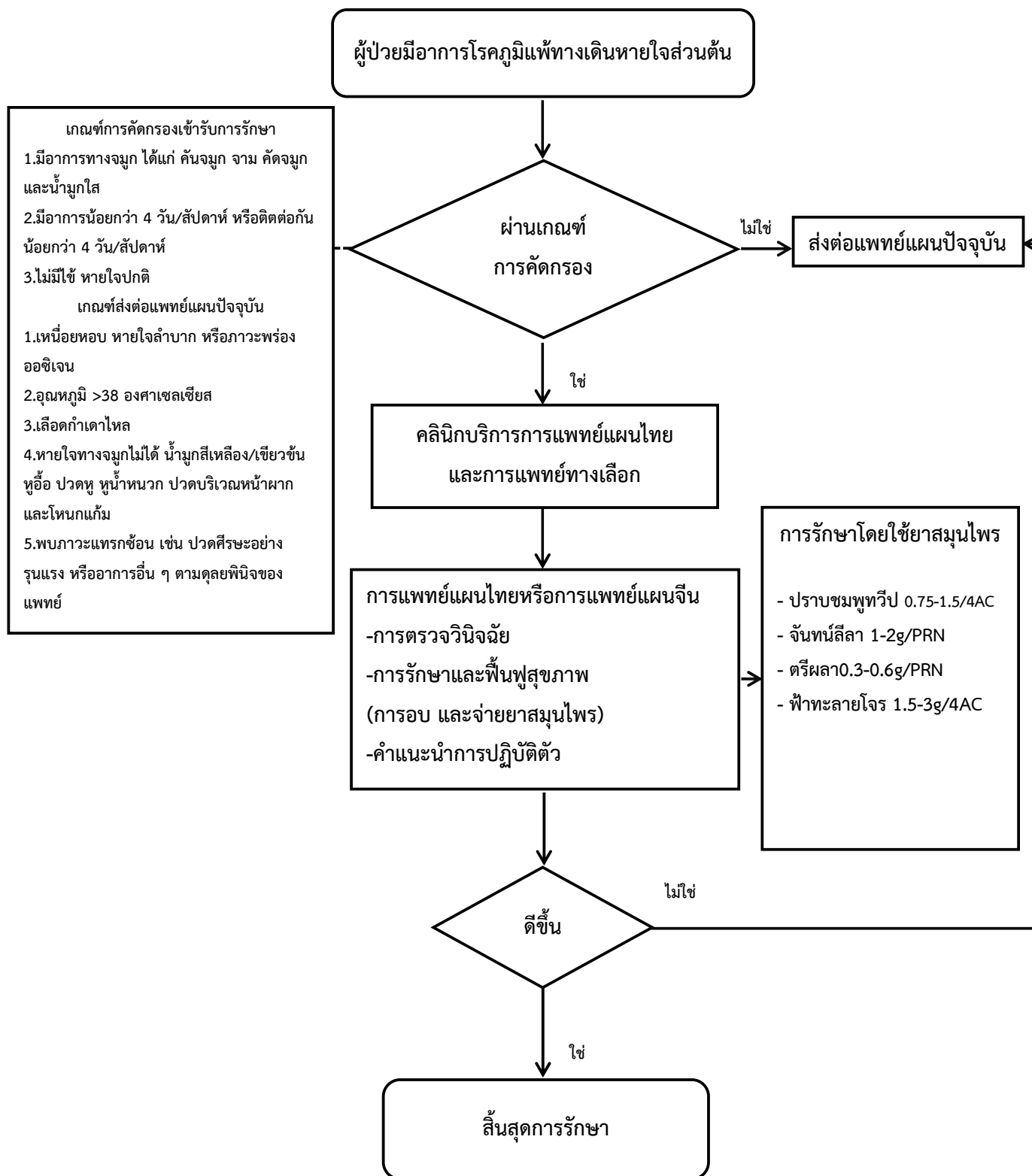


แนวทางเวชปฏิบัติการดูแลรักษาผู้ป่วยโรคภูมิแพ้ทางเดินหายใจส่วนต้น



แผนภูมิที่ 4 แสดงแนวทางเวชปฏิบัติการดูแลรักษาผู้ป่วยโรคภูมิแพ้ทางเดินหายใจส่วนต้น

(1) คำจำกัดความ

โรคภูมิแพ้ทางเดินหายใจส่วนต้น

การแพทย์แผนปัจจุบัน

ทางการแพทย์แผนปัจจุบัน คือ โรคจมูกอักเสบจากภูมิแพ้ หมายถึง โรคที่มีความผิดปกติของระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายชนิดที่มีอาการแสดงทางจมูก เกิดหลังจากได้รับสารก่อภูมิแพ้เข้าไป แล้วเกิดการอักเสบของเยื่อจมูก ทำให้เกิดอาการคัน จาม และคัดจมูก ตั้งแต่น้อยจนถึงเป็นมาก

การแพทย์แผนไทย

ทางการแพทย์แผนไทยไม่ได้กล่าวถึงโรคภูมิแพ้โดยตรง แต่มีกลุ่มอาการที่เกี่ยวข้องกับระบบคอเสมหะ ซึ่งมีอาการคันจมูก จาม คัดจมูก น้ำมูกใส ไม่มีไข้ และมีความสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงของอากาศ กระทบร้อน กระทบเย็น กลิ่นคาวบูดหึ่งและน้ำหอม สัมผัสเกสรดอกไม้ ขนสัตว์ ฝุ่น ไรฝุ่น เป็นต้น ทำให้มีอาการคอเสมหะกำเริบและสิ่งชวนการพิจารณา โดยเฉพาะในตอนเช้า ส่วนใหญ่มักเรียนอาการเหล่านี้ว่า หวัดแพ้อากาศ

(2) เกณฑ์คัดกรองเข้ารับการรักษา

- 1.ผู้ป่วยมีอาการทางจมูก ได้แก่ คันจมูก จาม คัดจมูก และน้ำมูกมีสีใส
- 2.มีอาการน้อยกว่า 4 วันต่อสัปดาห์หรือมีอาการติดต่อกันน้อยกว่า 4 สัปดาห์
- 3.ไม่มีไข้ หายใจปกติ

(3) เกณฑ์การส่งต่อแพทย์แผนปัจจุบัน

- 1.เหนื่อยหอบ หายใจลำบาก หรือมีภาวะพร่องออกซิเจน
- 2.อุณหภูมิ ≥ 38 องศาเซลเซียส
- 3.เลือดกำเดาไหล
- 4.หายใจทางจมูกไม่ได้ น้ำมูกสีเหลือง/ข้น หูอื้อ ปวดหู หนองน้ำหนวก ปวดบริเวณหน้าผากและโหนกแก้ม
- 5.ภาวะแทรกซ้อน เช่น ปวดศีรษะอย่างรุนแรง หรืออาการอื่นๆ ตามดุลยพินิจของแพทย์ผู้ทำการรักษา

(4) การตรวจวินิจฉัย

การแพทย์แผนไทย

1. การซักประวัติ

การซักประวัติและวิเคราะห์ทางการแพทย์แผนไทยในโรคภูมิแพ้ทางเดินหายใจส่วนต้นต้องถามอาการและอาการแสดงที่สอดคล้องกับโรคดังกล่าว ดังนั้นต้องคำนึงถึงช่วงเวลา ฤดูกาล ปัจจัยหรือสิ่งกระตุ้นที่ทำให้อาการกำเริบมากขึ้น เพื่อนำไปสู่การรักษาโรคได้อย่างถูกต้อง ทั้งนี้ต้องวิเคราะห์สมุฏฐานที่มีความสัมพันธ์ของโรคดังกล่าวตามตารางต่อไปนี้

คู่มือแนวทางเวชปฏิบัติด้านการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกจังหวัดอ่างทอง

ข้อมูล	เหตุผล
ธาตุเจ้าเรือน	เพื่อใช้ในการวิเคราะห์ว่าธาตุเจ้าเรือนของผู้ป่วย -โรคมุมิแพ้ทางเดินหายใจส่วนต้น มักเกิดในกลุ่มของผู้ที่มี อาโปธาตุ (ธาตุน้ำ) เป็นเจ้าเรือน ซึ่งจะกระทำโทษที่รุนแรง กว่าผู้ที่มีธาตุเจ้าเรือนอื่น ๆ
ธาตุสมุฏฐาน	เพื่อให้ทราบสมุฏฐานการเกิดโรค อาการภูมิแพ้ทางเดิน หายใจส่วนต้น มักมีน้ำมูก จามบ่อยๆ คัดจมูก และคันจมูก อาจสัมพันธ์กับอาโปธาตุ (ธาตุน้ำ) ได้แก่ สิ่งสกปรกในอากาศ มี อาการน้ำมูกไหล ทำให้หายใจไม่สะดวก อาการแสดงทางคอ เสมหะ ทำให้มีเสมหะในลำคอถึงจมูก (คอเสลด)
อุตุสมุฏฐาน	เพื่อใช้ร่วมในการประเมินอาการของผู้ป่วยว่าฤดูกาลใดที่เริ่มมี อาการเจ็บป่วย มีอาการกำเริบของโรคสัมพันธ์กับการ เปลี่ยนแปลงของสภาพอากาศหรือไม่ -เนื่องจากฤดูหนาว (เหมันตฤดู) พักัดเสมหะ เป็นสมุฏฐาน ของอาโปธาตุ (ธาตุน้ำ) ที่จะกระทำให้อาการของโรคมุมิแพ้ ทางเดินหายใจส่วนต้นมีความรุนแรงขึ้น
อายุสมุฏฐาน	เพื่อดูอายุของผู้ป่วย ซึ่งอาจเป็นปัจจัยส่งเสริมให้เกิดโรค - ช่วงอายุ แรกเกิด -16 ปี พักัดเสมหะ เป็นช่วงอายุที่เสมหะ เป็นเจ้าสมุฏฐาน ส่งผลให้อาการรุนแรงขึ้น
กาลสมุฏฐาน	เพื่อใช้ร่วมในการประเมินอาการของผู้ป่วยว่าช่วงเวลาใดมี อาการเจ็บป่วย หรือการกำเริบของโรค มีความสัมพันธ์กับ เวลาหรือไม่ -ช่วงเวลา 06.00-10.00 น.และ18.00-22.00 น.เป็นช่วงที่ อาโปธาตุ (ธาตุน้ำ) พักัดเสมหะ กระทำโทษ ส่งผลให้โรค มุมิแพ้ทางเดินหายใจส่วนต้นมีอาการกำเริบขึ้น
ประเทศสมุฏฐาน	เพื่อใช้ร่วมประเมินอาการของผู้ป่วยว่าถิ่นที่อยู่อาศัยหลัก มี ความสัมพันธ์กับอาการเจ็บป่วยหรือไม่ -ผู้ที่อาศัยในลักษณะภูมิประเทศแบบที่เป็นที่น้ำเค็ม มีโคลน ตมขึ้นและ เช่น ชายทะเล(ประเทศหนาว) อาโปธาตุ (ธาตุน้ำ) พักัดเสมหะกระทำโทษ ทำให้โรคมุมิแพ้ทางเดินหายใจส่วน ต้นกำเริบมากขึ้น
มูลเหตุการเกิดโรค	เพื่อให้ทราบสาเหตุและความสัมพันธ์ของโรคซึ่งอาจจะทำให้ โรคกำเริบมากขึ้น เช่นการกระทบร้อน-เย็น การอดนอน ทำงานเกินกำลัง พักผ่อนไม่เพียงพอ เป็นต้น

การตรวจร่างกาย

1.การประเมินลักษณะทั่วไป

- ดุสีหน้าผู้ป่วยไม่สดชื่น
- อาจพบผิวน้ำใต้ขอบตามีสีคล้ำ

2.การตรวจ:ดู คลำ ฟัง เคาะ

- ดู พบน้ำมูกสีใส อาจมีเยื่อจมูกบวมแดงเล็กน้อย
- คลำ/สัมผัส บริเวณหน้าผาก ไม่พบความร้อน
- เคาะบริเวณหน้าผาก หัวคิ้วและโหนกแก้มทั้งสองข้าง ไม่เจ็บ
- ฟัง ปวด ไม่พบความผิดปกติ

(5) การรักษาและฟื้นฟูสุขภาพทางการแพทย์แผนไทย

1.การรักษาด้วยยาสมุนไพร

อาการอักเสบจากภูมิแพ้ มักมีน้ำมูก จามบ่อยๆ คัดจมูก และคันจมูก เป็นอาการทางอาโปธาตุ (ธาตุน้ำ) ตำรับยาที่ใช้มักเป็นกลุ่มยารสร้อนเป็นหลัก

1.1. ยาสมุนไพรในบัญชียาหลักแห่งชาติ พ.ศ. 2558

ตำรับยา	อาการ/สรรพคุณ	ขนาด/วิธีใช้	ข้อห้าม ข้อควรระวัง
- ปราบชมพูทวีป	รสร้อน บรรเทาอาการหวัดใน ระยะแรก และการการ เนื่องจากการแพ้ากาศ	รับประทานครั้งละ 750 มิลลิกรัม วันละ 4 ครั้ง ก่อนอาหารและ ก่อนนอน	-ห้ามใช้เมื่อพบภาวะแทรกซ้อน จากแพ้ากาศเช่น ไซนัสอักเสบ หรือติดเชื้อจากแบคทีเรีย ซึ่งจะ มีอาการเจ็บบริเวณไซนัส ไข้สูง น้ำมูกและเสมหะเขียว -ควรระวังการบริโภคในผู้ป่วย โรคความดันโลหิตสูงโรคหัวใจ ผู้ป่วยโรคแผลเปื่อยเพปติก และกรดไหลย้อน เนื่องจากเป็น ตำรับยารสร้อน -สเปรย์ร้อนยอดอก
- จันทน์ลีลา	รสขม สุกุมหอม ร้อน บรรเทาอาการไข้ตัวร้อน ไข้เปลี่ยนฤดู	- ชนิดแคปซูลและชนิดเม็ด ผู้ใหญ่ รับประทานครั้งละ 1-2 กรัม ทุก 3-4 ชั่วโมง เมื่อมีอาการ เด็ก อายุ 6-12 ปี รับประทานครั้งละ 500 มิลลิกรัม - 1 กรัม ทุก 3-4 ชั่วโมง เมื่อมีอาการ	- ไม่แนะนำให้ใช้ในผู้ที่สงสัยว่า เป็นไข้เลือดออก เนื่องจากอาจ บดบังอาการของไข้เลือดออก -หากใช้ยาเป็นเวลานานเกิน 3 วัน แล้วอาการไม่ดีขึ้น ควร ปรึกษาแพทย์

คู่มือแนวทางเวชปฏิบัติด้านการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกจังหวัดอ่างทอง

ตำรับยา	อาการ/สรรพคุณ	ขนาด/วิธีใช้	ข้อห้าม ข้อควรระวัง
			ข้อมูลเพิ่มเติมอื่นๆ: - แนะนำให้ใช้ยาจนทนได้ ในหญิงที่มีไข้หวัดหรือไข้ ระหว่างมีประจำเดือน
- ตริผลา	รสเปรี้ยว ฝาด หวาน บรรเทาอาการไอ ขับ เสมหะ	- ชนิดซอง รับประทานครั้งละ 1-2 กรัม ชง น้ำร้อนประมาณ 120-200 มิลลิลิตร ทิ้งไว้ 3-5 นาที ดื่ม ในขณะที่อุ่น เมื่อมีอาการไอ ทุก 4 ชั่วโมง - ชนิดแคปซูล ชนิดเม็ด และ ชนิดลูกกลอน รับประทานครั้งละ 300-600 มิลลิกรัม เมื่อมีอาการไอ วันละ 3-4 ครั้ง	- ควรระวังการใช้ในผู้ป่วยที่ ท้องเสียง่าย
- ฟ้าทะลายโจร	. บรรเทาอาการของโรค หวัด (common cold) เช่น เจ็บคอ ปวดเมื่อย กล้ามเนื้อ	- ชนิดแคปซูล ชนิดเม็ด และ ชนิดลูกกลอน รับประทานครั้งละ 1.5 - 3 กรัม วันละ 4 ครั้ง ก่อนอาหารและ ก่อนนอน	- ห้ามใช้ในผู้ป่วยที่มีอาการแพ้ฟ้า ทะลายโจร - ห้ามใช้ในหญิงตั้งครรภ์และให้ นมบุตร เนื่องจากอาจทำให้เกิด ทารกวิรูปได้ - หากใช้ยานี้ติดต่อกันเป็น เวลานาน อาจทำให้แขนขา อ่อนหรืออ่อนแรง - หากใช้ฟ้าทะลายโจรติดต่อกัน 3 วัน แล้วไม่หาย หรือ มีอาการ รุนแรงขึ้นระหว่างใช้ยาควรหยุด ใช้และพบแพทย์ - ควรระวังการใช้ยานี้ร่วมกับ สารกันเลือดเป็นลิ่ม (anticoagulants) และยาต้าน การจับตัวของเกล็ดเลือด (antiplatelets) - ควรระวังการใช้ยานี้ร่วมกับยา ลดความดันเลือดเพราะอาจ เสริมฤทธิ์กันได้

คู่มือแนวทางเวชปฏิบัติด้านการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกจังหวัดอ่างทอง

ตำรับยา	อาการ/สรรพคุณ	ขนาด/วิธีใช้	ข้อห้าม ข้อควรระวัง
			<ul style="list-style-type: none"> - ควรระวังการใช้น้ำนี้ร่วมกับยาที่กระบวนการเมตาบอลิซึมผ่านเอนไซม์ Cytochrome P450 (CYP 450) เนื่องจากฟ้าทะลายโจรมีฤทธิ์ยับยั้งเอนไซม์ CYP 1A2, CYP 2C9 และ CYP 3A4 - อาจทำให้เกิดอาการผิดปกติของทางเดินอาหาร เช่น ปวดท้อง ท้องเดิน คลื่นไส้ เบื่ออาหาร วิงเวียนศีรษะ ใจสั่น และอาจเกิดลมพิษได้ - ห้ามใช้ฟ้าทะลายโจรสำหรับแก้เจ็บคอในกรณีต่างๆ ต่อไปนี้ <ul style="list-style-type: none"> - ในผู้ป่วยที่มีอาการเจ็บคอเนื่องจากติดเชื้อ Streptococcus group A - ในผู้ป่วยที่มีประวัติเป็นโรคไตอักเสบ เนื่องจากเคยติดเชื้อ Streptococcus group - ในผู้ป่วยที่มีประวัติเป็นโรคหัวใจรั่วหัวใจตีบ - ในผู้ป่วยที่มีอาการเจ็บคอเนื่องจากการติดเชื้อแบคทีเรียและมีอาการรุนแรง เช่น มีตุ่มหนองในคอ มีไข้สูง และหนาวสั่น

1.2 ยาดำรับปรุงเฉพาะราย

การใช้ยาตามภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์พื้นบ้าน ที่มีอยู่ในตำราหรือในท้องถิ่นที่มีการใช้ต่อกันมา โดยพิจารณาอาการและการวินิจฉัยโรคของผู้ป่วยแต่ละราย ดังนี้

ตำรับ/สมุนไพร	วิธีใช้	เหตุผล
ใบกะเพราแดง	ตำคั้นเอาน้ำผสมกับน้ำผึ้ง เกลือ (เหล้าโรง 3-5 หยด) รับประทาน วันละครั้ง ติดต่อกัน 1-2 สัปดาห์	ทำให้ทางเดินหายใจสะดวก เพิ่มความอบอุ่นให้กับร่างกาย
ขิง+กระเทียม+หอมแดง	นำสมุนไพรสดทั้ง 3 ชนิด โขลกรวมกัน คั้นเอาน้ำผสมน้ำผึ้งและน้ำมะนาว เล็กน้อย ต้มวันละ 2 ครั้ง เช้า-ก่อนนอน ติดต่อกัน 1-2 สัปดาห์	ทำให้ทางเดินหายใจสะดวก บรรเทาอาการคัดจมูก ขับเสมหะ
ว่านหอมแดงหรือหัวหอมแดง	ว่านหอมแดงหรือหัวหอมแดง 1-2 หัว ทูบพอแหลก ห่อด้วยผ้าขาวบาง วางไว้บนตำแหน่งกระหม่อมหรือหน้าผาก	ทำให้ทางเดินหายใจสะดวก บรรเทาอาการน้ำมูกไหล
ว่านหอมแดง+เปราะหอม	ว่านหอมแดงและเปราะหอมสด 1-2 หัว ทูบพอแหลก ห่อด้วยผ้าขาวบาง วางไว้บนตำแหน่งกระหม่อมหรือหน้าผาก	ทำให้ทางเดินหายใจสะดวก บรรเทาอาการน้ำมูกไหล

หมายเหตุ การใช้ยาปรุงเฉพาะราย สัดส่วน ปริมาณ ขึ้นกับดุลยพินิจของแพทย์

2.การอบสมุนไพร

เพื่อบรรเทาอาการคัดจมูก ช่วยให้หายใจโล่ง โดยใช้สูตรการอบสมุนไพรแบบทั่วไป สามารถเพิ่มหรือลดสัดส่วนสมุนไพรในกลุ่มที่มีสารสำคัญออกฤทธิ์เป็นน้ำมันหอมระเหย ช่วยให้หายใจสะดวก ได้แก่ ว่านหอมแดง เปราะหอม ผิวมะกรูด และกลุ่มที่มีสาระสำคัญในการต้านฮิสตามีน ได้แก่ ไพล ทั้งนี้ให้เหมาะสมกับอาการผู้ป่วยแต่ละรายและขึ้นกับดุลยพินิจของแพทย์

(6) คำแนะนำในการปฏิบัติตัวเพื่อการส่งเสริม ป้องกัน และฟื้นฟูสุขภาพ

- 1.งดอาหารแสลง หลีกเลี่ยงน้ำเย็น ผัก ผลไม้ และอาหารรสเย็น หวานจัด มันจัด ขมจัด เพราะจะกระตุ้นให้เสมหะกำเริบ
- 2.หลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดโรค เช่น การกระທบร้อน-กระທบเย็น การทำงานเกินกำลัง พักผ่อนไม่เพียงพอ เป็นต้น
- 3.หลีกเลี่ยงปัจจัยหรือสิ่งกระตุ้น เช่น ขนสัตว์ ฝุ่นละออง ควั่น เกสรดอกไม้ ไรฝุ่น เป็นต้น
- 4.รักษาร่างกายให้อบอุ่นอยู่เสมอ เช่น สวมใส่เสื้อผ้าที่ปิดคอและหน้าอกให้อบอุ่น

คู่มือแนวทางเวชปฏิบัติด้านการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกจังหวัดอ่างทอง

5. ควรดื่มน้ำอุ่นเพื่อเพิ่มความอบอุ่นของร่างกาย หรือสมุนไพรที่มีรสร้อนสุขุม เช่น น้ำขิง กะเพรา เพื่อลดเสมหะและทำให้ระบบทางเดินหายใจสะดวก
6. รับประทานอาหารที่บำรุงซี่ ไต แก่ เห็ดตากแห้ง พุทราจีน เนื้อแกะ วอลนัทฮ่วยซัว (Chinese yam) และช่วงที่มีอาการควรรับประทานอาหารที่มีรสร้อน ทำให้เหงื่อออก ช่วยในการกระจายของชีพอด เช่น ขิง ผักชี ต้นหอม และดื่มน้ำขิงต้มกับพุทราจีนใส่น้ำตาลทรายแดงเล็กน้อยเป็นประจำ ก็เป็นอีกวิธีหนึ่งในการช่วยป้องกันและบรรเทาอาการของโรคนี้ได้
7. ไม่ควรอาบน้ำหรือสระผมด้วยน้ำที่เย็นเกินไปหรืออาบน้ำตอนดึก โดยเฉพาะเวลาที่อากาศเย็น
8. บริหารร่างกายด้วยท่าฤาษีตัดตน เช่น ท่าเทพพนม นอนหงายผายปอด ดำรงกายอายุยืน เพื่อเป็นการฝึกลมหายใจ เป็นต้น
9. การนวดกดจุดตัวเองตามทฤษฎีการแพทย์แผนจีน
 1. ใช้นิ้วมือกดด้านข้างปีกจมูกทั้งสองข้าง ดันขึ้นบนจนถึงด้านข้างสันจมูก กึ่งกลางระหว่างหัวคิ้วทั้งสอง สองนิ้วมือชิดกัน ดันขึ้นบนผ่านหน้าผากจนถึงโหมม ทำเช่นนี้หลายๆ รอบจนรู้สึกจมูกร้อนๆ
 2. ใช้นิ้วโป้งกดนวดบริเวณต้นคอจุดเฟิงฉือ (fengchi) นวดจนรู้สึกบริเวณนี้อุ่นร้อน ขณะนวดควรทำจิตใจให้สงบ หายใจเข้าออกช้าๆ และลึกๆ การนวดด้วยวิธีนี้ช่วยให้เลือดลมบริเวณจมูกไหลเวียนได้ดีขึ้น ช่วยทำให้อาการแพ้ากาศดีขึ้น เพื่อให้สะดวกในการนวด สามารถใช้ศอกท้าวไว้กับโต๊ะ หากอาการคัดจมูกเป็นมาก ให้นวดเพิ่มบริเวณกึ่งกลางด้านหลังของข้อพับเข่า (จุด BL40)

(7) การประเมินและติดตามผลการรักษา

1. ติดตามผลการรักษาโดยนัดเพื่อประเมินอาการและอาการแสดงตามเกณฑ์การรักษา เพื่อดูว่าอาการดีขึ้นหรือไม่ โดยการซักประวัติที่สัมพันธ์กับอาการของโรค เช่น น้ำมูก คัดจมูก จาม รวมถึงความถี่ลดลงหรือไม่ เมื่อรักษาด้วยการแพทย์แผนไทยภายใน 2 สัปดาห์แล้วอาการไม่ดีขึ้น ให้แพทย์ประเมินเพื่อทำการส่งต่อผู้ป่วยอย่างถูกต้อง
2. เมื่อรักษาด้วยการแพทย์แผนจีนด้วยการฝังเข็ม 10 ครั้ง หรือประมาณ 6 สัปดาห์หากอาการไม่ดีขึ้น พิจารณาส่งต่อแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทาง