

ไอ.....ใช้ยาอะไรดี

รองศาสตราจารย์ ดร.ภญ. ศรีจันทร์ พรจิราศิลป์
ภาควิชาเภสัชวิทยา คณะเภสัชศาสตร์มหาวิทยาลัยมหิดล

(สอบทานความสมบูรณ์และถูกต้อง : รศ.ดร.ภก.ศุภโชค มั่งมูล และ อ.ดร.ภญ.ริสรา ปาริชาติกา
นนท์)

การไอ เป็นอาการที่เกิดขึ้นกับทุกเพศ ทุกวัย บุคคลส่วนใหญ่เข้าใจว่า“ไอ” เป็นสิ่งที่ไม่ดี เมื่อเกิดอาการไอก็คิดว่าคง เกิดความผิดปกติในทางเดินหายใจแท้จริงแล้ว การไอมีประโยชน์ เพราะเป็นปฏิกิริยาตอบสนองของร่างกายต่อสิ่งแปลกปลอมที่เข้าไปในทางเดินหายใจ เช่น ฝุ่น ควัน เกสรดอกไม้ อากาศที่แห้ง การเปลี่ยนแปลงอย่างฉับพลันของอุณหภูมิ มีการติดเชื้อในทางเดินหายใจ สุดแก่สที่มีฤทธิ์ ระคายเคือง เป็นต้น ซึ่งสาเหตุเหล่านี้มักทำให้เกิดการไอแบบเฉียบพลัน (มีระยะเวลาของอาการไอน้อยกว่า 3 สัปดาห์) แต่ถ้าเกิดการไอเรื้อรัง(มีระยะเวลาของอาการไามากกว่า 3 สัปดาห์ ถึง 8 สัปดาห์) บ่งบอกว่าอาจมีพยาธิสภาพบางอย่างในทางเดินหายใจเช่น โรคหืด โรคปอด โรคไซนัสอักเสบเรื้อรัง โรคหลอดลมอักเสบเรื้อรัง สายเสียงอักเสบเรื้อรัง หรืออาจมีพยาธิสภาพที่ร้ายแรงกว่านั้น คือปอดอักเสบ มีเนื้องอกบริเวณคอกล่องเสียงหรือหลอดลมโรคของสมองส่วนที่ควบคุมการไอ หรือ อาจเป็นผลจากการรับประทานยาบางชนิดเช่น ยาลดความดันโลหิตกลุ่มACEI (angiotensin-converting-enzyme inhibitor)

ผลเสียของการไอ คือ รบกวนการนอนหลับ/การทำงาน ทำให้อ่อนเพลียหมดแรง ปวดศีรษะ ถ้าเด็กติดเชื้อไกรุน อาจไอมากจนหยุดหายใจได้ การไออย่างรุนแรง อาจส่งผลให้กระดูกอ่อนซี่โครงหัก หรือทำให้ถุงลมหรือเส้นเลือดฝอยในปอดแตกแผลที่เพิงหยาปริ และอาจทำให้เกิดอาการหอบเหนื่อยจนเป็นอันตรายถึงชีวิตได้

การไอแบ่งเป็น 2 แบบ คือ ไอมีเสมหะ และ ไอไม่มีเสมหะ ฉะนั้น เมื่อเกิดอาการไอ การจะรับประทานยาเพื่อบรรเทาอาการไอ ควรเลือกชนิดของยาให้ถูกต้องกับอาการไอนั้นๆ

ยาบรรเทาอาการไอ ชนิดที่ออกฤทธิ์ยับยั้งการไอ(Antitussive) เป็นยาที่กดศูนย์ควบคุมการไอที่สมอง แม้ว่ายา กลุ่มนี้จะมีประสิทธิภาพดีในการทำให้อาการไอลดลง แต่ยาบางตัวในกลุ่มนี้ เมื่อใช้ติดต่อกันนานๆจะทำให้เสพติดได้ เช่น codeine, hydrocodone และถ้าใช้เกินขนาด ยาอาจไปกดการหายใจ จนอาจถึงแก่ความตายได้ ตัวอย่างของยา กลุ่มนี้ที่นิยมใช้กันคือ dextromethophan อาการข้างเคียงที่เกิดจากการใช้ยา dextromethophan เกินขนาดคือคลื่นไส้ อาเจียน วิงเวียนศีรษะ ง่วงซึม กล้ามเนื้อทำงานไม่ประสานกันหรือแข็งเกร็ง กล้ามเนื้อกระตุก พูดไม่ชัด ม่านตาขยาย เคลิบเคลิ้ม หัวใจเต้นเร็ว ความดันโลหิตสูง มึนงง ประสาทหลอน กระวนกระวาย สับสน ชักและตีระกระตุก สูญเสียความทรงจำ หมดสติ กดการหายใจ และอาจถึงแก่ชีวิตได้ อย่างไรก็ดี และเนื่องจากยามีฤทธิ์ กดระบบประสาทส่วนกลาง การใช้ยากกลุ่มนี้ร่วมกับยาอื่นที่กดระบบประสาทส่วนกลาง เช่น ยานอนหลับ ยาแก้แพ้ (ยาด้านฮีสตามีน กลุ่มดั้งเดิม) ยารักษาอาการทางจิตประสาทอาจเกิดการเสริมฤทธิ์ กดสมองจนอาจเป็น

อันตรายได้ สำหรับเด็กเล็ก(อายุต่ำกว่า 4 ปี)ไม่ควรใช้ยาในกลุ่มนี้บรรเทาอาการไอ เพราะ อาจกดสมอง เด็กจนเกิดอันตรายได้นอกจากนี้การใช้ยาในกลุ่มนี้ยังห้ามใช้ยาในคนที่ไมีเสมหะเหนียว เพราะจะทำให้ เสมหะเหนียวขึ้นและเกิดการอุดตันของทางเดินหายใจ ทำให้เป็นอันตรายใ้ยาในกลุ่มนี้จึงใช้ในกรณีของการไอที่ไม่มีเสมหะ แต่ยานี้ ไม่สามารถใช้รักษาอาการไอจากการสูบบุหรี่ ไอจากโรคหืด หรือไอจากถุงลมโป่งพอง

ยาบรรเทาอาการไอ ชนิดที่มีฤทธิ์ขับเสมหะ ยาในกลุ่มนี้เป็นยาแก้ไอที่ใช้กันมานาน ยาจะไปทำให้เกิดการระคายเคืองเยื่ออาหาร แล้วส่งผลให้เพิ่มการสร้างสารหลั่ง ที่มีน้ำเป็นส่วนประกอบ จึงทำให้เสมหะที่เดิมมีความเหนียวข้น ถูกสารน้ำทำให้มีความหนืดลดลง ผู้ป่วยจึงสามารถไอเอาเสมหะออกได้ง่ายขึ้น แต่ในระยะแรกของการใช้ยาขับเสมหะ ผู้ป่วยจะมีปริมาณเสมหะมากขึ้น (ซึ่งเป็นผลจากการที่ยาไปเพิ่มสารหลั่งประเภทน้ำ) และไอบ่อยขึ้น เพื่อขับเสมหะออกจากทางเดินอากาศ จนเมื่อไอกำจัดเสมหะออกหมด/น้อยลง อาการไอจะลดลง **ยาในกลุ่มนี้จึงใช้ในกรณีของการไอบีเสมหะ** ตัวอย่างของยาขับเสมหะ คือ Guaifenesin, ammonium chloride, ammonia, senega, sodium citrate, ipecacuanh อาการข้างเคียงที่อาจเกิดจากยา คือ คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ไม่สบายกระเพาะอาหาร

ยาบรรเทาอาการไอ ชนิดที่มีฤทธิ์ละลายเสมหะ ยาในกลุ่มนี้ไปทำลายโครงสร้างของเสมหะส่วนที่ทำให้เสมหะเหนียว แต่ไม่ได้ไปเพิ่มปริมาณของเสมหะ เป็นเพียงทำให้ความข้นเหนียวของเสมหะลดลง ผู้ป่วยจึงไอเอาเสมหะออกได้ง่ายขึ้น ตัวอย่างของยาละลายเสมหะ คือ acetylcysteine , carbocysteine, erdosteine, bromhexine (ห้ามใช้ในเด็กอายุต่ำกว่า 6 ปี) อาการข้างเคียงที่อาจเกิดจากยา คือ ยาในกลุ่มนี้ก่อให้เกิดอาการข้างเคียงน้อยมาก แต่ก็มีรายงานว่าเกิดมีเลือดออกในทางเดินอาหาร ฉะนั้นถ้าใช้ยาแล้วมีอุจจาระสีดำ ให้หยุดใช้ยาและปรึกษาแพทย์ **ยาในกลุ่มนี้ใช้ในกรณีของการไอบีเสมหะ**

ยาบรรเทาอาการไอทั้ง 3 กลุ่มที่กล่าวมาข้างต้นนี้ องค์การอาหารและยาของประเทศสหรัฐอเมริกาได้ระบุอย่างชัดเจนว่า “ไม่แนะนำให้ใช้ยาเหล่านี้เพื่อบรรเทาอาการไอในเด็กอายุต่ำกว่า 2 ปี” เพราะยังไม่มีข้อมูลเพียงพอที่สนับสนุนความปลอดภัยของการใช้ยาเหล่านี้ในเด็กเล็ก สำหรับเด็กที่มีอายุ 2-11 ปี ให้ปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกร เพื่อเลือกใช้อย่างถูกต้อง ข้อความนี้ทำให้เกิดคำถามว่า แล้วเมื่อลูกน้อยเกิดอาการไอ จะใช้ยาอะไร มีคำแนะนำจาก Mayo Clinic ซึ่งเป็นสถาบันทางการแพทย์ที่มีชื่อเสียงระดับโลก ว่าให้ดื่มน้ำอุ่น (หรือเครื่องดื่มอุ่นๆชนิดอื่น) ผสมน้ำผึ้งและมะนาว เพื่อบรรเทาอาการไอ น้ำผึ้งจะเคลือบลำคอ ลดอาการระคายเคือง ส่วนน้ำอุ่นและมะนาวจะช่วยละลายเสมหะ นั่นคือการจิบน้ำอุ่นบ่อยๆ เพียงอย่างเดียวก็ช่วยละลายเสมหะและบรรเทาอาการไอได้แล้ว และเมื่อสาเหตุที่ทำให้เกิดการไอบได้รับการแก้ไข/กำจัดอย่างสมบูรณ์แล้ว การไอจะค่อยๆทุเลาลงเอง

สิ่งสำคัญที่ต้องคำนึงถึง คือ ถ้าอาการไอเกิดร่วมกับ ไข้ หนาวสั่น เจ็บคอ ปวดศีรษะ แสดงว่ามีการติดเชื้อร่วมด้วย ต้องได้รับการรักษาด้วยยาต้านจุลชีพ จึงจะได้ผล และมีอาการหายใจลำบาก เจ็บหน้าอก ต้องรีบไปพบแพทย์ หากหลังจากรับประทานยาแก้ไอแล้ว 2 สัปดาห์ อาการไอยังไม่บรรเทาลง ต้องไปพบแพทย์เพื่อวินิจฉัยว่า มีความผิดปกติอะไรแฝงอยู่หรือไม่

เอกสารอ้างอิง

1. <http://www.nmd.go.th/preventmed/self/cough.html> accessed 03/04/2016
2. <http://www.fda.gov/ForConsumers/ConsumerUpdates/ucm048682.htm> accessed 03/04/2016
3. http://www.rcot.org/data_detail.php?op=knowledge&id=2 accessed 03/04/2016
4. <https://www.thoracic.org/copd-guidelines/for-patients/what-kind-of-medications-are-there-for-copd/what-are-mucolytic-agents.php> accessed 03/04/2016
5. Woo T. J Pediatr Health Care. 2008 Mar-Apr;22(2):73-9 accessed 03/04/2016
6. <http://www.nps.org.au/medicines/respiratory-system/cough-and-cold-medicines/for-individuals/types-of-cough-medicines> accessed 03/04/2016
7. <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/common-cold/expert-answers/honey/faq-20058031> accessed 03/04/2016