

โรคภูมิแพ้ และยาต้านฮิสตามีน

รศ. นพ.ปารยะ อาศนะเสน

ภาควิชาโสต นาสิก ลาริงซ์วิทยา

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

โรคภูมิแพ้ เป็นโรคที่พบบ่อยในคนไทย โรคนี้เกิดจากการที่ร่างกายได้รับสารก่อภูมิแพ้เข้าไปในร่างกาย แล้วกระตุ้นให้ร่างกายสร้างภูมิคุ้มกันและมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสารนั้นมาก ผิดปกติ ภายหลังจากเมื่อได้รับสารนั้นเข้าไปอีก ภูมิคุ้มกันดังกล่าวก็จะกระตุ้นให้เกิดอาการ ซึ่งจะเกิดอาการเฉพาะในคนที่แพ้เท่านั้น ในคนปกติจะไม่เกิดอาการ

โรคภูมิแพ้ เป็นกลุ่มของโรคที่แสดงอาการได้กับหลายระบบของร่างกาย อาการของโรคภูมิแพ้ขึ้นอยู่กับชนิดของโรคภูมิแพ้ที่เป็น ซึ่งพยาธิสภาพนั้นเกิดจากความผิดปกติของระบบภูมิคุ้มกันในร่างกายที่ทำงานมากเกินไปทำให้เยื่อที่อวัยวะต่างๆ มีความไวต่อสิ่งกระตุ้นมากเกินไป ทำให้เกิดการตอบสนองที่มาก ผิดปกติของอวัยวะนั้นๆ เช่น

- ถ้าเป็นที่ตา เรียกว่า **เยื่อบุตาอักเสบจากภูมิแพ้** (allergic conjunctivitis) ผู้ป่วยจะมีอาการคัน และเคืองตา ตาแดง น้ำตาไหล หนังตาบวม แสบตา

- ถ้าเป็นที่จมูก เรียกว่า **โรคจมูกอักเสบจากภูมิแพ้** (allergic rhinitis) หรือโรคแพ้อากาศ ผู้ป่วยจะมีอาการจาม คันจมูก น้ำมูกไหลออกมาทางจมูก หรือไหลลงคอ คัดจมูก คันเพดานปากหรือคอ

- ถ้าเป็นที่หลอดลม เรียกว่า **โรคหลอดลมอักเสบจากภูมิแพ้** หรือโรคหอบหืด (asthma) ผู้ป่วยจะมีอาการ ไอ หอบเหนื่อย หายใจขัด แน่นหน้าอก หายใจมีเสียงวี๊ด หายใจลำบากหรือหายใจเร็ว โดยเฉพาะเวลาตอนกลางคืน ตอนเช้ามีดี หรือขณะออกกำลังกาย หรือขณะเป็นไข้หวัด

- ถ้าเป็นที่ผิวหนัง เรียกว่า **โรคผิวหนังอักเสบจากภูมิแพ้** (atopic dermatitis) ผู้ป่วยจะมีอาการคัน มีผดผื่นตามตัว ผื่นมักแห้ง แดง มีสะเก็ดบางๆ หรือมีน้ำเหลืองแห้งกรังปกคลุมอยู่ ในเด็กเล็ก มักเป็นที่แก้ม, ก้น, หัวเข่าและข้อศอก ในเด็กโตมักเป็นที่ข้อพับของแขนและขา ในรายที่เป็นเรื้อรัง ผิวหนังบริเวณที่เป็นจะหนาตัวขึ้นและมีสีคล้ำขึ้น นอกจากนั้นผิวหนังอาจเกิดการอักเสบจากการสัมผัสกับสารบางชนิดที่แพ้ได้ เช่น ผงซักฟอก เครื่องสำอาง ผิวหนังอาจมีการอักเสบเป็นตุ่มนูนคัน หรือใหญ่เป็นปื้นนูนแดง และคันมากที่เรียกว่า ลมพิษ ซึ่งมักจะเกิดจากการแพ้อาหาร โดยเฉพาะอาหารทะเล หรือ แพ้แมลงกัดต่อย หรือแพ้ยา

- ถ้าเป็นที่ระบบทางเดินอาหาร เรียกว่า **โรคแพ้อาหาร** (food allergy) ผู้ป่วยจะมีอาการ อาเจียน คลื่นไส้ ท้องเสีย ปากบวม ปวดท้อง ท้องอืด อาจมีอาการของระบบทางเดินหายใจ (เช่น หอบหืด, แพ้อากาศ) และผิวหนัง (เช่น ผื่นคัน, ลมพิษ) ร่วมด้วย อาหารที่เป็นสาเหตุได้บ่อย ได้แก่ นมวัว ไข่ ถั่ว อาหารทะเล ผัก และผลไม้บางชนิด ผงชูรส สารกันบูด สารแต่งกลิ่นและสี

การรักษาโรคภูมิแพ้ มีขั้นตอนในการรักษา 4 ขั้นตอน คือ

1. **การดูแลตนเองอย่างเหมาะสม และหลีกเลี่ยง หรือกำจัดสิ่งที่แพ้** เป็นการรักษาที่สำคัญที่สุด เพราะเป็นการรักษาและป้องกันที่สาเหตุ อาจใช้วิธีสังเกตว่า สัมผัสกับอะไร อยู่ในสิ่งแวดล้อมใดหรือรับประทานอะไรแล้วมีอาการ ควรหลีกเลี่ยงสิ่งเหล่านั้น นอกจากนั้นควรกำจัดหรือลดปริมาณของสารก่อภูมิแพ้ที่มีอยู่ในสิ่งแวดล้อมรอบ ตัวให้เหลือน้อยที่สุด

2. **การใช้ยาเพื่อบรรเทาอาการ** เช่น ยาต้านฮิสตามีน (antihistamines) ซึ่งมีความจำเป็นในระยะแรก เนื่องจากผู้ป่วยไม่สามารถหลีกเลี่ยงสารก่อภูมิแพ้หรือสารระคายเคืองต่างๆ 100% อย่างไรก็ตาม ยาเป็นเพียงการรักษาปลายเหตุ เมื่อสามารถดูแลตนเอง และควบคุมสิ่งแวดล้อมได้ดีขึ้น ความจำเป็นในการใช้ยาก็น้อยลงเรื่อยๆ

3. **การฉีดวัคซีนภูมิแพ้** (allergen immunotherapy) เป็นการรักษา โดยฉีดสารก่อภูมิแพ้ ที่คิดว่า เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดอาการ เข้าไปในร่างกายทีละน้อย แล้วค่อยๆ เพิ่มจำนวน เพื่อให้สร้างภูมิคุ้มกันต่อสิ่งที่แพ้ วิธีนี้จะใช้สำหรับผู้ป่วยที่มีอาการมาก ไม่สามารถควบคุมอาการได้ด้วยยา หรือไม่สมารถทนผลข้างเคียงของยาได้ หรือผู้ที่มีโรคภูมิแพ้หลายชนิดร่วมด้วย

4. **การรักษาโดยการผ่าตัด** ใช้ในผู้ป่วยบางรายที่มีอาการคัดจมูกหรือน้ำมูกไหล ซึ่งให้การรักษาโดยการให้ยาอย่างเต็มที่แล้วไม่ดีขึ้น หรือมีโรคบางอย่างร่วมด้วย เช่น ผื่นคันช่องจมูกคด เยื่อจมูกบวมมาก ผิดปกติ ริดสีดวงจมูก ไช้สลิคเสบ ซึ่งไม่ดีขึ้นหลังให้การรักษาด้วยยา

เมื่อเกิดปฏิกิริยาการอักเสบจากภูมิแพ้ สารเคมีที่สำคัญที่หลั่งออกมา คือ **ฮิสตามีน (histamine)** ซึ่งจะกระตุ้นทำให้เกิดอาการต่างๆ ของโรคภูมิแพ้ **ยาด้านฮิสตามีน** จะไปป้องกันไม่ให้ ฮิสตามีน จับกับ ตัวรับฮิสตามีน (histamine receptor) ที่อวัยวะต่างๆ จึงบรรเทาอาการต่างๆ ของโรคภูมิแพ้ดังกล่าวข้างต้นได้

ยาด้านฮิสตามีน แบ่งเป็น

1. **ยาด้านฮิสตามีนชนิดกิน (oral H1-antihistamine)** มี 3 รุ่น

1.1) **ยาด้านฮิสตามีนรุ่นแรก (first generation antihistamine)** เช่นยา chlorpheniramine, diphenhydramine, cyproheptadine, hydroxyzine ยากลุ่มนี้มีผลต่อระบบประสาทส่วนกลาง ทำให้ง่วง

ซีม จึงไม่ควรใช้ในผู้ที่ทำงานเกี่ยวกับเครื่องจักรกล หรือขับซีรยนต์ เรือ เครื่องบิน และไม่ควรใช้ยากลุ่มนี้ ร่วมกับยากดประสาทชนิดอื่นๆเช่น ยานอนหลับ, ยาคลายเครียด, ยากล่อมประสาท, เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (เหล้า เบียร์) นอกจากนี้ยานชนิดนี้จะมีฤทธิ์ต้านระบบประสาทชนิดโคลเนอร์จิก (anticholinergic) ด้วย ทำให้เกิดอาการปากแห้ง คอแห้ง เสมหะและน้ำมูกเหนียวข้น ท้องผูก ปัสสาวะขัดในผู้ชาย ควรหลีกเลี่ยงในผู้ป่วยโรคหัวใจ โดยเฉพาะขณะหอบ, โรคต่อหีน และโรคต่อมลูกหมากโต

1.2) **ยาด้านฮิสตามีนรุ่นที่สอง (second generation antihistamine)** เป็นการพัฒนายาด้านฮิสตามีนรุ่นแรก เช่น

terfenadine พัฒนามาจาก chlorpheniramine

astemizole พัฒนามาจาก diphenhydramine

loratadine พัฒนามาจาก cyproheptadine

cetirizine พัฒนามาจาก hydroxyzine

ยา terfenadine และ astemizole มีปัญหาต่อระบบหัวใจ จึงได้ถอนทะเบียนออกไป ยากลุ่มนี้มีข้อดีกว่า ยาด้านฮิสตามีนรุ่นแรก คือ มีฤทธิ์ต้านการอักเสบได้ และออกฤทธิ์ได้นาน เพราะจับกับตัวรับฮิสตามีนได้แน่นและนานขึ้น และไม่มีผลข้างเคียงเหมือน ยาด้านฮิสตามีนรุ่นแรก

1.3) **ยาด้านฮิสตามีนรุ่นที่สาม (third generation antihistamine)** เป็นยาด้านฮิสตามีนรุ่นใหม่ ซึ่งพัฒนามาจากยาด้านฮิสตามีนรุ่นที่สองเช่น

fexofenadine พัฒนามาจาก terfenadine

desloratadine พัฒนามาจาก loratadine

levocetirizine พัฒนามาจาก cetirizine

ยากลุ่มนี้มีข้อดีกว่า ยาด้านฮิสตามีนกลุ่มอื่นๆคือ

- มีฤทธิ์ต้านการอักเสบได้ดี

- ตัวยาเป็นตัวที่สามารถออกฤทธิ์ (active metabolite) ได้เลย ดังนั้นจึงไม่รบกวนการทำงานของตับ

ของตับ

- ยาออกฤทธิ์ได้นาน เพราะจับกับตัวรับฮิสตามีนได้แน่น และนานขึ้น จึงใช้เพียงวันละครั้ง

- จะเจาะจงเฉพาะกับตัวรับฮิสตามีน ชนิด H₁ (histamine H₁ – receptor) เท่านั้น จึงใช้

ปริมาณยาน้อยลง

ด้วยเหตุผลดังกล่าวข้างต้น จึงแนะนำให้ผู้ป่วยโรคภูมิแพ้ ใช้น้ำยาต้านฮิสตามีนรุ่นที่สอง หรือสาม มากกว่ายาต้านฮิสตามีนรุ่นแรก สำหรับผู้ป่วยโรคจมูกอักเสบภูมิแพ้ ยาต้านฮิสตามีน ได้ผลดีในการบรรเทาอาการที่เกิดจากฮิสตามีนเช่น คัน, จาม, น้ำมูกไหล, คัน เคืองตา แต่ได้ผลน้อยกว่าอาการคัดจมูก นอกจากนี้ ยาต้านฮิสตามีนยังช่วยทำให้คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโรคจมูกอักเสบภูมิแพ้ดีขึ้นด้วย การใช้น้ำยาต้านฮิสตามีน ในการรักษาโรคจมูกอักเสบภูมิแพ้ในเด็กนั้นได้ผลดีและปลอดภัย

2. ยาต้านฮิสตามีนชนิดเฉพาะที่ (topical H1-antihistamine) ยาต้านฮิสตามีนชนิดพ่นจมูก มี

ประสิทธิภาพดีในการบรรเทาอาการคัน, จาม, คัดจมูก, น้ำมูกไหล และผู้ป่วยโรคจมูกอักเสบภูมิแพ้ มักจะทนต่อยาได้ดี ยาต้านฮิสตามีนชนิดหยอดตามีประสิทธิภาพดีเช่นกันในการบรรเทาอาการคัน, เคืองตา, แสบตา, น้ำตาไหล แต่ยาต้านฮิสตามีนชนิดพ่นจมูกดูเหมือนว่าจะไม่ช่วยบรรเทาอาการภูมิแพ้ทางตาเท่าใดนัก เมื่อเปรียบเทียบกับยาต้านฮิสตามีนชนิดกิน ข้อดีของยาต้านฮิสตามีนชนิดเฉพาะที่คือ สามารถออกฤทธิ์ บรรเทาอาการทางจมูกและตาได้เร็ว (ภายใน 30 นาที) ปัจจุบันยาต้านฮิสตามีนชนิดพ่นจมูกไม่มีจำหน่ายในประเทศไทย

3. ยาต้านฮิสตามีนผสมกับยาหดหลอดเลือด (H1- antihistamine + decongestant) จุดประสงค์ของ

การผสมยาทั้ง 2 ชนิดเข้าด้วยกัน คือ ใช้ช่วยบรรเทาอาการคัดจมูกของผู้ป่วยโรคจมูกอักเสบภูมิแพ้ได้เพิ่มขึ้น ซึ่งยาต้านฮิสตามีนมีฤทธิ์ดังกล่าวน้อย นอกจากนี้ ถ้ายาต้านฮิสตามีนชนิดที่ผสมกันเป็นชนิดที่ทำให้วง ยาหดหลอดเลือดอาจช่วยลดผลข้างเคียงดังกล่าวได้ ยาผสมชนิดนี้สามารถให้ได้ ถ้าผู้ป่วยโรคจมูกอักเสบ ภูมิแพ้ มีอาการคัน, จาม, น้ำมูกไหล ร่วมกับอาการคัดจมูก และมีรายงานว่าสามารถบรรเทาอาการดังกล่าว ได้ดี ข้อดีคือไม่ต้องสั่งยาทั้ง 2 ชนิด (คือ ยาต้านฮิสตามีนและ ยาหดหลอดเลือด) ให้แก่ผู้ป่วย ซึ่งจะเพิ่ม ความร่วมมือ (compliance) ของผู้ป่วยในการกิน