

# ผนังกันช่องจุมูกคด.....ทำให้เลือดกำเดาไหลได้อย่างไร

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

ผนังกันช่องจุมูกคดนั้น เป็นภาวะที่พบได้บ่อย อาจทำให้มีอาการทางจุมูก หรือไม่มีอาการทางจุมูกก็ได้ สาเหตุที่ทำให้ผนังกันช่องจุมูกคด ได้แก่ ความผิดปกติของการเจริญของผนังกันช่องจุมูกแต่กำเนิด (หรือพูดง่ายๆ คือเป็นมาตั้งแต่เกิด) หรือเกิดจากอุบัติเหตุได้รับแรงกระแทก (หรือพูดง่ายๆ คือเป็นมาภายหลัง ไม่ได้เป็นมาตั้งแต่เกิด)

## แล้วผนังกันช่องจุมูก...เกี่ยวอะไรกับเลือดกำเดาไหล

เมื่อผนังกันช่องจุมูกคดมากระดับหนึ่ง จะทำให้โพรงจุมูกข้างที่คดนั้นแคบ และจะทำให้โพรงจุมูกอีกข้างหนึ่งนั้นกว้างกว่า เมื่อหายใจเข้าหรือออก ลมที่วิ่งผ่านโพรงจุมูกข้างที่แคบ จะวิ่งผ่านด้วยความเร็วและแรงกว่า จะทำให้โพรงจุมูกข้างที่แคบแห้งกว่าข้างที่กว้าง เนื่องจากมีการระเหยของน้ำที่ปกคลุมอยู่ที่ผิวเยื่อบุจุมูกมากกว่า ทำให้เส้นเลือดของเยื่อบุโพรงจุมูกข้างที่แคบอยู่ชิดกับผิวเยื่อบุจุมูกมากขึ้น (เมื่อเปรียบเทียบกับข้างที่กว้างกว่า) จึงทำให้เส้นเลือดของโพรงจุมูกข้างที่แคบ มีโอกาสที่จะแตกออกมาเป็นเลือดกำเดาไหลได้ง่าย เมื่อผู้ป่วยสั่งน้ำมูกแรงๆ หรือผลอเอานิ้วไปแคะจุมูก หรือผลอเอาจุมูกไปชนอะไรเพียงเล็กน้อย โดยเฉพาะบริเวณผนังกันช่องจุมูกส่วนหน้าของข้างที่แคบ ซึ่งมักเป็นบริเวณที่เส้นเลือดมักจะแตก เกิดเลือดกำเดาไหลได้ง่าย

## นั้นทำไมดีล่ะ...ถ้าผนังกันช่องจุมูกคด เป็นสาเหตุที่ทำให้เลือดกำเดาไหล

1. ถ้าจะแก้ที่สาเหตุ อาจต้องผ่าตัดให้ผนังกันช่องจุมูกตรง ไม่คด หรือคดน้อยลง แต่ก็ไม่ได้จำเป็นเสมอไป
2. ถ้ากลัวการผ่าตัด หรือไม่อยากผ่าตัด ก็ต้องพยายามทำให้จุมูกข้างที่แคบนั้นไม่แห้ง ชุ่มชื้นอยู่ตลอด เพื่อให้มีชั้นความชื้นที่คอยปกป้องเส้นเลือดในเยื่อบุจุมูก ซึ่งอาจทำได้โดย
  - 2.1) ใช้น้ำเกลือสเปรย์พ่นจุมูก (ซึ่งมีขายในท้องตลาดหลายยี่ห้อ) ข้างที่แคบบ่อยๆ
  - 2.2) ใช้ขี้ผึ้งป้ายตา เช่น 1% chloramphenicol eye ointment มาป้ายผนังกันช่องจุมูก

ส่วนหน้าของข้างที่แคบบ่อยๆ (เพราะส่วนใหญ่เลือดกำเดาที่ไหลออกมาจะออกมาจากบริเวณนี้บ่อย) ซึ่ง  
ซึ่งฝึ้งจะให้ความชุ่มชื้นที่เยื่อจมูกได้นานกว่าน้ำเกลือสเปรย์พ่นจมูก หรือถ้าไม่อยากป้ายบ่อยๆ อาจป้าย  
หลังอาบน้ำตอนเช้าและตอนก่อนนอน (2 ครั้ง) ก็ได้

นอกจากนั้น ผู้ป่วยควรดื่มน้ำมากๆ หลีกเลี่ยงการที่อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เย็นและแห้ง เช่น หลีกเลี่ยง  
การเปิดแอร์หรือพัดลมเป่าจ่อบริเวณจมูก หรือถ้าจำเป็นต้องอยู่ในห้องแอร์ตลอด โดยเฉพาะเวลานอน อาจ  
หาภาชนะปากกว้างใส่น้ำ แล้วตั้งทิ้งไว้ในห้องนอน หรือใช้เครื่องปรับอากาศให้อุ่นและชื้น (humidifier) ร่วม  
ด้วย

ถ้าปฏิบัติได้ดังนี้ ก็น่าจะบรรเทาปัญหาเลือดกำเดาไหล ที่มีสาเหตุมาจากผนังชั้นช่องจมูกที่คด ลง  
ได้บ้าง ไม่มากก็น้อยนะครับ