

ถ้าใช้เครื่องอัดอากาศขณะหายใจเข้า (CPAP) จำเป็นต้องใช้ เครื่องปรับอากาศให้อุ่นและชื้น (Humidifier) ใหม่

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

เครื่องอัดอากาศขณะหายใจเข้า (Continuous Positive Airway Pressure: CPAP) เป็นการรักษาที่เหมาะสมสำหรับผู้ป่วยที่มีการอุดกั้นของทางเดินหายใจส่วนบนขณะหลับทุกระดับ ไม่ว่าจะเป็นผู้ป่วยที่มีปัญหาอุดกั้นทางเดินหายใจ หรือมีภาวะหยุดหายใจขณะนอนหลับ ซึ่งมีความรุนแรง ตั้งแต่ระดับน้อย ถึงรุนแรงมาก ปกติประเทศไทยเป็นประเทศที่มีอากาศร้อนและชื้น ถ้าผู้ป่วยใช้เครื่อง CPAP ในห้องธรรมดา (ที่ไม่ได้เปิดเครื่องปรับอากาศ หรือพัดลมเป่าจ่อ) ก็คงไม่มีปัญหาอะไรกับเยื่อจมูกของผู้ใช้เครื่อง แต่ปัจจุบันโลกที่เราอาศัยอยู่นั้นร้อนขึ้นเรื่อยๆ มนุษย์ส่วนใหญ่ โดยเฉพาะในเมืองใหญ่ๆ มักจะต้องเปิดพัดลม หรือเครื่องปรับอากาศขณะนอน การใช้เครื่อง CPAP ในห้องที่เปิดเครื่องปรับอากาศ หรือผู้ป่วยเปิดพัดลมเป่าจ่อนั้น อาจมีปัญหาที่เรียกว่า การอักเสบเรื้อรังของเยื่อจมูกที่เกิดจากการใช้เครื่อง CPAP (CPAP-induced rhinitis) ตามมาได้

ถ้าผู้ใช้ CPAP นอนในห้องที่เปิดพัดลม หรือเครื่องปรับอากาศ อากาศที่แห้งและเย็น (จากพัดลม หรือเครื่องปรับอากาศ) จะผ่านเข้าไปในโพรงจมูกตลอดเวลาที่ผู้ป่วยใช้เครื่อง CPAP ในห้องนอน จะทำให้เยื่อจมูกมีการอักเสบเรื้อรัง และมีความไวผิดปกติ ทำให้ผู้ป่วยเกิดอาการคัดจมูก, คัน, จาม, น้ำมูกไหล หรือมีเสมหะลงคอได้ง่าย โดยเฉพาะตอนตื่นนอนตอนเช้า ซึ่งเมื่อเยื่อจมูกบวมมากผิดปกติ

- ถ้าผู้ป่วยใช้ CPAP แบบปรับความดันอัตโนมัติ (Auto-Titrating CPAP) เครื่องจะเพิ่มแรงดันในการอัดอากาศเข้าไปในโพรงจมูกมากขึ้น ทำให้ผู้ป่วยรู้สึกว่ามีลมมาปะทะที่หน้ามากขึ้น ผู้ป่วยจะรู้สึกคัดจมูกมากขึ้น และอาจมีลมรั่วออกจากหน้ากากได้ ซึ่งผู้ป่วยอาจต้องรัดหน้ากากที่ครอบจมูกหรือปากให้แน่นขึ้น จนทำให้มีรอยหน้ากากบนหน้าผู้ป่วยได้ เมื่อตื่นมาตอนเช้า

- ถ้าผู้ป่วยใช้ CPAP แบบตั้งค่าความดันเอง (Manual CPAP) ความดันในการอัดอากาศเข้าไปในโพรงจมูกจะคงที่ ทำให้ความดันที่เหลือที่จะผ่านทางเดินหายใจส่วนอื่นให้กว้างขึ้น มีค่าลดลง ทำให้ประสิทธิภาพในการรักษาอาการอุดกั้น และภาวะหยุดหายใจขณะหลับลดลง คือ เป็นการรักษาต่ำกว่าเป้าหมาย (under treatment) ผู้ป่วยอาจจะกลับมามีเสียงดัง หรือกลับมามีภาวะหยุดหายใจขณะหลับ ทำ

ให้มีอาการต่างๆ เหมือนกับก่อนที่มารักษา เมื่อเปรียบเทียบกับขณะที่ยังไม่เกิดปัญหาเยื่อจมูกอักเสบที่เกิดจากการใช้เครื่อง CPAP

อย่างไรก็ตาม ปัญหาเยื่อจมูกอักเสบเรื้อรังที่เกิดจากการใช้เครื่อง CPAP นี้ บางคนอาจเกิดช้า บางคนอาจเกิดเร็ว ดังนั้นผู้ป่วยที่ใช้เครื่อง CPAP ควรตัดสินใจว่า จะปล่อยให้ปัญหานี้เกิดขึ้นก่อน แล้วค่อยกลับมารักษา หรือจะป้องกันไม่ให้เกิดขึ้น

- ถ้าผู้ป่วยนอนในห้องที่ไม่ใช้เครื่องปรับอากาศ หรือห้องที่เปิดพัดลมให้สายไปมา และอากาศในห้องไม่เย็น หรือแห้งมาก ผู้ป่วยอาจไม่มีความจำเป็นต้องใช้เครื่องปรับอากาศให้อุ่นและชื้น (humidifier) เวลาใช้เครื่อง CPAP

- ถ้าผู้ป่วยนอนในห้องปรับอากาศ หรือเปิดพัดลมเป่าจ่อ ควรป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาเยื่อจมูกอักเสบเรื้อรังจากการใช้เครื่อง CPAP ดังนี้

- ใช้น้ำเกลือพ่นจมูก เพื่อเพิ่มความชุ่มชื้นในโพรงจมูก (จะพ่นกี่ครั้งก็ได้ ยิ่งมาก ยิ่งดี) ก่อนเริ่มใช้เครื่อง CPAP และทุกครั้ง que ผู้ป่วยตื่นขึ้นมา แล้วถอดเครื่อง CPAP ออก ก่อนที่จะเริ่มใช้เครื่อง CPAP ใหม่ ควรใช้น้ำเกลือพ่นจมูกทุกครั้ง แต่ความชื้นในจมูกจากน้ำเกลือพ่นจมูก ส่วนใหญ่จะอยู่ในโพรงจมูกได้ไม่นาน (ไม่เกิน 5-10 นาที) และไม่สามารถอยู่ได้ตลอดคืน เหมือนการใช้เครื่องปรับอากาศให้อุ่นและชื้น

- ใช้เครื่องปรับอากาศให้อุ่นและชื้น มาต่อกับเครื่อง CPAP หรือเลือกใช้เครื่อง CPAP ชนิดที่มีเครื่องปรับอากาศให้อุ่นและชื้นในตัวเครื่อง ซึ่งเครื่องนี้จะทำให้อากาศที่วิ่งผ่านโพรงจมูกของผู้ป่วยขณะนอนหลับ อุ่นและชื้นตลอดเวลาที่ใช้เครื่อง CPAP สามารถป้องกันปัญหาเยื่อจมูกอักเสบจากอากาศเย็นและแห้ง หรือทำให้การอักเสบของเยื่อจมูกจากอากาศเย็นและแห้งน้อยลง

ดังนั้นผู้ป่วยที่กำลังตัดสินใจว่า จะใช้เครื่องปรับอากาศให้อุ่นและชื้น หรือไม่นั้น ขณะนี้มีข้อมูลประกอบการตัดสินใจแล้วนะครับ