

เป็นหวัด หรือ ภูมิแพ้กันแน่

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

บางครั้งโรคจมูกอักเสบจากการติดเชื้อไวรัส (viral rhinitis) หรือหวัด (common cold) กับโรคจมูกอักเสบภูมิแพ้ (allergic rhinitis) อาจมีอาการคล้ายกัน

โรคจมูกอักเสบจากการติดเชื้อไวรัส (viral rhinitis) หรือหวัด (common cold) ทำให้ผู้ป่วยมีไข้ อ่อนเพลีย ปวดหรือมีน้ำตาไหล คัดจมูก น้ำมูกไหล (ใส หรือขุ่น) สาเหตุที่พบได้บ่อยที่ทำให้ภูมิคุ้มกันต่ำลง และมีอาการติดเชื้อไวรัสตามมาได้แก่ เครียด นอนหลับพักผ่อนไม่เพียงพอ โดนหรือสัมผัสอากาศที่เย็นมากๆ เช่น ขณะนอนเปิดแอร์ หรือพัดลมเป่าจ่อ ไม่ได้ใส่เสื้อผ้า หรือไม่ได้ให้ความอบอุ่นแก่ร่างกายเพียงพอ การดื่มหรืออาบน้ำเย็น ตากฝน หรือสัมผัสกับอากาศที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เช่น จากร้อนเป็นเย็น เย็นเป็นร้อน หรือมีควันรอบข้างที่ไม่สบายคอยแพร่เชื้อให้เราทั้งที่บ้านและที่ทำงาน ไวรัสที่ทำให้เกิดโรคได้แก่ rhinovirus, influenza, parainfluenza, adenovirus ผู้ป่วยส่วนใหญ่ มักจะหายได้เองภายใน 7 – 10 วัน โดยไม่ต้องรับประทานยาต้านจุลชีพ ถ้าผู้ป่วยปฏิบัติตนอย่างถูกต้อง และเหมาะสม

โรคจมูกอักเสบภูมิแพ้ (allergic rhinitis) หรือโรคแพ้อากาศ ทำให้ผู้ป่วยมีอาการจาม คันจมูก น้ำมูกไหลออกมาทางจมูก หรือไหลลงคอ คัดจมูก คันเพดานปากหรือคอ นานมากกว่า 1 เดือนขึ้นไป อาการดังกล่าว มักจะมีอาการ เป็นๆ (มีเหตุมากระตุ้น) หายๆ (ไม่มีเหตุมากระตุ้น) เมื่อผู้ป่วยมีอาการ ต้องมีเหตุที่กระตุ้นทำให้เกิดอาการนำมาก่อน เช่น

- ความเครียด, การนอนหลับพักผ่อนไม่เพียงพอ, อารมณ์เศร้า, วิตกกังวล, เสียใจ
- ของฉุน, ฝุ่น, ควัน, อากาศที่เปลี่ยนแปลง

และอาการดังกล่าวจะดีขึ้นเองหลังหมดเหตุดังกล่าว หรือดีขึ้นหลังได้รับประทานยาแก้แพ้ ผู้ป่วยอาจมีประวัติเป็นโรคภูมิแพ้ชนิดต่างๆ [เช่น โรคเยื่อบุตาอักเสบภูมิแพ้, โรคหืด, โรคผิวหนังอักเสบภูมิแพ้ หรือที่เรียกว่ากลุ่มโรคอะโทปี (atopic diseases or atopy)] ในสมัยเด็ก หรือในปัจจุบัน เนื่องจากโรคภูมิแพ้ เป็นกลุ่มของโรคที่แสดงอาการได้กับหลายระบบของร่างกาย นอกจากนั้นผู้ป่วยอาจมีประวัติคนในครอบครัวป่วยเป็นโรคภูมิแพ้ชนิดต่างๆดังกล่าว เนื่องจากโรคภูมิแพ้ดังกล่าวมีการถ่ายทอดทางกรรมพันธุ์ได้

ตารางข้างล่างอาจพอช่วยแยก 2 โรคนี้ออกจากกันได้

โรคจมูกอักเสบจากการติดเชื้อไวรัส (viral rhinitis) หรือหวัด (common cold)	โรคจมูกอักเสบภูมิแพ้ (allergic rhinitis)
<ul style="list-style-type: none"> • น้ำมูกข้น (อาจจะใสก็ได้) • ตัวร้อน มีไข้ได้ • ติดต่oได้ • เจ็บคอ หรือ แสบคอ • เป็นมากขึ้นเรื่อย ๆ • สัมผัสเชื้อโรคแล้วต้องใช้เวลาพักตัวนานกว่าจะเกิดอาการ 	<ul style="list-style-type: none"> • น้ำมูกใส • ไม่ตัวร้อน ไม่มีไข้ • ไม่ติดต่o (อาจติดต่oทางกรรมพันธุ์) • คันคอ • เป็น ๆ หาย ๆ • สัมผัสสารก่อภูมิแพ้แล้วจะเกิดอาการในไม่ช้า