

## หืด - โรคหอบ (ตอนที่ 2)

ภาควิชาโสต นาสิก ลาริงซ์วิทยา  
Faculty of Medicine Siriraj Hospital  
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

### หลักในการรักษาโรคหืด

1. หลีกเลี่ยงสารก่อภูมิแพ้และสิ่งกระตุ้นที่ทำให้เกิดอาการ เมื่อสังเกตว่าสารก่อภูมิแพ้หรือสิ่งกระตุ้นใดทำให้เกิดอาการหอบควรหลีกเลี่ยงการสัมผัสสิ่งนั้น การทดสอบภูมิแพ้ทางผิวหนังโดยวิธีสะกิด (skin prick test) อาจช่วยบอกชนิดของสารก่อภูมิแพ้ที่กระตุ้นให้ผู้ป่วยมีอาการได้

2. การรักษาด้วยยา ยาที่ใช้ในการรักษาโรคหืด ปัจจุบันแบ่งเป็น 2 ประเภท

1. ประเภทที่ช่วยบรรเทาอาการ ได้แก่ ยาขยายหลอดลม มีทั้งชนิดพ่นสูด ชนิดกินและฉีด ใช้เพื่อขยายหลอดลมในช่วงที่มีอาการหอบหืดเนื่องจากหลอดลมตีบแคบ

2. ประเภทที่ใช้ป้องกัน เป็นยาที่มีฤทธิ์ลดการอักเสบ ใช้เพื่อลดการอักเสบของหลอดลมและป้องกันไม่ให้เกิดอาการหอบขึ้นอีก ยาประเภทนี้ต้องใช้ติดต่อกันเป็นเวลานานตามความรุนแรงของโรค ภายใต้คำแนะนำของแพทย์ ยาประเภทนี้แบ่งเป็น 2 กลุ่มด้วยกัน คือ

### ก. ยาป้องกันที่มีไซสเตียรอยด์ มีทั้งในรูปยาพ่นและยากิน ได้แก่

- Cromolyn sodium มีทั้งในรูปยาพ่นสูดและยาพ่นผ่านเครื่องพ่นฝอยละออง มักใช้ในเด็ก ผลข้างเคียงน้อย ราคาค่อนข้างสูง และต้องใช้น้ำวันละหลายครั้ง

- Theophylline เป็นยากิน อาจมีผลข้างเคียง เช่น ใจสั่น คลื่นไส้ อาเจียนได้ ต้องระวังในการใช้ร่วมกับยาอื่น เนื่องจากมีผลต่อการขับยาบางชนิดออกจากร่างกายได้ มีข้อดีคือ ราคาไม่แพง

- ยาขยายหลอดลมชนิดออกฤทธิ์ยาว (Long acting  $\beta_2$ -agonist) มีทั้งในรูปยาพ่น และยาพ่น แต่นิยมใช้ในรูปยาพ่นมากกว่า โดยใช้ร่วมกับยาป้องกันชนิดสเตียรอยด์

- Leukotriene receptor antagonist เช่น Montelukast เป็นยากิน ใช้ได้ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ ผลข้างเคียงน้อย แต่ราคาค่อนข้างสูง

ข. ยาป้องกันชนิดสเตียรอยด์ มีทั้งยาพ่นสูด ยากินและฉีด ยาพ่นสูดออกฤทธิ์ได้ดี แต่มีผลข้างเคียงสูง เช่น อาจยับยั้งการเจริญเติบโตของเด็ก ความดันโลหิตสูงขึ้น น้ำตาลในเลือดสูง หรือเกิดกระดูกผุได้ จึงมักใช้ในระยะสั้นเพื่อลดการอักเสบของหลอดลมในช่วงมี

อาการมาก ส่วนการใช้เพื่อเป็นยาป้องกันซึ่งต้องใช้ต่อเนื่องเป็นเวลานาน นิยมใช้ในรูปแบบของยาพ่นสูดมากกว่า เนื่องจากมีผลข้างเคียงน้อยกว่า

## รูปแบบของยาพ่นสูด ที่ใช้โดยทั่วไป มี 2 รูปแบบ

### 1. ยาพ่นสูดชนิดที่ใช้ก๊าซ (Metered-dose inhaler, MDI) (รูปประกอบ)

เป็นชนิดที่นิยมใช้กันมานานตั้งแต่เริ่มต้น ตัวขับเคลื่อนในยาพ่นสูดชนิดนี้เคยแรกเป็นสาร Chlorofluorocarbon (CFC) ในระยะหลังพบว่าอาจมีอันตราย เนื่องจากสามารถทำลายชั้นโอโซนในบรรยากาศโลก ทำให้รังสีอัลตราไวโอเล็ตบีส่องกระทบผิวโลกได้มากขึ้น จึงอาจทำให้มีผลกระทบต่อสุขภาพของประชากรโลก เช่น เกิดมะเร็งผิวหนัง ต้อกระจก เป็นต้น และมีผลกระทบต่อพืชและสัตว์ชนิดอื่นได้ด้วย ทั่วโลกจึงมีการณรงค์เพื่อให้เลิกการใช้สาร CFC ทั้งหมดรวมทั้งที่ใช้เป็นตัวขับเคลื่อนในยาพ่น MDI โดยมีการผลิตยาพ่นสูดที่ใช้ก๊าซชนิดอื่นที่ไม่ใช่ CFC ขึ้นมาใช้แทน โดยในประเทศไทยคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุขมีนโยบายจะเลิกส่งยาพ่นสูดที่มีสาร CFC เข้าในประเทศ ภายในเร็ว ๆ นี้ ยาพ่น MDI อาจใช้ร่วมกับอุปกรณ์อื่นในเด็กเล็ก (กระบอกพ่นยา & หน้ากาก) การพ่นเข้าปากต้องอาศัยวิธีการที่ยุ่งยากกว่ายาสูดหรือยาพ่นผ่านเครื่องพ่นฝอยละออง แต่มีข้อดีคือ ราคาไม่สูง

### 2. ยาสูดแบบผง (Dry powder inhaler) (รูปประกอบ)

ใช้ง่ายและสะดวก ไม่ต้องใช้ร่วมกับอุปกรณ์อื่น แต่ราคามักสูงกว่ายาพ่นสูดชนิดแรก

หากผู้ป่วยโรคหืดที่มีสาเหตุจากภูมิแพ้ยังมีอาการต่อเนื่องโดยที่หลีกเลี่ยงสารก่อภูมิแพ้และสิ่งกระตุ้น ดูแลสุขภาพทั่วไปอย่างดีและใช้ยาเต็มที่แล้วยังควบคุมอาการไม่ได้ อาจพิจารณาฉีดวัคซีนภูมิแพ้วร่วมด้วยได้

โดยสรุป โรคหืดเป็นโรคที่พบได้บ่อยทั้งเด็กและผู้ใหญ่ในประเทศไทย และมีแนวโน้มที่จะเพิ่มมากขึ้นในอนาคต โรคหืดเป็นโรคที่ผู้ป่วยต้องทุกข์ทรมานและมีคุณภาพชีวิตแย่ลง หากมีอาการรุนแรงอาจเป็นอันตรายถึงแก่ชีวิตได้ ผู้ป่วยควรรับการตรวจวินิจฉัยและรักษาโดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ ไม่ควรซื้อหรือปรับขนาดยาเอง และต้องมาพบแพทย์ตามนัด เพื่อประเมินผลการรักษาและปรับขนาดยาให้เหมาะสม ซึ่งจะช่วยให้ผู้ป่วยโรคหืดสามารถใช้ชีวิตได้ตามปกติ และมีคุณภาพชีวิตที่ดีเช่นเดียวกับคนทั่วไป