

ยาพ่นจมูก...สำหรับโรคจมูกอักเสบ

อาจารย์ ดร.ภก. สุรศักดิ์ วิชัยโย

ภาควิชาเภสัชวิทยา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ผู้อ่านเคยมีอาการแบบนี้บ้างหรือไม่? “รู้สึกหายใจไม่สะดวกโดยเฉพาะเวลาหายใจเข้า จนต้องอ้าปากหายใจ” แล้วยังมีคนได้รับยาขยายหลอดลมมาใช้ ไม่ว่าจะป็นชนิดพ่นเข้าทางปากหรือยารับประทาน แต่อากาศก็ไม่ดีขึ้น มีหน้าซ้ำยังทำให้เกิดอาการข้างเคียง เช่น ใจสั่น มือสั่น และนอนไม่หลับ เป็นต้น ซึ่งจริง ๆ แล้วการใช้ยาไม่ได้ผลอาจเกิดจากหลายสาเหตุ เช่น ใช้ยาไม่ถูกต้องโดยเฉพาะยาพ่น แต่บางครั้งก็เป็นไปได้เช่นกันว่าอาการที่ว่ามานั้นไม่ได้เกิดจากหลอดลมตีบ แต่อาจมีการตีบของโพรงจมูกจากโรคจมูกอักเสบ (rhinitis) ในบทความนี้ เราลองมาทำความรู้จักกับโรคนี้ว่าเป็นอย่างไร และมียาพ่นจมูกชนิดใดบ้างที่ใช้ในการรักษา

โรคจมูกอักเสบ เกิดจากอะไร

โรคจมูกอักเสบ เป็นการอักเสบเรื้อรังในโพรงจมูก เนื่องจากเซลล์ภูมิคุ้มกันภายในร่างกายถูกกระตุ้นมากเกินไปแล้วเหนี่ยวนำการอักเสบและบวมของเยื่อภายในโพรงจมูก ทำให้ช่องทางเดินอากาศตีบแคบจนหายใจไม่สะดวก โดยโรคนี้สามารถแบ่งออกเป็น 2 ชนิด ได้แก่ (1) โรคจมูกอักเสบจากภูมิแพ้ (allergic rhinitis) ซึ่งมักมีสาเหตุมาจากสารก่อภูมิแพ้บางชนิด เช่น ไรฝุ่น เชื้อรา เศษชิ้นส่วนของแมลงสาบ ขนสัตว์ และละอองเกสร เป็นต้น และ (2) โรคจมูกอักเสบชนิดไม่แพ้ (non-allergic rhinitis) ซึ่งไม่ทราบสาเหตุแน่ชัด แต่สามารถถูกกระตุ้นด้วยสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลง เช่น อุณหภูมิ ความชื้น หรือความกดอากาศที่เปลี่ยนแปลง หรือการได้กลิ่นน้ำหอมแรง ๆ หรือกลิ่นบุหรี่ เป็นต้น

โรคจมูกอักเสบ มีอาการอย่างไร

ผู้ป่วยโรคจมูกอักเสบทั้ง 2 ชนิด มีอาการทางจมูกที่คล้ายกัน คือ คัดจมูก หายใจไม่สะดวกเป็นอาการเด่น และมีน้ำมูกใส แต่โรคจมูกอักเสบจากภูมิแพ้มักมีอาการคันจมูกหรือจามร่วมด้วย ซึ่งเป็นอาการของการแพ้ ทั้งนี้ โรคจมูกอักเสบอาจเป็น ๆ หาย ๆ หรือเป็นนานเรื้อรัง โดยหากอาการรุนแรงอาจรบกวนทั้งการเรียน การเรียน หรือการทำงาน

อาการที่ผู้ป่วยมักแสดงให้เห็น (รูปที่ 1) เช่น หายใจทางปากตลอดเวลาจนบางครั้งริมฝีปากแห้งแตก มักเอามือถูบริเวณจมูก สูดจมูกบ่อย ๆ หรือกระแอมเพื่อขับเสมหะบ่อย ๆ และอาจมีอาการไอแห้ง อีกทั้ง เมื่อสังเกตที่สันจมูกอาจพบรอยเป็นทางขวาง ซึ่งเป็นผลมาจากการขยี้จมูกบ่อย ๆ เป็นเวลานาน และอาจมีรอยแดงหรือคล้ำใต้ตาาร่วมด้วย (รูปที่ 1) โดยเมื่อแพทย์ตรวจดูโพรงจมูกจะพบเยื่อบวมร่วมกับมีมูกเหนียวใสอยู่ภายใน จนทำให้ช่องทางเดินอากาศตีบแคบ

หายใจทางปากตลอดเวลา จนบางครั้งริมฝีปากแห้งแตก	มักเอามือถูหรือขยี้ บริเวณจมูกบ่อย ๆ	อาจพบสันจมูกมีรอยเป็น ทางขวางจากการขยี้จมูก	อาจมีรอยแดงหรือ คล้ำใต้ตา
			

ที่มา : Schuler Iv CF and Montejo JM. *Pediatr Clin North Am.* 2019;66(5):981-993.

รูปที่ 1 อาการที่ผู้ป่วยโรคจมูกอักเสบมักแสดงให้เห็น

วิธีการง่าย ๆ ในการตรวจสอบเบื้องต้นด้วยตนเองว่าอาจมีโพรงจมูกตีบแคบ

หากมีอาการหายใจไม่สะดวก (และไม่ได้คัดจมูกจากการเป็นหวัด) ประกอบกับมีอาการอื่น ๆ ตามที่กล่าวมา ให้ลองปิดรูจมูกทีละข้างแล้วหายใจเข้า (ห้ามอ้าปาก) โดยหากรูจมูกข้างนั้นมีการตีบแคบจะทำให้หายใจเข้าลำบาก ซึ่งอาจบอกได้เบื้องต้นว่าอาการหายใจไม่สะดวกนั้นเกิดจากความผิดปกติในจมูก (ไม่ใช่หลอดลม) และอาจเกิดจากหลายสาเหตุ จึงควรไปพบแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางสาขาโรคจมูกและโรคภูมิแพ้ เพื่อให้ได้รับการตรวจวินิจฉัยโรคอย่างเหมาะสมว่าเป็นโรคจมูกอักเสบ หรือโรคในโพรงจมูกชนิดอื่น

ยาพ่นจมูกที่ใช้รักษาโรคจมูกอักเสบ คือยาอะไร

เนื่องจากโรคดังกล่าวเกิดในโพรงจมูก ดังนั้น ยาที่มักใช้รักษาจึงเป็นยาพ่น (spray) ซึ่งนำส่งยาเข้าสู่โพรงจมูกโดยตรง ทำให้มีอาการข้างเคียงต่ออวัยวะอื่นน้อยกว่ายารับประทาน โดยยาอันดับแรกที่ใช้ในการรักษาโรคจมูกอักเสบทั้ง 2 ชนิด (ตารางที่ 1) ได้แก่

1) ยากลุ่มสเตียรอยด์

เนื่องจากยาสเตียรอยด์มีฤทธิ์ลดการอักเสบได้ดี จึงส่งผลลดอาการต่าง ๆ ได้ดีที่สุดในบรรดาอาการของเยื่อโพรงจมูกซึ่งอุดตันทางเดินอากาศ ทำให้หายใจได้สะดวกขึ้น และยังช่วยลดอาการน้ำมูกไหล คัน และจาม โดยยาเริ่มออกฤทธิ์ภายใน 3-12 ชั่วโมงหลังพ่น (บางรายงานระบุว่ายาเริ่มออกฤทธิ์ภายใน 30 นาทีหลังพ่น) แต่อาการอาจดีขึ้นอย่างชัดเจนใน 1-3 วัน ทั้งนี้ ประการสำคัญ คือ ผู้ป่วยต้องใช้ยาสเตียรอยด์ชนิดพ่นอย่างต่อเนื่องตามแพทย์สั่งเพื่อคุมควาอาการของโรค ซึ่งยามีอาการข้างเคียงต่ำมาก เช่น อาจพบอาการระคายเคืองหรือแสบจมูกได้บ้าง จึงมีความปลอดภัยสูงกว่ายารับประทานและยาฉีดโดยเฉพาะเมื่อใช้เป็นเวลานาน

2) ยาด้านฮิสตามีน หรือที่ชอบเรียกกันว่า “ยาแก้แพ้”

ยากลุ่มนี้ช่วยลดอาการแพ้ได้ดี เช่น อาการคัน จาม และน้ำมูกไหล ซึ่งออกฤทธิ์เร็วกว่าสเตียรอยด์ (เริ่มออกฤทธิ์ภายใน 15 นาที) แต่มีฤทธิ์ลดอาการคัดจมูกได้น้อยกว่า อย่างไรก็ตาม ในประเทศไทยไม่มียาด้านฮิสตามีนชนิดพ่นจมูกเดี่ยว ๆ แต่มีผสมกับยาสเตียรอยด์หรือยาหดหลอดเลือด ซึ่งอาการข้างเคียงที่อาจพบจากยาด้านฮิสตามีนชนิดพ่นจมูก ได้แก่ รูจมูกแห้ง คอแห้งและรู้สึกขมในคอ เลือดกำเดาไหล และอาจง่วงนอน

ตารางที่ 1 ตัวอย่างยาพ่นที่ใช้รักษาโรคจมูกอักเสบ

กลุ่มยา	ตัวอย่างยา	ตัวอย่างชื่อการค้า
ยาหลัก		
— สเตียรอยด์ (steroids)	— Mometasone (โมเมทาโซน)	— Nasonex® (นาโซเน็กซ์)
	— Fluticasone (ฟลูติคาโซน)	— Avamys® (อวา-มิส)
	— Triamcinolone (ไตรแอมซินโกลอน)	— Nasacort® (นาซา-คอร์ต)
	— Beclomethasone (บีโคลเมทาโซน)	— Beconase® (บีโค-เนส)
	— Budesonide (บูดีโซไนด์)	— Rhinocort® (ไรโน-คอร์ต)
	— Ciclesonide (ไซคลีสโซไนด์)	— Omnaris® (ออม-นา-ริส)
— ยาด้านฮิสตามีน (antihistamines)	— Azelastine (อะเซลาสทีน)	— Dymista® (ได-มิส-ต้า) ซึ่งเป็นสูตรผสมกับยาสเตียรอยด์ ได้แก่ fluticasone
	— Olopatadine (โอโลพาทาดีน)	— ไม่มีในไทย
ยาเสริม		
— ยาแก้คัดจมูก (decongestants)	— Oxymetazoline (อ็อกซีเมตาโซลีน)	— Iliadin® (อี-ลิ-อา-ดีน)
	— Xylometazoline (ไซโลเมตาโซลีน)	— Otrivin® (โอ-ทรี-วิน)
	— Naphazoline (แนฟาโซลีน)	— Nasol® (นา-ซอล) ซึ่งเป็นสูตรผสมกับยาด้านฮิสตามีน ได้แก่ chlorphenpyridamine maleate
— น้ำเกลือ (saline)		— Mar® plus (มาร์-พลัส)
		— Hashi® (ฮา-ชิ)

สำหรับยาที่มักใช้เป็นยาเสริม เพื่อช่วยบรรเทาอาการ (ตารางที่ 1) ได้แก่

1) ยาหดหลอดเลือด หรือเรียกว่า “ยาแก้คัดจมูก”

เนื่องจากการอักเสบทำให้หลอดเลือดในโพรงจมูกขยายตัว ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องให้เกิดการบวมของเยื่อในโพรงจมูก ดังนั้น ยาหดหลอดเลือดจึงช่วยลดอาการบวมของเยื่อ แล้วบรรเทาอาการคัดจมูกทำให้หายใจสะดวกขึ้น โดยยาออกฤทธิ์เร็ว (ภายใน 5-10 นาที) อย่างไรก็ตาม การใช้ยาแก้คัดจมูกชนิดพ่นเป็นเวลานานเสี่ยงต่อการเกิดอาการคัดจมูกได้ใหม่หรืออาจแย่กว่าเดิม จึงไม่ควรใช้ยานี้ติดต่อกันนานเกิน 3-5 วัน

2) น้ำเกลือ

กลไกการออกฤทธิ์ของน้ำเกลือทั้งชนิดพ่นและสวนล้างจมูกในการช่วยบรรเทาอาการของโรคจมูกอักเสบยังไม่ทราบแน่ชัด แต่เชื่อว่าเป็นเพราะน้ำเกลือช่วยขจัดล้างสารต่าง ๆ ที่คั่งค้างอยู่ในโพรงจมูก เช่น มูกเหนียว สารก่อภูมิแพ้ สารก่อการอักเสบ เป็นต้น ซึ่งควรใช้น้ำเกลือก่อนที่จะพ่นยาชนิดอื่นตาม ส่วนอาการข้างเคียงที่อาจเกิดจากน้ำเกลือ เช่น รู้สึกกระคายเคืองจมูกเล็กน้อย และบางครั้งอาจรู้สึกคลื่นไส้

ยาพ่นจมูก มีหน้าตาเป็นอย่างไร

ส่วนใหญ่ภาชนะบรรจุยาพ่นจมูกมักมีลักษณะดังรูปที่ 2 แต่อาจมีรูปร่างอื่นที่กลไกการปลดปล่อยยาคล้ายกัน ทั้งนี้ ขั้นตอนการใช้ยาพ่นจมูกไม่ยุ่งยากซึ่งผู้ป่วยจะได้รับคำแนะนำอย่างเหมาะสมขณะรับยาจากเภสัชกรทุกครั้ง นอกจากนี้ เอกสารกำกับยาที่แนบมาภายในกล่องยายังแสดงวิธีการใช้อย่างละเอียด ซึ่งผู้ป่วยสามารถอ่านเพิ่มเติมด้วยตนเอง



ที่มา: https://www.pharmacytimes.com/publications/issue/2015/July2015/RD362_July2015

รูปที่ 2 ลักษณะของยาพ่นจมูก

นอกจากยาที่กล่าวมาแล้ว ยังมียาพ่นจมูกอื่น ๆ ที่ใช้เป็นยาอันดับรองในการรักษาโรคจมูกอักเสบ รวมทั้งยาบรรเทาอาการ เช่น ยาต้านฮิสตามีน ยาแก้คัดจมูกและยาสเตียรอยด์ ที่แพทย์อาจจ่ายให้กับผู้ป่วยบางคน ซึ่งไม่ได้กล่าวถึงในบทความนี้ อีกทั้ง รายละเอียดอื่น ๆ เช่น วิธีการตรวจหาสารที่เป็นสาเหตุของอาการแพ้ เป็นต้น ซึ่งหากผู้ป่วยมีข้อสงสัยเกี่ยวกับโรคจมูกอักเสบและยาที่ตนเองได้รับ ควรสอบถามแพทย์ผู้ทำการรักษาหรือเภสัชกรทุกครั้ง

เอกสารอ้างอิง

1. Small P, Keith PK, Kim H. Allergic rhinitis. *Allergy Asthma Clin Immunol* 2018;14:51.
2. Schuler IV CF, Montejo JM. Allergic Rhinitis in Children and Adolescents. *Pediatr Clin North Am* 2019;66:981-93.
3. Tran NP, Vickery J, Blaiss MS. Management of rhinitis: allergic and non-allergic. *Allergy Asthma Immunol Res* 2011;3:148-56.
4. Sur DK, Plesa ML. Treatment of Allergic Rhinitis. *Am Fam Physician* 2015;92:985-92.
5. Sur DK, Plesa ML. Chronic Nonallergic Rhinitis. *Am Fam Physician* 2018;98:171-6.
6. Practical aspects of OTC intranasal corticosteroid use: Important educational points to share with patients [Internet]. *Pharmacytimes.com*. 2015 [cited 18 Jun 2020]. Available from: https://www.pharmacytimes.com/publications/issue/2015/July2015/RD362_July2015