

การดูดเสมหะมีอันตรายหรือไม่

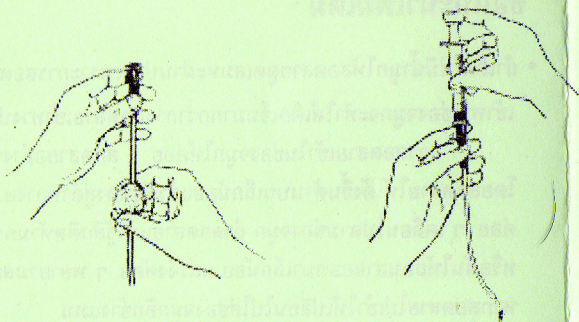
การดูดเสมหะที่ถูกต้องวิธีจะมีอันตรายน้อยมาก ส่วนมากจะมีปัญหาเลือดออกถึงแม้จะระวังเป็นอย่างดีแล้วก็ตาม แต่เลือดที่ออกนี้สามารถหยุดได้เองถ้าเลือดออกมากผิดปกติให้ปรึกษาแพทย์

เมื่อไร! จึงเลิกดูดเสมหะ

- ไม่มีน้ำมูกหรือเสมหะในปอด
- เด็กสามารถสั่งน้ำมูกและไอเอาเสมหะออกจากปอดได้ดี

จะทำความสะอาดสายดูดเสมหะอย่างไร!

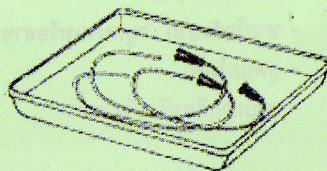
ภายหลังดูดเสมหะเสร็จให้นำสายดูดเสมหะดัดน้ำประปาเพื่อล้างเสมหะที่ติดภายในสายออกให้มากที่สุด แล้วนำไปแช่น้ำยาล้างจานหรือน้ำสบู่จากนั้นนำมาทำความสะอาดด้วยน้ำยาล้างจานหรือน้ำสบู่อีกครั้งโดยใช้ฟองน้ำลูบเสมหะที่ติดภายนอกสายออกให้หมด



เปิดน้ำประปาให้ไหลผ่านสายเพื่อชะล้างคราบเสมหะออกให้หมด ส่วนคราบเสมหะที่อาจติดอยู่ภายในสาย ให้ใช้กระบอกฉีดยาฉีดน้ำเข้าไปในสายแรง ๆ เพื่อดันคราบเสมหะที่ติดออกให้หมด สะบัดน้ำคาในสายออกให้มากที่สุดแล้วนำมาเก็บไว้ในกล่องสะอาดที่มีฝาปิดเพื่อเตรียมไว้ใช้ต่อไป

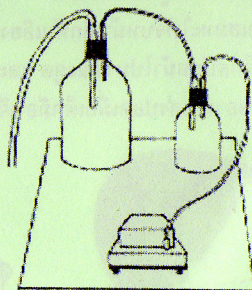
ข้อแนะนำเพิ่มเติม

- ควรเตรียมสายดูดเสมหะให้พอใช้ภายใน 1 วัน ถ้าใช้ไม่หมดจะต้องนำมาล้างทำความสะอาดใหม่ทุกวัน
- สายดูดเสมหะที่ล้างสะอาดแล้วหากต้องการนำไปตากแดดอีกครั้ง ควรมีผ้าห่มสายเพื่อป้องกันฝุ่นและแมลงมาเกาะสายขณะตากแดด



ควรดูแลเครื่องดูดเสมหะอย่างไร

- เสมหะที่อยู่ในขวดรองรับให้เททิ้งในท่อระบายน้ำทิ้งหรือในถังส้วม และราดน้ำลงให้หมด เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อโรค
- ทำความสะอาดขวดรองรับและสายที่ต่อจากเครื่องทุกวันด้วยน้ำยาล้างจานหรือน้ำสบู่แล้วล้างด้วยน้ำประปาล้างสะอาด
- ต่อเครื่องดูดเสมหะให้ถูกต้องก่อนใช้
- ระวังไม่ให้น้ำเข้าเครื่องดูดเสมหะ เพราะจะทำให้เครื่องเสีย



เรียบเรียงโดย: จงรักษ์ อุตราชต์กิจ
ภาพประกอบ: ชื่นอารมณ ธาราวาสน์

เมื่อลูกรัก ต้องดูดเสมหะ



จัดทำโดย

โครงการส่งเสริมและฟื้นฟูสมรรถภาพปอดเด็ก
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี

เมื่อลูกรักต้องดูดเสมหะ

ความกลัวและความไม่มั่นใจเป็นความรู้สึกที่เกิดกับคุณพ่อคุณแม่ทุกคนที่ดูดเสมหะให้ลูกครั้งแรก แต่คุณต้องไม่เกิดความรู้สึกว่ากำลังทำร้ายลูกเพราะที่จริงแล้วเรากำลังช่วยเหลือลูก เมื่อคุณได้เรียนรู้และเข้าใจวิธีดูดเสมหะ ตลอดจนฝึกฝนจนเกิดความชำนาญแล้ว คุณจะมีความมั่นใจและรู้ว่าการดูดเสมหะเป็นเรื่องง่ายมากและไม่ยากให้ใครดูดเสมหะให้ลูกนอกจากตัวคุณเอง

ทำไม! จึงต้องมีเสมหะ

ธรรมชาติได้สร้างเสมหะเพื่อดักจับสิ่งแปลกปลอมที่ผ่านเข้ามาในทางเดินหายใจและขับเสมหะหรือสิ่งแปลกปลอมออกโดยไอ ในภาวะที่มีความผิดปกติของระบบหายใจ เช่น มีการติดเชื้อหรือมีการระคายเคืองจากการได้รับสิ่งกระตุ้นต่าง ๆ จะทำให้มีการสร้างเสมหะมากกว่าปกติ

ทำไม! จึงต้องดูดเสมหะ

คนปกติสามารถส่งน้ำมูกออกจากช่องจมูกและไอเอาเสมหะออกจากปอดได้ แต่ในกรณีเด็กเล็ก ๆ หรือผู้ป่วยที่ไม่รู้สึกตัวหรือมีความพิการทางสมองจะไม่สามารถส่งน้ำมูกและไอได้เอง จึงต้องทำการดูดเสมหะเพื่อดูดน้ำมูกออกจากช่องจมูกและเป็นการกระตุ้นให้ไอเพื่อขับเสมหะออกจากปอด การที่ไม่มึ้น้ำมูกในช่องจมูกและไม่มีเสมหะคั่งค้างในปอดจะทำให้เด็กหายใจสะดวกสามารถดูดนมได้ดีและนอนหลับสบาย นอกจากนี้ยังไม่เป็นแหล่งเพาะเชื้อโรค จึงไม่เกิดการติดเชื้อตามมา

จะดูดเสมหะเมื่อไร

เมื่อมีเสมหะและควรดูดก่อนให้นมหรืออาหาร

รู้ได้อย่างไรว่าเด็กมีเสมหะ

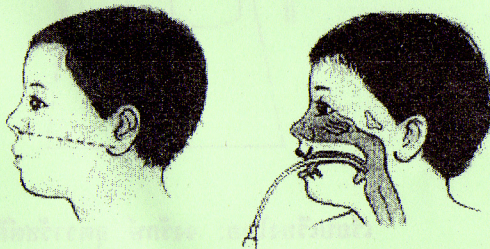
เด็กเล็ก ๆ เด็กที่ไม่รู้สึกตัวและเด็กที่มีความพิการทางสมองจะไม่สามารถบอกเราได้ว่าเขามีเสมหะ เราจะต้องเป็นผู้คอยสังเกตอาการว่าเด็กมีเสมหะหรือไม่ อาการเหล่านี้ได้แก่

- มีน้ำมูกในจมูกหรือมีเสมหะในคอ
- หายใจครืดคราด หรือเมื่อวางมือแนบอกหรือหลัง จะรู้สึกว้าครืดคราด
- กระสับกระส่าย
- หายใจลำบาก จมูกบานหรืออาจจะหายใจเร็วกว่าปกติ
- ดูนมไม่ดี
- รอบปากซีดหรือเขียวคล้ำ

การดูดเสมหะทางจมูกและปาก

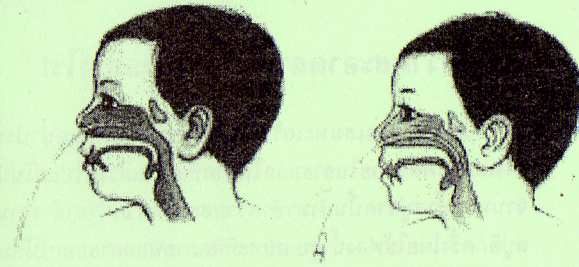
วิธีดูดเสมหะอย่างไร

- ล้างมือให้สะอาดก่อนและหลังดูดเสมหะ
- ในกรณีเด็กที่ไม่ให้ความร่วมมือ ให้ใช้ผ้าห่อตัวเพื่อเก็บแขนทั้ง 2 ข้างป้องกันไม่ให้เด็กเอามือมาปิดและดันขณะดูด ทำให้ดูดเสมหะได้สะดวกและนุ่มนวล
- ก่อนดูดเสมหะให้ตรวจเครื่องดูดเสมหะว่าทำงานดีหรือไม่
- ใช้สายดูดเสมหะขนาดพอดีไม่ใหญ่หรือเล็กเกินไป และใช้แรงดูดในขนาดพอที่จะดูดเสมหะได้ดี
- ขณะดูดเสมหะให้จับหน้าเด็กหันเอียงไปด้านใดด้านหนึ่งเพื่อป้องกันไม่ให้เด็กสบัดหน้าไปมาขณะดูด และป้องกันไม่ให้เด็กสำลักเสมหะหรือเศษอาหารลงปอดเมื่อเด็กมีอาเจียนขณะดูด



ค่อย ๆ สอดสายดูดเสมหะเข้าทางปากหรือช่องจมูกให้ถึงบริเวณคอหอยหลังโพรงจมูก (ประมาณความลึกของสายโดยวัดระยะจากปลายจมูกถึงตั้งหูความลึกของสายเท่ากันไม่ว่าจะสอดสายดูดเสมหะเข้าทางปากหรือช่องจมูก) ซึ่งเด็กมักจะเกิดอาการไอเมื่อใช้สายดูดเสมหะกระตุ้นบริเวณนี้ เมื่อเด็กไอเสมหะจะหลุดจากปอดขึ้นมาในคอ ทำการดูดเสมหะในคอและปากออกให้หมดโดยขณะดูดให้ค่อย ๆ ขยับสายขึ้นลงอย่างช้า ๆ และนุ่มนวล

- ทำการดูดเสมหะจนกระทั่งไม่มีเสมหะในปอด
- สังเกตลักษณะ จำนวนและสีของเสมหะ



ข้อแนะนำเพิ่มเติม

- ถ้าเด็กไม่มีน้ำมูกให้สอดสายดูดเสมหะผ่านปากเพราะการสอดสายเข้าทางช่องจมูกจะทำให้เด็กเจ็บมากกว่าการสอดสายเข้าทางปาก
 - การสอดสายเข้าในช่องจมูกให้ค่อย ๆ สอดสายอย่างนุ่มนวลโดยสอดสายให้โค้งขึ้นด้านบนเล็กน้อยแล้วย้อนลงสู่ด้านล่างสายจะค่อย ๆ เคลื่อนไปตามช่องจมูก ถ้าสอดสายแล้วรู้สึกติดห้ามกระแทกหรือดันให้ถอนสายออกมาเล็กน้อย แล้วจึงค่อย ๆ พยายามสอดใหม่ หากสอดสายไม่เข้าไปเปลี่ยนไปใส่ช่องจมูกอีกข้างแทน
 - ขณะสอดสายดูดเสมหะเข้าในช่องจมูกให้ทำการดูดเมื่อมีน้ำมูกในโพรงจมูกหรือเด็กมีอาการไอ เพราะถ้าไม่มีน้ำมูกในโพรงจมูกสายดูดเสมหะจะดูดเนื้อเยื่อในโพรงจมูกทำให้เกิดการอักเสบและบวมได้
 - อย่าลืมให้เด็กพักเป็นระยะ ๆ ในระหว่างทำการดูดเสมหะเพื่อไม่ให้เด็กเหนื่อย
- ภายหลังดูดเสมหะเสร็จอย่าลืมปลอบโยนเด็กโดยการอุ้ม หรือโอบกอดจนเด็กสงบและหยุดร้องไห้