

การใช้ยาในโรคจมูกอักเสบจากภูมิแพ้

โรคจมูกอักเสบจากภูมิแพ้ หรือที่เรียกทั่ว ๆ ไปว่า โรคแพ้อากาศ เป็นโรคที่เกิดเนื่องจากระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายทำงานมากกว่าปกติ จัดเป็นโรคภูมิแพ้ที่พบบ่อยที่สุด ประมาณกันว่าพบโรคนี้ประมาณ 15 – 30 % ของประชากรทั่วไป และมีแนวโน้มที่จะเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ สาเหตุของโรคนี้ พอจะแบ่งออกได้เป็น 3 สาเหตุใหญ่ ๆ คือ สาเหตุแรก ได้แก่ ปัจจัยที่เป็นสาเหตุหลัก ได้แก่ เรื่องของพันธุกรรม โรคนี้ถ่ายทอดได้ทางพันธุกรรม พบว่าถ้าพ่อและแม่เป็นโรคภูมิแพ้ ลูกจะมีโอกาสเป็นโรคภูมิแพ้ถึงร้อยละ 58 ถ้าพ่อหรือแม่เป็นคนเดียว ลูกจะมีโอกาสเป็นได้ร้อยละ 38.4 และถึงแม้พ่อและแม่จะไม่มีประวัติเป็นโรคภูมิแพ้ ลูกก็มีโอกาสที่จะเป็นโรคนี้ได้ร้อยละ 12.5 สาเหตุที่สอง ได้แก่ ปัจจัยที่เป็นสาเหตุโดยตรง ได้แก่ สารก่อภูมิแพ้ ผู้ที่เป็นโรคภูมิแพ้ไม่ว่าจะ ต้องมีอาการทุกราช และไม่ว่าจะ ต้องมีอาการตลอดเวลา ผู้ป่วยเหล่านี้จะมีอาการหรือมีอาการมากขึ้น เมื่อได้รับสารก่อภูมิแพ้ สารก่อภูมิแพ้ที่มีความสำคัญ คือ สารก่อภูมิแพ้ที่สูดหายใจเข้าไปทางจมูก ได้แก่ ไรฝุ่น แมลงสาบ ขนสัตว์เลี้ยง เช่น สุนัขและแมว เกสรพืชบางชนิดและสปอร์ของเห็ด รา สารก่อภูมิแพ้ที่พบบ่อยที่สุด ได้แก่ ไรฝุ่น เป็นแมลงตัวเล็กมาก พบมากตามพืชนอน หมอน ผ้าห่ม พรม ผ้าม่าน เฟอร์นิเจอร์และตามฝุ่นบ้าน ผู้ป่วยโรคนี้จึงมักมีอาการมากเมื่อสูดดมเอาฝุ่นบ้านเข้าไป ส่วนสาเหตุสุดท้ายของโรคจมูกอักเสบจากภูมิแพ้ ได้แก่ ปัจจัยที่เป็นสาเหตุส่งเสริม ได้แก่ โรคติดเชื้อในโพรงจมูก สารระคายเคืองต่อเยื่อจมูก เช่น ภาวะมลพิษและฝุ่นถนน การเปลี่ยนแปลงอุณหภูมิ หรือความกดอากาศ ภาวะทางร่างกายและจิตใจ และโครงสร้างของจมูกที่ผิดปกติ ปัจจัยเหล่านี้ทำให้อาการแย่ลง

จะทราบได้อย่างไรว่าเป็นโรคจมูกอักเสบจากภูมิแพ้

สามารถรู้ได้จากการถามประวัติอาการเจ็บป่วย การตรวจโพรงจมูก และการตรวจทางห้องปฏิบัติการบางอย่าง ผู้ป่วยโรคนี้จะมีอาการ คัดจมูก จาม คัดจมูก น้ำมูกไหล คัดตา น้ำตาไหล โดยเฉพาะเมื่อไปสัมผัสกับสารก่อภูมิแพ้ที่กล่าวแล้วในเบื้องต้น บางครั้งอาการจะแย่ลงเมื่อมีปัจจัยเสริมต่าง ๆ เข้ามาเกี่ยวข้อง เช่น การเปลี่ยนแปลงอากาศ เป็นต้น ผู้ป่วยที่มีปัญหาคัดจมูกเรื้อรัง ควรได้รับการตรวจในโพรงจมูก และหลังโพรงจมูกทุกราย เนื่องจากอาจเป็นโรคอื่นเช่น ริดสีดวงจมูกหรือเนื้องอกได้ สำหรับโรคจมูกอักเสบจากภูมิแพ้เมื่อตรวจในโพรงจมูกจะพบเยื่อหุ้มโพรงจมูกบวม สีซีด ๆ และมีน้ำมูกใส ๆ ในบางรายที่มีอาการไม่ชัดเจน หรือรักษาด้วยยาแล้วไม่ดีขึ้น หรือในรายที่มีอาการบ่อย ๆ อาจจะทำการศึกษาทดสอบภูมิแพ้ทางผิวหนัง เพื่อดูว่าเป็นโรคจมูกอักเสบจากภูมิแพ้หรือไม่ หรือถ้าแพ้แล้วแพ้สารตัวใดบ้าง

การรักษาโรคจมูกอักเสบจากภูมิแพ้

ถึงแม้ว่าโรคนี้จะพบบ่อยมาก แต่ไม่ได้หมายความว่าทุกคนจำเป็นต้องได้รับการรักษาด้วยยา มีจำนวนไม่มากที่จำเป็นต้องรักษาด้วยยาอย่างต่อเนื่อง การรักษาโรคนี้ไม่ได้มุ่งหวังรักษาให้โรคนี้หายไป ซึ่งคงจะเป็นไม่ได้ เนื่องจากสาเหตุหลักเกิดจากปัจจัยของพันธุกรรมตามที่กล่าวแล้ว แต่การรักษาจะมุ่งเน้นเพื่อให้ผู้ป่วยมีอาการของโรคนี้น้อยที่สุด หรือไม่มีอาการเลยและเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดโรคแทรกซ้อนที่พบบ่อย ได้แก่ โรคไซนัส หรือโพรงจมูกอักเสบข้างจมูกอักเสบ โดยทั่วไปการรักษาโรคจมูกอักเสบจากภูมิแพ้ ประกอบด้วย

1. การกำจัด/หลีกเลี่ยงสิ่งที่แพ้ และการควบคุมสิ่งแวดล้อม เป็นสิ่งสำคัญที่สุด ถ้าสามารถกำจัด/หลีกเลี่ยงสิ่งที่แพ้ได้ทั้งหมด อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดีที่สุด ก็จะไม่มีอาการเลยหรือมีอาการน้อยมาก แต่ก็เป็นไปได้ยากที่จะทำได้ทั้งหมด
2. การดูแลสุขภาพทั่วไป และการออกกำลังกายซึ่งจะทำให้จมูกโล่งขึ้น
3. การรักษาด้วยยา ยาที่ใช้รักษาโรคนี้นี้อยู่หลายอย่างด้วยกัน ที่ใช้กันบ่อย ได้แก่ ยาแก้แพ้ (antihistamine) ยาลดอาการคัดจมูก (decongestant) และยาสเตียรอยด์

ยาแก้แพ้ ช่วยลดอาการคัน จาม และน้ำมูกไหลได้ดี แต่ลดอาการคัดจมูกได้ไม่ดี แบ่งใหญ่ ๆ ออกเป็น ชนิดพ่น และชนิดรับประทาน ชนิดพ่น เป็นยาที่ใช้กันอย่างแพร่หลายน้อยกว่าชนิดรับประทาน ส่วนหนึ่งอาจเนื่องจากคนส่วนใหญ่ยังไม่ค่อยคุ้นเคย หรือรู้จักยาในกลุ่มนี้ ยาในกลุ่มนี้มีข้อดีที่ออกฤทธิ์ค่อนข้างเร็วมาก และยาจะถูกดูดซึมส่วนใหญ่ในโพรงจมูกโดยมีผลต่อร่างกายระบบอื่นน้อย แต่มีข้อเสีย คือ ยาบางตัวในกลุ่มนี้อาจทำให้วังวนนอน และขมคอได้ในบางคน ปัจจุบันในประเทศไทยมีจำหน่ายอยู่ 2 ตัว คือ levocabastine และ azelastine ส่วนชนิดรับประทาน เป็นยาที่ใช้กันแพร่หลายเนื่องจากใช้สะดวก ยังแบ่งออกได้เป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มเก่า (classical antihistamine) และ กลุ่มใหม่ (new generation antihistamine) มีความแตกต่างกันตรงที่กลุ่มเก่ามีฤทธิ์วังวนนอนและทำให้จมูกแห้ง ปากแห้ง คอแห้ง แต่ราคาถูกกว่า ส่วนกลุ่มใหม่จะไม่ออกฤทธิ์เหล่านั้น นอกจากนี้ยาในกลุ่มใหม่ยังออกฤทธิ์ได้นานกว่า ส่วนใหญ่จึงสามารถรับประทานวันละ 1 ครั้งได้ ยาในกลุ่มเก่าที่ใช้กันอย่างแพร่หลาย ได้แก่ chlorpheniramine , brompheniramine ส่วนยาในกลุ่มใหม่ ได้แก่ loratadine , cetirizine , fexofenadine , desloratadine , terfenadine และ astemizole เป็นต้น

ยาลดอาการคัดจมูก มักใช้ร่วมกับยาแก้แพ้ มีทั้งชนิดรับประทาน และ ชนิดพ่นจมูก ชนิดรับประทานที่ใช้กันแพร่หลาย ได้แก่ pseudoephedrine ยาในกลุ่มนี้ อาจทำให้ความดันโลหิตสูงขึ้นสูงได้ จึงต้องใช้ด้วยความระมัดระวังในผู้ป่วยที่มีความดันโลหิตสูง และอาจมีผลทำให้ใจสั่นและนอนไม่หลับได้ ส่วนชนิดที่ใช้พ่นจมูกที่ใช้กันอย่างแพร่หลายมีหลายตัว เช่น tymazoline และ oxymetazoline เป็นต้น ยาชนิดพ่นนี้ออกฤทธิ์เร็วและแรง ทำให้จมูกโล่งได้

ภายในเวลาไม่กี่นาที แต่มีข้อเสีย คือ เมื่อใช้ติดต่อกันหลาย ๆ วัน จะทำให้เส้นเลือดในโพรงจมูกไม่สามารถหดตัวได้ดีเหมือนเดิม ทำให้จมูกบวมไม่ยุบ และมีอาการคัดจมูกเรื้อรังแทนที่ได้ ปกติจะใช้ยาพ่นนี้ติดต่อกันได้ไม่เกิน 3-5 วัน และต้องหยุดใช้ไปประมาณ 1 เดือนจึงจะกลับมาใช้ใหม่ได้

ยาสเตียรอยด์ มีทั้งชนิดรับประทาน และชนิดพ่นจมูก ยาในกลุ่มนี้จะลด

อาการคัดจมูก น้ำมูกไหล รวมทั้งอาการคัดจมูกได้ดี ชนิดรับประทาน โดยทั่วไปใช้ได้ไม่เกิน 5-7 วัน ปีหนึ่งไม่เกิน 3-4 ครั้ง และต้องอยู่ภายใต้การดูแลของแพทย์อย่างใกล้ชิด เนื่องจากมีผลข้างเคียงมาก ทำให้ภูมิคุ้มกันของร่างกายและระดับฮอร์โมนผิดปกติได้ ส่วนชนิดพ่นสามารถใช้ได้ค่อนข้างปลอดภัย ถ้าใช้อย่างถูกวิธีตามที่แพทย์แนะนำ ข้อเสียของยาชนิดพ่นนี้ คือ ต้องพ่นยาทุกวันหรือเกือบทุกวัน เนื่องจากยาในกลุ่มนี้ต้องการระยะเวลาตั้งแต่ 1 วัน ถึง 14 วันจึงจะออกฤทธิ์ได้เต็มที่ ในบางรายอาจทำให้เกิดแผลที่ผนังกันช่องจมูก เลือดกำเดาไหล และมีเชื้อราในช่องคอได้ เมื่อจะเริ่มใช้ชนิดใหม่จึงควรตรวจภายในโพรงจมูกและช่องคอก่อนทุกครั้ง

ยาที่ประกอบด้วยยาแก้แพ้และยาลดอาการคัดจมูกในเม็ดเดียวกัน ทำให้ช่วยลดทั้งอาการคัดจมูก จาม น้ำมูกไหลและอาการคัดจมูกได้ โดยไม่ต้องรับประทานยาหลายเม็ด ยาในกลุ่มนี้ที่ใช้อยู่กันบ่อย คือ ยา Actifed (Polyfed , Sinusaid และ Sulidine เป็นต้น-ขึ้นอยู่กับบริษัทที่ผลิต)ซึ่งประกอบด้วยยาลดอาการคัดจมูก pseudoephedrine และยา triprolidine ซึ่งเป็นยาแก้แพ้กลุ่มเก่าที่มีฤทธิ์ง่วงนอน แต่ราคาถูกกว่า และยา Clarinase ซึ่งประกอบด้วยยา pseudoephedrine และยา loratadine ซึ่งเป็นยาแก้แพ้ในกลุ่มใหม่ ไม่ทำให้เกิดอาการง่วงนอน

จะเห็นว่ายาที่ใช้ในการรักษาโรคจมูกอักเสบเนื่องจากภูมิแพ้มีหลายกลุ่มหลายตัวมาก จะเลือกใช้ยากลุ่มไหนและตัวใดขึ้นอยู่กับหลายปัจจัย เช่น

- ความปลอดภัยและผลข้างเคียงของยา ยาบางตัว เช่น terfenadine และ astemizole ไม่ควรใช้ร่วมกับยาอื่นบางตัว เพราะจะทำให้หัวใจเต้นเร็วผิดปกติได้ (ในปัจจุบันเราไม่ใช้ยา 2 ตัวนี้อีกต่อไปแล้ว) ผู้ที่มีอาชีพบางอย่าง เช่น นักบิน ผู้ที่ต้องขับรถหรือทำงานกับเครื่องจักร ไม่ควรใช้ยาที่ทำให้ตัวเองง่วงนอน ผู้ที่มีความดันโลหิตสูงไม่ควรใช้ยาลดอาการคัดจมูกติดต่อกันเป็นเวลาหลายวัน หรือผู้ที่ความดันโลหิตปกติเอง ถ้าจำเป็นใช้ยาลดอาการคัดจมูกเกือบทุกวัน ก็ควรเลี่ยงไปใช้ยากลุ่มอื่น หรือวิธีการรักษาอย่างอื่นแทน

- ประสิทธิภาพของยา ยาแต่ละชนิดมีฤทธิ์แตกต่างกันตามที่กล่าวไปแล้วในเบื้องต้น ซึ่งจะเหมาะกับผู้ป่วยแต่ละรายซึ่งมีอาการแตกต่างกันไป หรือผู้ป่วยรายเดียวกัน ในแต่ละช่วงเวลาอาจมีอาการไม่เหมือนกัน จึงควรเลือกยาให้เหมาะสม

- ความสะดวกในการใช้ยา ยาบางตัวรับประทานวันละหลายครั้งจึงอาจไม่สะดวกในการใช้

- ราคา ยา ควรจะเลือกยาที่มีราคาถูกกว่า เมื่อเปรียบเทียบราคาต่อวัน หรือต่อเดือน

- ลักษณะอาการและความบ่งชี้ที่มีอาการ ถ้ามีอาการไม่บ่อย ก็ไม่เหมาะที่จะใช้ยา สเตียรอยด์ชนิดพ่น เนื่องจากต้องพ่นยาทุกวันหรือเกือบทุกวัน แต่ถ้ามีอาการเกือบทุกวันและมีอาการคัดจมูกร่วมด้วย ก็ควรเลือกใช้ยาสเตียรอยด์ชนิดพ่น ผู้ที่มีการแพ้ทางผิวหนังร่วมด้วย ก็ควรเลือกใช้ยาแก้แพ้ชนิดรับประทาน ผู้ที่มีอาการไม่บ่อยและไม่ค่อยมีอาการคัดจมูก ควรเลือกใช้ยาแก้แพ้ชนิดรับประทานหรือชนิดพ่นจมูก (ชนิดพ่นถูกดูดซึมเข้าสู่ร่างกายและมีผลต่อระบบอื่นน้อย) ถ้ามีอาการคัดจมูกร่วมด้วยก็ให้ใช้ยาลดอาการคัดจมูกเสริมเป็นครั้งคราว

4. การฉีดวัคซีน เป็นการให้สารสกัดจากสารก่อภูมิแพ้ที่ผู้ป่วยรายนั้นแพ้ ฉีดเข้าไปในร่างกายโดยเพิ่มปริมาณขึ้นเรื่อย ๆ อย่างช้า ๆ เริ่มแรกมักฉีดสัปดาห์ละครั้ง เมื่ออาการดีขึ้นก็ห่างเป็น 2 , 3 และ 4 สัปดาห์ ตามลำดับเป็นเวลา 4-5 ปี โดยทั่วไปได้ผลประมาณ 70-90 %

5. การผ่าตัด บางรายที่มีอาการคัดจมูกเป็นอาการเด่น และใช้การรักษาด้วยยาไม่ดีขึ้นหรือดีขึ้นน้อย หรือไม่สามารถลดยาได้ หรือผลข้างเคียงจากการใช้ยา อาจเลือกใช้วิธีผ่าตัด ซึ่งมีหลายวิธีด้วยกันร่วมด้วย โดยทั่วไปแล้วการผ่าตัดจะลดอาการคัดจมูกได้ดี แต่ลดอาการคันจมูก จาม และน้ำมูกไหลได้ไม่ดี

รศ.นพ.ทรงกลด เขียมจตุรภัทร

หน่วยนาสิกวิทยาและภูมิแพ้ ภาควิชา โสต ศอ นาสิกวิทยา

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย