



ปัญหาไอเรื้อรัง กินยาแก้ไอก็ยังไม่ดีขึ้น ปอดอักเสบหรือไม่



ศูนย์ : ศูนย์อายุรกรรม

บทความโดยแพทย์ : พญ. สุภาสินี กลั่นแก้ว

แน่นอนว่าการไอมีผลต่อคุณภาพชีวิต บางคนไอจนปัสสาวะเล็ด ไอจนนอนไม่หลับ ไอจนผู้ร่วมงานรังเกียจ และทำให้หลายคนกังวลว่าปอดอักเสบหรือไม่ โดยอาการไอเรื้อรังเกิดได้จากหลากหลายสาเหตุ ทั้งจากมีอาการหลังที่เป็นโควิด และไม่ได้เป็นโควิดแต่มาจากโรคที่เป็นอยู่ เช่น โรคติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจส่วนบนและล่าง ได้แก่ โรคหวัด หลอดลมอักเสบ หรืออาจเป็นสัญญาณที่บ่งบอกถึงโรคร้ายแรง เช่น ปอดอักเสบ วัณโรคปอด วัณโรคกล่องเสียงหรือหลอดลม มะเร็งปอด เป็นต้น โดยการรักษาอาการไอเรื้อรังที่สำคัญที่สุดนั้น คือ การหาสาเหตุของอาการไอ และรักษาตามสาเหตุนั้นๆ เพื่อลดการลุกลามของตัวโรค

มีอาการไออย่างไรจึงควรมาพบแพทย์

- มีอาการไอนานและไอเรื้อรัง (≥ 8 สัปดาห์)
- ไอมีเสมหะมาก เสมหะจุกคอ เสมหะอยู่ลึกๆ ไอไม่ออก
- ไอมากตอนกลางคืน เวลาอากาศเย็น หรือ เวลาฝนตก
- ไอเสมหะเลือดปน
- ไอ ร่วมกับ เหนื่อยง่ายขึ้นเวลาทำกิจกรรมที่ต้องใช้แรง
- ไอ ร่วมกับ หายใจไม่อิ่ม หายใจเข้าออกไม่สุด หายใจได้ยินเสียงวี๊ด รู้สึกขาดอากาศหายใจ
- ไอ ร่วมกับ เจ็บหน้าอกแปลบๆ เป็นๆหายๆ
- ไอ ร่วมกับ มีไข้เป็นๆหายๆ น้ำหนักลด กินได้น้อยเบื่ออาหาร

หากมีอาการไอ 8 สัปดาห์ขึ้นไป ซึ่งจัดเป็น ภาวะไอเรื้อรัง (chronic cough) หรือ ไอนานไม่ถึง 8 สัปดาห์ แต่มีอาการมากหรือมีอาการอื่นดังกล่าวก่อน โดยอาการอาจเป็นๆหายๆ แนะนำมาตรวจเพิ่มเติม เพราะอาจมีสาเหตุที่แก้ไขได้ เช่น ภูมิแพ้จมูก ภาวะหลอดลมไว หอบหืด สามารถพบได้ทั้งในผู้ที่เคยมีหรือไม่มีประวัติภูมิแพ้ หรือหอบหืดมาก่อน ส่วนใหญ่มีอาการหลังการติดเชื้อไวรัส ไม่ว่าจะเชื้อโควิด ไข้หวัดใหญ่ หวัดธรรมดา สำหรับข้อมูลหลังติดเชื้อโควิด มีผลต่อภูมิแพ้อย่างไร ยังมีข้อมูลจำกัด จำเป็นต้องรอการศึกษาต่อไป

บางกรณีภาวะนานหรือไอเรื้อรังอาจเกิดจากโรคอื่นๆ ที่ไม่ได้เกี่ยวข้องกับทางเดินหายใจ เช่น กรดไหลย้อน ภาวะหัวใจวายนำท่วมปอด เป็นต้น

สาเหตุของอาการไอ

สาเหตุของอาการไอ มักจะมาจากปัญหาทางสุขภาพ ซึ่งอาจมีมากกว่าหนึ่งสาเหตุร่วมกัน ขอจำแนกเป็น 2 ส่วน ในสถานการณ์ปัจจุบัน ดังนี้

1. ไอหลังติดเชื้อโควิด

ในปัจจุบันผู้ป่วยที่เป็นโควิด-19 หลังจากรักษาตัวแล้วหายดีไม่มีเชื้อหลงเหลืออยู่ แต่ยังมีอาการที่เกิดต่อเนื่องที่เรียกว่า ภาวะลองโควิดอยู่ โดยหนึ่งในอาการนั้นคือ อาการไอ ซึ่งพบว่าผู้ป่วยไอหลังติดเชื้อโควิด-19ที่รับประทานยาแก้ไอดีขึ้น หรือมีอาการมาก เมื่อมาพบแพทย์ ส่วนใหญ่มี 2 กลุ่มที่พบบ่อย คือ

1.1 หลอดลมอักเสบ หลังติดเชื้อโควิด

โรคหลอดลมอักเสบ (acute bronchitis) เป็นภาวะที่พบบ่อยที่สุดหลังติดเชื้อโควิด เกิดจากการติดเชื้อไวรัส

ทำให้หลอดลมบวม มีเสมหะ และมีภาวะหลอดลมไว เกิดหลอดลมตีบได้
โดยอาการนั้นจะเริ่มด้วยการไอเสมหะหรือไอแห้ง หายใจไม่อึด เหนื่อยง่าย แน่นหน้าอก บางครั้งหายใจมีเสียงวี๊ด
ถ้าเป็นเล็กน้อย สามารถหายเองได้ นั้นหมายถึงเราซื้อยาแก้ไอ หรือ ยาอม อาการจะดีขึ้นเองได้

ภาวะหลอดลมอักเสบ พบว่า 50% ใอนานกว่า 2 สัปดาห์ และ 25% ใอนานกว่า 4 สัปดาห์ ผู้ที่มีหลอดลมอักเสบ
ร่วมกับอาการสงสัยว่าหลอดลมตีบ เช่น อาการหายใจไม่อึด แน่นหน้าอก หายใจมีเสียงวี๊ด เหนื่อยง่าย
พบความสัมพันธ์กับการเป็น หอบหืด หรือ ถุงลมโป่งพอง มากขึ้น ควรได้รับการรักษา ติดตาม
และตรวจประเมินเพิ่มเติม เช่น ตรวจสมรรถภาพปอด

1.2 ปอดอักเสบ Long covid

กลุ่มเสี่ยงปอดอักเสบ Long covid เช่น ผู้ที่ไม่ได้ฉีดวัคซีนโควิด หรือ ด้วัคซีนมาไม่เพียงพอตามมาตรฐาน ผู้สูงอายุ
มีโรคประจำตัวมาก กลุ่มนี้จะมีอาการไอแห้งหรือเสมหะ เหนื่อย ไข เพลีย ปวดเมื่อยตามตัว กินได้น้อย
ตรวจภาพรังสีทรวงอก มีปอดอักเสบ โดยต้องแยกภาวะปอดอักเสบอื่นๆ ออกไปด้วย
และอาจมีอาการระบบอื่นที่พบบ่อยรวม เช่น

- ระบบประสาท เช่น นอนไม่หลับ มึนงง หลงลืมง่าย
- ระบบหัวใจและหลอดเลือด เช่น กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด ลิ้มเลือดอุดตันในปอด เส้นเลือดตีบในสมอง

ภาวะนี้พบบ่อยช่วงการระบาดปี 2563-2564 ปัจจุบันพบน้อยลง
เนื่องจากผู้ป่วยส่วนใหญ่ได้วัคซีนโควิดและมียาต้านไวรัสโควิดที่มีประสิทธิภาพมากขึ้น
ดังนั้นผู้ที่ไม่ได้รับวัคซีนโควิดมีอาการไข แนะนำรีบมาตรวจวินิจฉัย
เพื่อให้ได้ยาต้านไวรัสที่เหมาะสมให้เร็วที่สุดจะลดภาวะนี้ได้

2. ไม่ได้เป็นโควิด แต่ไอนานหรือไอเรื้อรัง

ผู้ป่วยที่มีอาการไอนาน หรือไอเรื้อรังโดยไม่ได้เป็นโควิด ในกลุ่มผู้ป่วยนอกส่วนมากพบว่าเกิดจาก

- โรคหอบหืด
- ภาวะหลอดลมอักเสบ หลอดลมไวหลังการติดเชื้อไวรัส ไข้หวัด ไข้หวัดใหญ่
- ภูมิแพ้จมูก
- โรคหอบหืด ร่วมกับภูมิแพ้จมูก

โดยภาวะหลอดลมไว สัมพันธ์กับการเป็นหอบหืดหรือถุงลมโป่งพองมากขึ้น ควรได้รับการรักษา ติดตาม
และตรวจประเมิน เพิ่มเติม เช่น ตรวจสมรรถภาพปอด สำหรับสาเหตุยังไม่ทราบทั้งหมด

แต่สัมพันธ์กับมลภาวะทางอากาศ สภาวะแวดล้อมในการทำงาน ที่อยู่อาศัย การติดเชื้อทางเดินหายใจมาก่อน และการสูบบุหรี่

นอกจากนี้การไอนาน หรือไอเรื้อรังยังมีสาเหตุมาจากโรคอื่นๆ เฉพาะในกลุ่มไข้นอก (OPD) ที่มาตรวจเรื่องไอที่ รพ.นครพน ได้แก่

- ถุงลมโป่งพอง ในกลุ่มที่สูบบุหรี่หรือเคยสูบ พบ 4% โดยการวินิจฉัยจะใช้ประวัติ และการตรวจสมรรถภาพปอด
- วัณโรคปอด พบ 10% จะพบความผิดปกติจากภาพรังสีทรวงอก
- มะเร็งปอด พบ 2% จะพบความผิดปกติจากภาพรังสีทรวงอก

ทั้งนี้วัณโรคปอด ซึ่งถ้าตรวจพบและได้รับการรักษาเร็ว ผลการรักษาดี ลดโอกาสแพร่เชื้อไปให้คนอื่นได้ พบว่าผู้ป่วยวัณโรคที่อยู่ในระยะลุกลามและแพร่เชื้อ ถ้าไม่ได้รับการรักษาที่ถูกต้องจะสามารถแพร่เชื้อให้แก่ผู้อื่นได้ปีละ 10-15 คน

ไอนานหรือไอเรื้อรัง วินิจฉัยและรักษาได้อย่างไร

แพทย์เป็นผู้วินิจฉัยหาสาเหตุของอาการไอเรื้อรังที่เกิดขึ้น ได้แก่

1. ตรวจร่างกาย ร่วมกับการซักประวัติ เช่น การสัมผัสกับสารก่อภูมิแพ้หรือเหตุกระตุ้นให้เกิดอาการไอ (เช่น ฝุ่น ควัน อากาศเย็น) อาการทางจมูกหรือโรคไซนัส ประวัติโรคภูมิแพ้ของผู้ป่วยและคนในครอบครัว การสูบบุหรี่ เป็นต้น
2. การตรวจระบบทางเดินหายใจส่วนบนและล่าง และอาจส่งตรวจเพิ่มเติม เช่น ส่งตรวจภาพถ่ายรังสีของโพรงไซนัสและปอด การส่องกล้องตรวจระบบทางเดินหายใจ การตรวจเสมหะ การตรวจสมรรถภาพการทำงานของปอด เป็นต้น

อย่างไรก็ตามไม่ว่าจะเป็นหรือไม่เป็นโควิด ถ้ามีอาการ

อย่างไรก็ตามไม่ว่าจะเป็นหรือไม่เป็นโควิด ถ้ามีอาการ

- มีอาการไอนานและไอเรื้อรัง (≥ 8 สัปดาห์)
- ไอมีเสมหะมาก เสมหะจุกคอ เสมหะอยู่ลึกๆ ไอไม่ออก
- ไอมากตอนกลางคืน เวลาอากาศเย็น หรือ เวลาฝนตก
- ไอเสมหะเลือดปน
- ไอ ร่วมกับ เหนื่อยง่ายขึ้นเวลาทำกิจกรรมที่ต้องใช้แรง

- ไอ่ ร่ว้มกับ หายใจไม่อื่่ม หายใจเข้าออกไม่สุด หายใจได้ยื้นเสี้งวี๊ด รู้สึ่กษาดอากาศหายใจ
- ไอ่ ร่ว้มกับเจ็บหน้าอกแปล้บๆ เป็นๆหายๆ
- ไอ่ ร่ว้มกับ มีไข้เป็นๆหายๆ น้ำหนักลด กินได้น้อยเปื้ออาหาร

แนะนำเข้ามาปรึกษาอายุรแพทย์ระบบทางเดินหายใจเพื่อตรวจหาสาเหตุและการรักษาเพื่อลดการลุกลามของตัวโรค

พญ.สุธาสินี กลั่นแก้ว

อายุรศาสตร์โรคระบบการหายใจและภาวะวิกฤตโรคระบบการหายใจ

ศูนย์อายุรกรรม

.

นัดหมายแพทย์

ปรึกษาทุกปัญหาสุขภาพแบบออนไลน์
ไม่เสียค่าใช้จ่าย