

นอนกรน รักษาด้วย FOTONA LASER



ศูนย์ : ศูนย์โสต ศอ นาสิก

บทความโดยแพทย์ : นพ. นฤวัต เกสรสุคนธ์

การนอนกรนถือว่าเป็นปัญหาสำหรับคุณ และคนรอบข้าง ซึ่งอาการนอนกรน และโรคหยุดหายใจขณะหลับจากการอุดกั้นในระดับไม่รุนแรง ที่มีปัญหาจากกล้ามเนื้อบริเวณคอหอย มีการหย่อนตัวลงในขณะนอนหลับ ทำให้เกิดการตีบแคบลงของช่องคอ สามารถรักษาได้ด้วย FOTONA LASER เทคโนโลยีเลเซอร์ที่เรียกว่า Erbium: Yag Laser ทำให้เกิดการกระตุ้นสร้างคอลลาเจน เกิดการตึงตัวขึ้น ส่งผลให้กล้ามเนื้อตรงผนังของช่องปากแข็งแรงลดอาการนอนกรนได้ โดยไม่มีแผลผ่าตัด ไม่มีการฉีดยาหรือดมยาสลบ สามารถกลับบ้านได้หลังการทำโดยไม่ต้องพักฟื้น

สารบัญ

- [นอนกรนอันตรายแค่ไหน](#)

- [สาเหตุของอาการนอนกรน](#)
- [FOTONA LASER รักษาอาการนอนกรน](#)
- [ข้อบ่งชี้ในการรักษาด้วย FOTONA LASER](#)
- [ขั้นตอนการรักษาอาการนอนกรนด้วย FOTONA LASER](#)
- [ข้อดีของการรักษาด้วย FOTONA LASER](#)
- [ปรึกษาแพทย์ออนไลน์ ไม่เสียค่าใช้จ่าย](#)

นอนกรนอันตรายแค่ไหน

การนอนกรนจะส่งผลเสียต่อสุขภาพการนอนหลับของตนเอง และหากมีภาวะหยุดหายใจขณะหลับ ที่ช่องทางเดินหายใจตีบแคบลงมาจนปิดสนิท ทำให้ลมหายใจเข้าออกขาดหายไปชั่วขณะรวมด้วย ก็จะทำให้ขาดออกซิเจนในร่างกาย เกิดการตื่นตัวของสมองให้กลับมาหายใจใหม่เรื่อยๆ ซึ่งในการตื่นตัวบ่อยๆ จะส่งผลให้นอนไม่พอทำให้เกิดโรคตามมา เช่น อ่อนเพลียตอนกลางวัน ประสิทธิภาพในการคิด ความจำ การทำงานด้อยลง เสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง โรคเครียด โรคซึมเศร้า รวมถึงโรคสมองเสื่อม เป็นต้น

[> กลับสารบัญ](#)

สาเหตุของอาการนอนกรน

สาเหตุของการนอนกรนหรือโรคหยุดหายใจขณะหลับมีหลายอย่าง เช่น

- เยื่อจมูกอักเสบเรื้อรัง
- ภูมิแพ้
- จมูกคด
- ริดสีดวงจมูก
- น้ำหนักตัวมากหรืออ้วน
- คางสั้น ลิ้นไก่ยาว
- ทอนซิลโต
- เนื้องอกในทางเดินหายใจส่วนบน
- กล้ามเนื้อหอยอนปิดปกติ

ดังนั้น ควรพบแพทย์เฉพาะทางด้านโสต ศอ นาสิกเพื่อตรวจประเมินหาสาเหตุก่อนการรักษา เช่น การซักประวัติ

ตรวจร่างกาย รวมไปถึงการตรวจทางเดินหายใจอย่างละเอียด
โดยแพทย์อาจพิจารณาให้ทำการทดสอบการนอนหลับ (Sleep test) หรือตรวจเพิ่มเติมอื่น ๆ

[> กลับสารบัญ](#)

FOTONA LASER รักษาอาการนอนกรน

การรักษาอาการนอนกรนด้วย FOTONA LASER เป็นการรักษาโดยใช้เลเซอร์ชนิด Erbium: Yag Laser ที่มีประสิทธิภาพสูงและมีความอ่อนโยนที่จะใช้กับเนื้อเยื่ออ่อนภายในช่องปากบริเวณกระพุ้งแก้ม ลิ้น และเพดานอ่อน โดยเลเซอร์จะช่วยกระตุ้นให้เกิดการสร้างคอลลาเจน ทำให้กล้ามเนื้อและเยื่อเพดานอ่อนหดตัวขึ้น จนสามารถยกลิ้นไก่ให้สูงขึ้นจากการกีดขวางทางเดินอากาศของหลอดลมช่วงบนได้ ส่งผลให้ทางเดินหายใจโล่งขึ้น เมื่อมีลมหายใจเข้าออกได้ดีขึ้น การอุดกั้นทางเดินหายใจลดลง ก็ทำให้ช่วยลดอาการนอนกรนได้

[> กลับสารบัญ](#)

ข้อบ่งชี้ในการรักษาด้วย FOTONA LASER

การรักษาอาการนอนกรนด้วย FOTONA LASER จะใช้ในผู้ป่วยที่มีปัญหาเพดานอ่อน คอหอยหย่อนตัว โดยกล้ามเนื้อต่าง ๆ ที่อยู่ในช่องปากนั้นหย่อนตัวมาปิดบังระบบหายใจ โดยเฉพาะช่องแคบที่เกิดจากการหย่อนตัวลงไปของเพดานลิ้นไก่ โดยก่อนการรักษาแพทย์จะประเมินในช่องปากว่าเพดานช่องลม ลิ้นไก่ หย่อนลงมาปิดกั้นทางเดินหายใจมากขนาดไหน

[> กลับสารบัญ](#)

ขั้นตอนการรักษาอาการนอนกรนด้วย FOTONA LASER

การรักษาอาการนอนกรนด้วย FOTONA LASER ผู้ป่วยจะอยู่ในท่านอนหรือนั่ง ไม่ต้องฉีดยาชาหรือดมยาสลบ ให้ผู้ป่วยอ้าปาก จากนั้นแพทย์จะยิงเลเซอร์ไปที่บริเวณที่มีปัญหา เช่น กระพุ้งแก้ม ลิ้น และเพดานอ่อน จะใช้เวลาทำการรักษาประมาณ 30 นาที โดยเลเซอร์จะช่วยกระตุ้นคอลลาเจนในเนื้อเยื่อบริเวณเยื่อในช่องปาก สามารถช่วยเปิดทางเดินหายใจและลดเสียงกรนได้

ควรได้รับการรักษาด้วย FOTONA LASER อย่างน้อย 3 - 5 ครั้ง โดย 2 ครั้งแรกให้ทำสัปดาห์เว้นสัปดาห์

และครั้งที่ 3 -5 ให้เว้นไปอีก 1 เดือน หรือตามคำแนะนำของแพทย์ ผลของการรักษาจะขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคล โดยบางคนอาจดีขึ้นหลังทำครั้งแรก และบางคนอาจต้องทำมากกว่า 3 ครั้งถึงจะได้ผลดี

> กลับสารบัญ

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม

ข้อดีของการรักษาด้วย FOTONA LASER

- ไม่ต้องผ่าตัด หรือการใช้เข็มใดๆ
- ไม่เจ็บ ไม่ต้องใช้ยาชา
- ไม่ต้องเตรียมตัวก่อนการรักษา
- สามารถกลับบ้านได้หลังการทำโดยไม่ต้องพักฟื้น

> กลับสารบัญ

การใช้ FOTONA LASER ถือเป็นอีกหนึ่งวิธีในการรักษาอาการนอนกรน หากใครมีปัญหานอนกรน หรือพบว่าคนใกล้ชิดมีอาการนอนกรน สามารถเข้ามาพบแพทย์เฉพาะทางด้านโสต ศอ นาสิก เพื่อตรวจหาสาเหตุที่ถูกต้องเพื่อให้ผลการรักษามีประสิทธิภาพ หรือส่งข้อมูลเพื่อปรึกษาแพทย์ออนไลน์ได้เลย

นพ.นฤวัต เกสรสุคนธ์

โสตศอนาสิกวิทยา

ศูนย์โสต ศอ นาสิก

นัดหมายแพทย์

ปรึกษาทุกปัญหาสุขภาพแบบออนไลน์
ไม่เสียค่าใช้จ่าย

