

# เครื่องเป่าความดันลมเพื่อเปิดขยายทางเดินหายใจ

## (Positive Airway Pressure, PAP) Therapy (ตอนที่ 2)

อ.นพ.วิชญ์ บรรณหิรัญ  
ภาควิชา โสต นาสิก ลาริงซ์วิทยา  
Faculty of Medicine Siriraj Hospital  
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

### ข้อเสีย หรือ ผลข้างเคียงจากการใช้ CPAP

ผลข้างเคียงต่อสุขภาพที่พบบ่อยๆ มักเกิดจากหน้ากากที่ใช้ เช่น อาจไม่พอดีกับโครงหน้าของท่าน ทำให้แน่นไปจนเป็นรอยกดทับ หรือแผลงลอก หรืออาจหลวมไปจนเกิดควมรำคาญ นอกจากนี้การที่ต้องใช้ลมเป่าผ่านจมูกของท่านทุกคืนเป็นเวลานาน ๆ บางรายอาจมีปัญหาเรื่องโรคจมูกหรือไซนัสกำเริบขึ้น เช่นอาจมีอาการคัดจมูก น้ำมูกไหล ปวดจมูก เลือดกำเดาไหล เป็นต้น ทำให้ใช้เครื่องไม่ได้หรือใช้น้อยลงกว่าเดิม ซึ่งส่วนนี้ท่านอาจให้แพทย์หู คอ จมูก ช่วยประเมินหรือดูแลรักษาพร้อมด้วย และสำหรับท่านที่มีโรคประจำตัวหลายอย่าง เช่น โรคหัวใจ โรคปอด โรคทางสมอง หรือโรคเรื้อรังอื่น ๆ ท่านควรปรึกษาแพทย์อายุรกรรมและติดตามการรักษาอย่างใกล้ชิด เพื่อป้องกันและแก้ไขภาวะแทรกซ้อนรุนแรงจากการใช้เครื่อง แม้ว่าจะพบบ่อยก็ตาม

ข้อเสียอื่น ๆ ที่ตามความเห็นของผู้ป่วยหลายราย คือ ท่านอาจจะรู้สึกไม่ประทับใจในกายแรกที่ได้เห็น เครื่องหรือหน้ากากว่าไม่ค่อยน่าใช้ บางรายทดลองใช้แล้วเกิดความอึดอัดรำคาญทำให้อนอนหลับไม่สนิท รวมถึงความไม่สะดวกต่าง ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกรณีท่านต้องเดินทางไกลหรือเปลี่ยนสถานที่นอนหลับบ่อย นอกจากนี้หลาย ๆ ท่านอาจต้องใช้เครื่องไปตลอดชีวิต ยกเว้นรายที่สามารถแก้ที่ต้นเหตุของโรคได้จึงอาจหยุดใช้เครื่องได้ในภายหลัง

### ถ้าทดลองใช้แล้ว ใช้เครื่องไม่ได้ มีทางแก้ไขอย่างไร

โดยหลักการแล้วท่านต้องให้ แพทย์ตรวจประเมินและวินิจฉัยหาสาเหตุที่ทำให้ท่านไม่สามารถใช้เครื่องได้ เช่นหลายรายอาจมีโรคทางจมูก เช่นผนังกันจมูกคด ริดสีดวงจมูก ไซนัสอักเสบ ภูมิแพ้ เป็นต้น นอกจากนี้ควรหาสาเหตุทางกายภาพอื่น ๆ ร่วมด้วยแล้วทำการรักษาอย่างเหมาะสม หากท่านมีปัญหาเรื่องหน้ากาก ท่านอาจเปลี่ยนได้หลายแบบเนื่องจากปัจจุบันมี

หน้ากากให้เลือกเป็นจำนวนมากขึ้น โดยท่านควรพยายามใช้เครื่องให้มากที่สุด หรือถ้าเป็นไปได้อย่างน้อย 2-4 สัปดาห์ก่อนที่จะตัดสินใจแล้วว่าท่านไม่สามารถใช้ได้จริง ๆ ซึ่งถ้าเป็นเช่นนั้น ท่านควรปรึกษากับแพทย์ถึงทางเลือกการรักษาอื่น ๆ เช่น การผ่าตัดแบบต่างๆ หรือเครื่องมือทางทันตกรรม เป็นต้น

### ข้อควรรู้อื่น ๆ

ปัจจุบันค่าใช้จ่ายในเครื่องเป่าลมแบบธรรมดา (manual CPAP) อาจมีราคาประมาณ 3-4 หมื่นบาท แต่ถ้าเป็นแบบอัตโนมัติ (AutoPAP) หรือความดัน 2 ระดับ (BiPAP) ราคาจะสูงขึ้นเป็น 2 – 3 เท่าตัว ทั้งนี้หากท่านได้รับการตรวจสุขภาพการนอนหลับ (Sleep test) และได้รับการตั้งค่าความดันลมแบบมาตรฐาน (CPAP Titration) ภายในห้องตรวจการนอนหลับเฉพาะที่ได้รับการควบคุมและแปลผลอย่างถูกต้องเชื่อถือได้ ท่านอาจจะใช้เพียงเครื่องแบบธรรมดาซึ่งจะประหยัดค่าใช้จ่ายของท่านได้มาก และปัจจุบันในถ้าท่านใช้สิทธิ์ค่ารักษาพยาบาลแบบข้าราชการ เครื่อง CPAP จะสามารถเบิกได้บางส่วน คือราว 2 หมื่นบาท ซึ่งจะช่วยให้คุณลดค่าใช้จ่ายลงไปได้มาก

การใช้เครื่องเป่าความดันลมเพื่อรักษาภาวะอุดกั้นทางเดินหายใจขณะหลับนั้น มีประโยชน์อย่างมากต่อท่านหากท่านได้ใช้อย่างตลอดและต่อเนื่อง ซึ่งท่านจะต้องหมั่นทำความสะอาดเครื่องอย่างสม่ำเสมอเพื่อลดอัตราการติดเชื้อโรค รวมถึงต้องติดตามการรักษาอย่างใกล้ชิดกับแพทย์ ซึ่งทั้งหมดนี้จะช่วยให้คุณมีคุณภาพชีวิตทั้งด้านการนอนและสุขภาพอื่นๆ ดีขึ้นทั้งในระยะสั้น และระยะยาวต่อไปในอนาคต