

ทำไมลูกไม่หายไอสักที ?

ศ.พญ.อรุณวรรณ พุทธิพันธ์

คนเรามักจะไอเสมอเวลาที่มีสิ่งแปลกปลอมเข้ามากระตุ้น หรือระคายเคืองต่อทางเดินหายใจ สิ่งแปลกปลอมที่ว่าอาจจะเป็นได้ตั้งแต่น้ำมูกที่หยดลงคอ เสมหะ ควันบู่หรี เศษอาหารที่สำคัญเข้าไปในหลอดลม หรือแม้แต่กลิ่นกับข้าวรสจัดที่กำลังผัดในกระทะ ร่างกายคนเราอาศัยการไอนี้แหละที่จะช่วยกำจัดสิ่งแปลกปลอมทั้งหลายเหล่านี้ที่พลัดหลงเข้ามาให้ออกพ้นจากทางเดินหายใจ

เด็ก ๆ ส่วนใหญ่ มักจะไอในช่วงที่มีการติดเชื้อที่ทางเดินหายใจส่วนบน การติดเชื้อต่างๆ จะทำให้เกิดการอักเสบ มีการผลิตเสมหะและน้ำมูก ก่อให้เกิดการระคายเคืองต่อเยื่อบุทางเดินหายใจ เด็กมักจะมีอาการไอ ร่วมกับมีไข้ ตัวร้อน เป็นหวัด คัดจมูก บางคนเจ็บคอ โดยทั่วๆ ไป พอการติดเชื้อทุเลาลง อาการไอก็จะค่อยๆ น้อยลง และหายไปได้ในที่สุด

แต่ถ้าเด็กไอไม่หายสักที ความถี่ของการไอไม่ยอมลดลง รอจนถึง 3-4 สัปดาห์แล้วก็ยังไอ ณ จุดนี้ คงจะไม่ใช่อาการไอธรรมดาๆ แล้วละ โอนานๆ แบบนี้ทางแพทย์เรียกว่า ไอเรื้อรัง คุณพ่อคุณแม่ควรพาลูกไปพบแพทย์ เพื่อจะได้หาสาเหตุและรักษาให้ตรงจุด

ว่ากันว่าสาเหตุของการไอเรื้อรังในเด็กที่พบบ่อยๆ มีอยู่ 2 กลุ่มโรค ได้แก่

1. ไอจากหลอดลมไว หรือจากโรคหืด
2. ไอจากมีน้ำมูกหรือเสมหะหยดลงคอ

สาเหตุอื่นๆ ที่พบได้ไม่บ่อยนัก แต่ควรทราบไว้ ได้แก่

- การไอจากการสำลักสิ่งแปลกปลอม เช่น เมล็ดถั่ว เข้าไปในหลอดลม
- การไอจากการขย้อนกรดในกระเพาะอาหารขึ้นมาระคายเคืองต่อทางเดินหายใจ
- การไอจากการติดเชื้อแบบเรื้อรัง เช่น วัณโรค
- การไอจากการสูดควันบุหรี่

ถ้าเป็นจากหลอดลมไว เด็กมักจะไอบ่อยขึ้นเวลาอากาศเปลี่ยน ไอกลางคืนมากกว่ากลางวัน หรือไอหลังจากวิ่งออกกำลังกายเหนื่อย พอให้ขาขยายหลอดลม อาการไอมักจะน้อยลง บางคนหลอดลมไวชั่วคราวหลังการติดเชื้อ บางคนหลอดลมไวเป็นๆ หายๆ แต่ไม่หายขาด ก็ต้องคิดถึงโรคหืด

ถ้าเป็นจากมีน้ำมูกหรือเสมหะหยดลงคอ มักจะเป็นจากโพรงไซนัสอักเสบหรือเป็นจากมีภูมิแพ้ที่จมูก

ถ้าเป็นไซนัสอักเสบ เสมหะในคอหรือน้ำมูกมักจะมีสีเขียวๆ เหลืองๆ เป็นหนอง บางคนมีกลิ่นเหม็น

ถ้าเป็นแค่ภูมิแพ้ น้ำมูกหรือเสมหะมักจะใสหรือขาวขุ่น เวลาไปเจอสิ่งแวดล้อมที่แพ้ น้ำมูกจะเพิ่มขึ้น เช่น บางคนจะบอกว่ามีน้ำมูกไหล จาม คัดจมูกเวลาอากาศเปลี่ยนแปลง บางคนก็ให้ประวัติว่าเวลาที่เด็กไปเล่นที่มีฝุ่นเยอะๆ เช่น กระโดดเล่นบนโซฟาก็จะมีน้ำมูกไหลทุกที ข้อสังเกตอย่างหนึ่งก็คือเด็กที่เป็นภูมิแพ้เนี่ย มักจะมีประวัติคันตา คันที่ผิวหนัง มีพ่อแม่ ปู่ย่า ตายาย เป็นหวัดภูมิแพ้ หรือเป็นหืด

ในประสบการณ์ของหมอมิผู้ป่วยรายหนึ่งไอม่า 1 เดือน รักษาจากโรงพยาบาลที่มีชื่อเสียงหลาย ๆ โรงพยาบาล อาการไอ่ไม่ดีขึ้น ปรากฏว่าหมอตรวจดูผนังจมูกซีดมาก ซักประวัติเรื่องสิ่งแวดล้อม จับได้ว่าเด็กชอบเล่นแป้งฝุ่น เทกระป๋องแป้ง เอาแป้งมาทาตัว ทาหน้า ทุกวัน วันละหลาย ๆ ครั้ง แม่เกิดนึกขึ้นมาได้ว่าลูกคลุกกับแป้งฝุ่นตลอด พอกลับบ้านเลิกใช้แป้งฝุ่น อาการไอ่ก็ลดลงเรื่อย ๆ จนหยุดไอ่ในที่สุด

เพราะฉะนั้นให้คุณพ่อคุณแม่คอยสังเกตด้วยว่าลูกไอ่แบบไหน มีเสมหะด้วยหรือไม่ ไอ่เวลาใดของวัน มีอะไรกระตุ้นให้ลูกไอ่มากขึ้น มีอะไรที่ช่วยให้ลูกไอ่ลดลง ไปติดเชื้อไคโรมาหรือเปล่า สำลักอะไรเข้าไปในหลอดลมหรือไม่ จะได้ช่วยให้หมอให้การวินิจฉัยได้แม่นยำมากขึ้น

เรื่องสำคัญที่สุดที่หมออยากฝากเอาไว้ คือ ควันบุนหรือมีอันตรายต่อสุขภาพของเด็กมาก ผู้ใหญ่ที่สูบบุหรี่ ทุกคนสูบอย่างมีความสุข มีกันกรองป้องกันควันพิษ แต่เด็กที่อยู่ใกล้ชิดด้วยได้รับควันบุหรี่ สูดเข้าไปในทางเดินหายใจตรง ๆ ไม่มีอะไรช่วยกรองสารพิษจากบุหรี่เลย หมอพบคนไข้หลาย ๆ คนที่รักษาแล้วไม่หายสักที รักษาจนเหนื่อยก็ไม่หาย ขอรับรองคุณพ่อที่สูบบุหรี่ให้เลิกสูบ ทั้งขอรับรองและร้องขอ ก็ได้แต่อ้างว่าไม่เคยสูบต่อหน้าลูก สูบมาตั้งแต่ก่อนแต่งงาน ก่อนลูกเกิดบางละ บางคนก็โกรธหมอจนไม่ยอมมาพบหมออีก แต่มีครอบครัวหนึ่งที่หมอประทับใจมาก เด็กหญิงอายุ 6 ปี มาหาหมอด้วยเรื่องไอ่เรื้อรัง กระแอมมีเสมหะในคอ มีน้ำมูกเป็น ๆ หาย ๆ เสียงแหบ หมอส่งกล้องไปดูสายเสียง พบว่าปกติแต่ซีด ผนังจมูกและเยื่อหูทางเดินหายใจส่วนบนซีด มีเสมหะเคลือบอยู่เต็มเป็นกอง ๆ หลังคอดหอย ปรากฏว่าคุณพ่อสูบบุหรี่จัดวันละ 1 – 2 ซอง เป็นประจำ อ้างว่าไม่เคยสูบต่อหน้าลูก (ตามเคย) แต่รักลูกสาวคนเดียวมาก กอดลูก หอมแก้มลูก นอนกับลูกทุกคืน หมอรักษาด้วยยาและการล้างจมูกเต็มที่แล้ว ทางเดินหายใจยังเขรอะ หมอทนไม่ไหวจึงต่อว่าคุณพ่อไปอีก ให้คุณพ่อลองงดบุหรี่ดูสัก 1 – 2 เดือน ปรากฏว่าลูกสาวคนสวยก็อาการดีขึ้นตามลำดับ เป็นเครื่องยืนยันให้คุณพ่อทราบว่า บุหรี่เป็นสาเหตุจริง ๆ คุณพ่อรักลูกมาก ยอมงดสูบบุหรี่ได้ในที่สุด คนที่จิตใจไม่ใช้หมอคนเดียว แต่เป็นทั้งครอบครัว ทั้งคุณแม่ คุณปู่ คุณย่า ตัวคุณพ่อก็หายไอ่ มีสุขภาพดีขึ้น หล่อขึ้น ตัวก็ไม่เหม็นบุหรี่ ไม่ต้องเสี่ยงกับมะเร็งปอดต่อไปอีก หากใครต้องการเลิกสูบบุหรี่เพื่อลูก ต้องการติดต่อครอบครัวนี้ ให้โทรหาคุณณัฐพลเบอร์ 01-2407489 คุณพ่อรายนี้ยินดีที่เป็นที่ปรึกษาให้ ถือเป็น การสร้างกุศลผลบุญครั้งยิ่งใหญ่ หรือติดต่อมูลนิธิธรรมรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ เบอร์โทรศัพท์ 0-2278-1828 หรือ www.ashthailand.or.th

หมอหวังว่าบทความนี้คงจะช่วยให้คุณพ่อคุณแม่ที่มีลูกไอ่เรื้อรัง ไอ่ไม่หายสักที ได้ความรู้เบื้องต้นเอากลับไปดูแลลูกต่อที่บ้านได้บ้าง ไม่มากก็น้อย

ขอบคุณค่ะ

ศ.พญ.อรุณวรรณ พฤทธิพันธุ์
ผู้เชี่ยวชาญโรคระบบหายใจในเด็ก