินหายใจส่วนล่างมากขึ้นด้วย

ปัจจัยที่สอง คือ ปริมาตร (volume) ของยาสเตียรอยด์ที่พ่นเข้าไปในโพรงจมูก ถ้ามีปริมาณมากอาจทำให้ผู้ป่วยไม่อยากที่จะใช้ หรือหยุดการใช้ยาสเตียรอยด์พ่นจมูกได้ เพราะอาจรู้สึกรำคาญ ถ้ายาไหลออกมาจากจมูก (run out of nose), รู้สึกระคายเคือง (irritation) หรือไม่สบาย (discomfort) ในจมูก, มีปัญหาเรื่องกลิ่นของยา (sensory attributes) มากขึ้น

ปัจจัยที่สาม คือ การเป็นละอองฝอย (fine mist) ของยาสเตียรอยด์ที่พ่นเข้าไปในโพรงจมูก ถ้ายาสเตียรอยด์ที่พ่นเข้าไปในโพรงจมูกมีลักษณะเป็นละอองขนาดใหญ่ อาจทำให้ผู้ป่วยไม่อยากที่จะใช้ หรือหยุดการใช้ยาสเตียรอยด์พ่นจมูกได้ เพราะมีการกระจายของยาเข้าไปในโพรงจมูกได้ไม่ดี และอาจมีปัญหาเรื่องจมูกแห้งมากขึ้น จากการสัมภาษณ์ผู้ป่วยโรคจมูกอักเสบภูมิแพ้ และแพทย์ พบว่าทั้งผู้ป่วยและแพทย์ ชอบการเป็นละอองฝอยของยาสเตียรอยด์ที่พ่นเข้าไปในโพรงจมูก เนื่องจากทำให้ผู้พ่นยารู้สึกสบาย เวลาพ่นยา

และ มีการกระจายของยาเข้าไปในโพรงจมูกได้ดี และเหมาะสม

ยาสเตียรอยด์พ่นจมูกชนิดใดที่มีปัญหายาไหลลงคอน้อยที่สุด, มีปริมาตรของยาสเตียรอยด์ที่พ่นเข้าไปในโพรงจมูกน้อยที่สุด และ มีลักษณะของยาที่พ่นเข้าไปในโพรงจมูกเป็นละอองฝอยเวลาพ่น เมื่อเปรียบเทียบกับยาสเตียรอยด์พ่นจมูกชนิดอื่น ก็จะทำให้ผู้ป่วยร่วมมือในการใช้ยาสเตียรอยด์พ่นจมูกมากขึ้น และทำให้การรักษาโรคจมูกอักเสบภูมิแพ้ประสบความสำเร็จมากขึ้น