

# เครื่องเป่าความดันลมเพื่อเปิดขยายทางเดินหายใจ

## (Positive Airway Pressure, PAP) Therapy (ตอนที่ 1)

อ.นพ.วิษณุ บรรณศิริฤกษ์

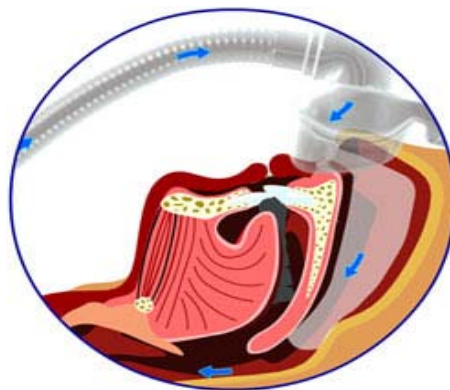
ภาควิชา โสต นาสิก ลาริงซ์วิทยา

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

### CPAP Therapy คืออะไร

คำว่า CPAP นั้นย่อมาจาก Continuous Positive Airway Pressure เป็นการรักษาที่ได้ประสิทธิผลดีที่สุดวิธีหนึ่งในการรักษา ภาวะอุดกั้นทางเดินหายใจขณะหลับ (Obstructive Sleep Apnea Syndrome, OSAS) โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ป่วยที่มีอาการในระดับปานกลาง ถึง รุนแรง CPAP มีหลักการในการรักษา คือ การเป่าความดันลมผ่านทางจมูกหรือปาก ผ่านบริเวณลำคอ และโคนลิ้น ซึ่งเป็นส่วนทางเดินหายใจส่วนต้น เพื่อให้เปิดขยายตัวตลอดเวลาโดยไม่ให้มีการอุดกั้นขณะตื่นนอนหลับ ซึ่งจะทำให้ผู้ใช้เครื่องสามารถหายใจรับอากาศอย่างพอเพียงและนอนหลับราบรื่นตลอดทั้งคืน โดยลมที่เป่าด้วยความดันนี้มักเป็นเพียงอากาศปกติ ไม่ใช่การให้ออกซิเจนตามโรงพยาบาล (ยกเว้นในบางรายที่จำเป็นมากเท่านั้น)



### เครื่อง CPAP มีส่วนประกอบและรูปร่างหน้าตา เป็นอย่างไร

ปัจจุบันมีเครื่อง CPAP อยู่หลายแบบเป็นจำนวนมาก อย่างไรก็ตามส่วนประกอบของเครื่อง CPAP หลัก ๆ นั้นจะคล้ายกัน ได้แก่ 1. ส่วนของเครื่องสร้างความดันลม 2. ส่วนของหน้ากากและสายรัด

ศีรษะ (CPAP Mask) 3. ส่วนของท่อลม และ 4. อุปกรณ์เสริมอื่นๆ เช่น เครื่องอบไอน้ำ หรือหน้ากาก  
สำรวจ เป็นต้น



### ควรเลือกรักษาด้วย CPAP แบบใด

ก่อนการรักษาด้วย CPAP ท่านต้องได้รับการตรวจโดยแพทย์เฉพาะทางด้านนี้ รวมถึงต้องได้รับการตรวจสุขภาพการนอนหลับก่อนเสมอ เพื่อได้ข้อมูลที่ถูกต้องอันจะใช้ในการอ้างอิง เพื่อดูแลรักษาท่านในระยะยาวต่อไป และเมื่อท่านร่วมตัดสินใจกับแพทย์ว่า เป็นการรักษาที่เหมาะสมกับท่านแล้ว ท่านต้องตัดสินใจเลือกประเภทของเครื่อง เนื่องจากในปัจจุบัน มีเครื่อง PAP อยู่หลายแบบ ซึ่งแบ่งง่าย ๆ จะเป็น 1. เครื่องเป่าความดันลมแบบธรรมดา หรือ Manual CPAP 2. เครื่องเป่าความดันลม 2 ระดับ (Bilevel PAP หรือ BiPAP) และ 3. เครื่องเป่าความดันลมแบบปรับความดันอัตโนมัติ (Auto-adjusting PAP หรือ APAP) ในกรณีทั่วไปการใช้เครื่องแบบธรรมดาก็อาจเพียงพอซึ่งจะมีค่าใช้จ่ายถูกกว่าแบบอื่น ท่านจำเป็นต้องปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญโดยเฉพาะว่าแบบใด และความดันลมเท่าใดจึงจะเหมาะสมกับภาวะโรคของท่านโดยไม่ก่อให้เกิดอันตราย นอกจากนี้อาจมีรายละเอียดพิเศษเพิ่มเติม ซึ่งท่านต้องคำนึงถึงปัจจัยหลายประการรวมถึงค่าใช้จ่ายต่างๆ ของท่านเองด้วย



### CPAP มีวิธีใช้อย่างไร

การใช้เครื่อง CPAP นั้น จะเริ่มใช้เฉพาะเวลาที่ท่านกำลังจะนอนหลับ โดยท่านควรใช้ตลอดทั้งคืน

และทุกคืนให้มากที่สุดเท่าที่ทำได้เพื่อให้เกิดผลดีต่อสุขภาพในระยะยาวของท่าน วิธีการใช้ไม่ยุ่งยากและไม่ซับซ้อน ซึ่งในส่วนรายละเอียดเล็กน้อยทางเทคนิคเจ้าหน้าที่เฉพาะด้านนี้จะช่วยให้คำแนะนำท่านได้ ขั้นตอนง่ายๆ เช่นเพียงเปิดเครื่องก่อน เช็กระดับความดันลม และสวมหน้ากาก เพื่อให้ลมเป่าผ่านทางท่อ เข้าสู่ทางเดินหายใจอย่างถูกต้อง แล้วจึงเข้านอน ผู้ป่วยส่วนใหญ่มักใช้เพียงหน้ากากที่ครอบจมูก (Nasal Mask) แต่บางครั้งอาจใช้หน้ากากแบบที่ครอบทั้งจมูกและปาก (Full-Face Mask) และน้อยรายมากที่จะใช้หน้ากากครอบเฉพาะบริเวณปาก (Oronasal mask)



### ประโยชน์ หรือ ข้อดี ของการรักษาด้วย CPAP

การรักษาด้วยเครื่อง CPAP นั้นตามรายงานการวิจัยทั่วโลก จัดว่าเป็นการรักษาภาวะอุดกั้นทางเดินหายใจขณะหลับระดับปานกลางหรือรุนแรง ที่มีประสิทธิภาพดีที่สุดในแบบที่ไม่ต้องผ่าตัด ถ้าท่านได้รับการวินิจฉัยที่ถูกต้องและปรับความดันที่เหมาะสมกับท่านที่สุดโดยแพทย์เฉพาะทาง และท่านได้ใช้เครื่องตลอดทั้งคืน จะข้อดีมีทั้งในระยะสั้น คือ ท่านจะไม่มีอาการนอนกรนและจะนอนหลับได้ดีขึ้นพร้อมๆกับได้รับอากาศอย่างเต็มที่ ตื่นขึ้นมาจะสดชื่น ลดอาการอ่อนเพลีย หรือ ความง่วงนอนตอนกลางวันอย่างที่ท่านรู้สึกความแตกต่างได้ รวมถึงในระยะยาวจะลดความเสี่ยงจากโรคแทรกซ้อนหรืออาการอื่นๆที่เกิดจากภาวะอุดกั้นทางเดินหายใจขณะหลับด้วย โดยหากท่านติดตามดูแลกับแพทย์อย่างใกล้ชิด จะมีความเสี่ยงในการรักษาน้อย