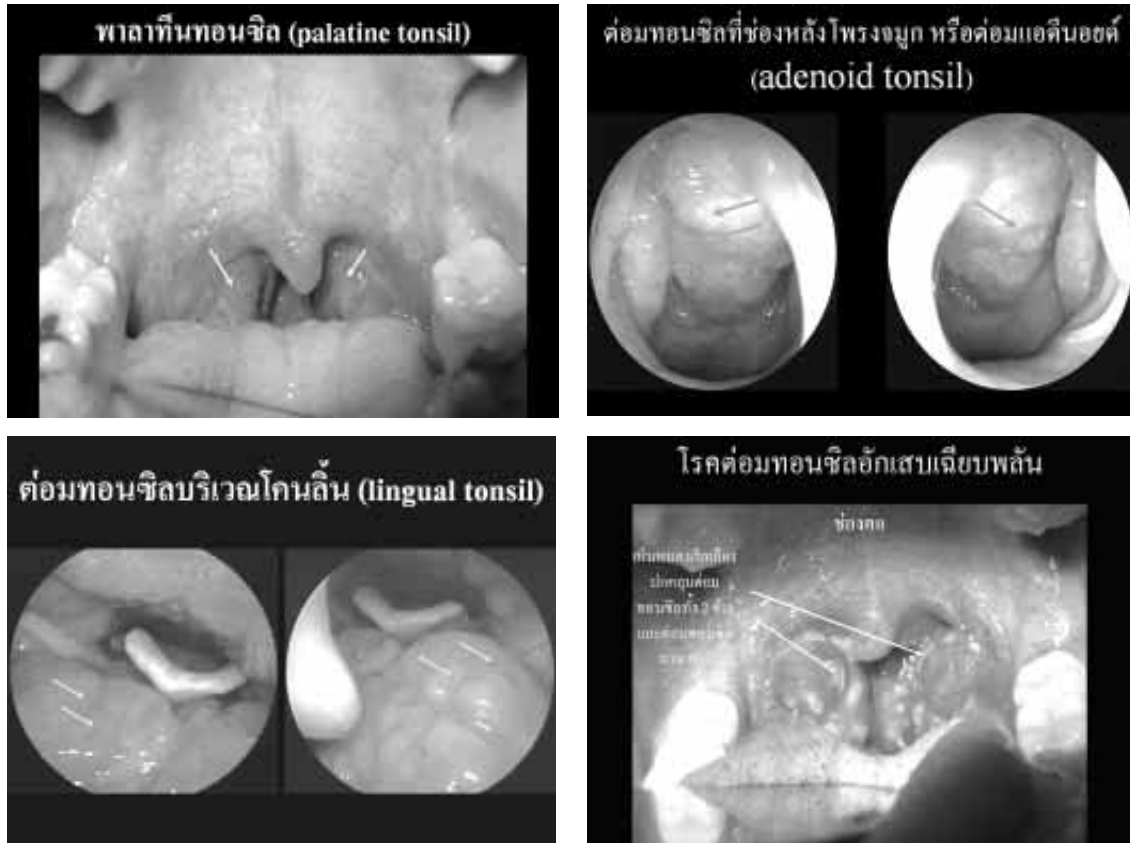


## เจ็บคอจัง...ทอนซิลอักเสบ



**ต่อมทอนซิล (tonsils)** เป็นกลุ่มของเนื้อเยื่อประเภทต่อมน้ำเหลือง มีหน้าที่เกี่ยวข้องกับระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย ภายในต่อมมีเม็ดเลือดขาวหลายชนิด มีหน้าที่หลัก คือ การจับและทำลายเชื้อโรคที่เข้าสู่ร่างกายทางทางเดินอาหาร หน้าที่รองลงมาคือ สร้างภูมิคุ้มกันต่อมทอนซิลพบได้หลายตำแหน่ง ต่อมที่เราเห็นจะอยู่ด้านข้างของช่องปาก มีชื่อเรียกว่า พาลาทีนทอนซิล (palatine tonsil) นอกจากนี้ ต่อมทอนซิลยังพบได้บริเวณโคนลิ้น (lingual tonsil) และช่องหลังโพรงจมูก (adenoid tonsil).



ปารยะ อาศนะเสน พ.บ.,  
รองศาสตราจารย์  
ภาควิชาโสต นาสิก ลาริงซ์วิทยา  
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล  
มหาวิทยาลัยมหิดล

**ทอนซิลอักเสบ (tonsillitis)** เป็นภาวะอักเสบของต่อมทอนซิล ส่วน “คออักเสบ” (pharyngitis) มักใช้เรียกภาวะอักเสบของเนื้อเยื่อในลำคอที่อยู่บริเวณหลังช่องปากเข้าไป บางครั้ง ภาวะทั้งสอง อาจเกิดพร้อมกันได้ ส่วนใหญ่แล้วโรคต่อมทอนซิลพบมากที่สุดเ็นเด็กอายุก่อน 10 ปี เพราะหลัง 10 ปีไปแล้วต่อมทอนซิลจะทำงานน้อยลง หรือไม่ทำงานเลย แต่ในผู้ใหญ่อายุน้อยกว่า 20 ปี ก็ยังเป็นโรคต่อมทอนซิลอักเสบได้ ส่วนใหญ่มักจะไม่พบทอนซิลอักเสบในผู้ป่วยวัยกลางคนไปแล้ว ผู้ป่วยที่มีทอนซิลอักเสบเฉียบพลันจะมีอาการไข้ หนาวสั่น เจ็บคอ ผู้ป่วยบางรายอาจมีอาการปวดร้าวไปที่หู หรือปวดเมื่อยกล้ามเนื้อได้ กลืนลำบากโดยเฉพาะเวลากินอาหารจะเจ็บมาก. ผู้ป่วยเด็กที่เป็นทอนซิลอักเสบเฉียบพลันจะมีอาการน้ำลายไหล เพราะกลืนลำบากและน้ำลายจะไหลลงไปในคอไม่ได้ ก็จะไหลออกมาหรือผู้ป่วยเจ็บคอมาก ๆ อาจมีอาการอาเจียนหลังจากรับประทานอาหาร เพราะการรับประทานอาหารจะรบกวนลำคอที่เจ็บอยู่ การตรวจร่างกายพบต่อมทอนซิลโต และบวมแดง อาจเห็นหนองสีเหลืองหรือปื้นสีขาว ปกคลุมต่อมทอนซิล.

โรคทอนซิลอักเสบเฉียบพลันอาจเกิดจากการติดเชื้อไวรัส (เช่น Epstein-Barr virus ที่ทำให้เกิดโรค infectious mononucleosis, adenovirus) และแบคทีเรีย (เช่น *Streptococcus* group A) พบเชื้อราหรือเชื้อวัณโรคได้น้อย. โรคทอนซิลอักเสบเฉียบพลันในเด็กก่อนวัยเรียน มักจะเกิดจากเชื้อไวรัส และติดต่อกันได้ง่าย เพราะไม่รู้จักรักษาป้องกัน. การติดต่อเกิดจากการหายใจ ไอ จาม หรือใช้ภาชนะที่รับประทานอาหาร หรือดื่มเครื่องดื่มร่วมกัน. ส่วนโรคทอนซิลอักเสบเฉียบพลันในเด็กโตและผู้ใหญ่ มักจะเกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรีย.

**การรักษาทอนซิลอักเสบเฉียบพลัน :** ปกติแพทย์จะให้การรักษาตามอาการ เช่น ให้ยาบรรเทาอาการเจ็บคอ (เช่น ยาอมแก้เจ็บคอ) ยาลดไข้ ให้ยาต้านจุลชีพ หรือยาแก้อักเสบ เพื่อกำจัดเชื้อต้นเหตุ

ถ้าการอักเสบนั้นเกิดจากเชื้อแบคทีเรีย และควรรับประทานยาดังกล่าวให้นานพอ เช่น 7-10 วัน ซึ่งในปัจจุบัน ยาในกลุ่มเพนิซิลลิน (เช่น amoxicillin) หรือ แมคโครไลด์ (เช่น roxithromycin, clarithromycin ในกรณีที่ผู้ป่วยแพ้ยาในกลุ่มเพนิซิลลิน) ยังใช้ได้ผลดี ยกเว้นเชื้อบางกลุ่ม ที่พบว่าดื้อยาแล้ว แพทย์จึงจำเป็นต้องใช้ยาปฏิชีวนะชนิดอื่น ในรายที่มีอาการมาก ๆ เช่น เจ็บคอมากจนรับประทานอาหารไม่ได้ และมีไข้สูง แพทย์อาจแนะนำให้นอนพักรักษาในโรงพยาบาล เพื่อให้น้ำเกลือและยาต้านจุลชีพทางหลอดเลือดดำ ซึ่งจะทำให้อาการทุเลาดีขึ้นเร็วกว่าการให้ยากลับไปรับประทานที่บ้าน หากแพทย์พิจารณาว่ามีสาเหตุมาจากไวรัส ก็จะทำให้ตามอาการเท่านั้น เพราะยาต้านจุลชีพไม่สามารถฆ่าเชื้อไวรัสได้ ถ้าผู้ป่วยไม่ได้รับการรักษา การอักเสบของต่อมทอนซิลอาจจะกระจายกว้างออกไปจนเกิดเป็นหนองบริเวณรอบต่อมทอนซิล (peritonsillar abscess or quinsy) แล้วอาจลุกลามผ่านช่องคอเข้าสู่ช่องปอด และหัวใจได้ (mediastinitis). นอกจากนั้น เชื้อแบคทีเรียอาจเข้ากระแสเลือด แล้วกระจายไปทั่วร่างกาย (septicemia) ซึ่งเป็นภาวะที่อันตรายอย่างมาก เพราะอาจทำให้ผู้ป่วยเสียชีวิตได้ โรคทอนซิลอักเสบเฉียบพลันที่เกิดจากเชื้อสเตรปโตคอคคัส (*Streptococcus*) สามารถทำให้เกิดโรคแทรกซ้อน เช่น โรคหัวใจ (rheumatic heart disease) และโรคไต (acute glomerulonephritis) ได้.

การปฏิบัติตัวที่ถูกต้องของผู้ป่วยจะทำให้อาการดีขึ้นเร็ว ถ้ามีอาการเจ็บคอ หรือระคายคอร่วมด้วย ควรรับประทานอาหารอ่อน ๆ เช่น โจ๊ก หรือข้าวต้มที่ไม่ร้อนจนเกินไป หลีกเลี่ยงอาหารที่มีรสเผ็ด หรือรสจัด หลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ หรือดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ หลีกเลี่ยงการใช้เสียงชั่วคราว ควรพยายามทำความสะอาดบ่อย ๆ โดยเฉพาะหลังรับประทานอาหาร ด้วยการแปรงฟัน หรือกลั้วคอด้วยน้ำยาบ้วนปาก, น้ำเกลืออุ่น ๆ หรือน้ำเปล่าหลังอาหารทุกครั้ง เนื่องจากการที่ไม่รักษาความสะอาดในช่อง

ปากให้ดี อาจมีเศษอาหารตกค้างในช่องปากและลำคอ ทำให้ทอนซิลอักเสบมากขึ้นได้.

น้ำยาบ้วนปากจะช่วยลดปริมาณของเชื้อแบคทีเรียได้บ้าง (ชั่วคราว) ในรายที่มีการอักเสบติดเชื้อบริเวณคอ น้ำยาบ้วนปากบางชนิด อาจมีส่วนผสมของยาลดการอักเสบหรือยาชา ช่วยลดอาการเจ็บคอได้ น้ำยาบ้วนปากมีหลายชนิด ควรเลือกใช้ชนิดที่ไม่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ หรือมีน้อยที่สุด เพื่อป้องกันการระคายเคืองต่อเยื่อของปาก หลีกเลี่ยงน้ำยาที่มีส่วนผสมของกรด เพราะจะทำให้ผิวฟันกร่อน เคลือบฟันบางลง และเกิดอาการเสียวฟันตามมาได้ ถ้าใช้แล้วรู้สึกว่ามีอาการเจ็บคอ หรือระคายเคืองมากขึ้น ก็ไม่ควรใช้ ก่อนใช้ต้องศึกษาส่วนผสมและวิธีใช้ข้างขวดให้ดีก่อน ควรใช้ในปริมาณพอเหมาะ เป็นระยะเวลาสั้นพอควร ถ้าเป็นแบบเข้มข้น ควรเจือจางเพื่อหลีกเลี่ยงอาการแสบร้อนระคายเคือง. เราสามารถทำน้ำยาบ้วนปากได้เองง่ายๆ โดยใช้เกลือป่นประมาณครึ่งช้อนชาถึงหนึ่งช้อนชาละลายในน้ำอุ่นก่อนแก้วใช้บ้วนปากได้ดี ประหยัด และปลอดภัย.

หากเป็นต่อมทอนซิลอักเสบเฉียบพลันบ่อยๆ ต่อมทอนซิลจะโตขึ้น แล้วเปลี่ยนสภาพเป็นแบบเรื้อรัง และอาจมีการอักเสบอย่างเฉียบพลันเป็นๆ หายๆ ได้. การที่ต่อมทอนซิลโต จะทำให้เกิดร่องหรือซอก ซึ่งเศษอาหารอาจเข้าไปตกค้างอยู่ได้ อาจทำให้เกิดการอักเสบยืดเยื้อออกไป.

**การตัดต่อมทอนซิล (tonsillectomy)** โดยทั่วไป แพทย์จะพิจารณา เมื่อ

1. เป็นภาวะต่อมทอนซิลอักเสบเรื้อรังที่รักษาด้วยยาไม่ได้ผล หรือเกิดการอักเสบปีละหลายครั้ง หลายปีติดต่อกัน ทำให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่แย่งลง เช่น ต้องขาดงาน หรือขาดเรียนบ่อย.
2. เมื่อต่อมทอนซิลโตมากๆ ทำให้เกิดอุดกั้นทางเดินหายใจ และมีอาการนอนกรน และ/หรือภาวะหยุดหายใจขณะหลับตามมา.
3. ผู้ป่วยที่มีต่อมทอนซิลโต และแพทย์สงสัยว่าอาจเป็นมะเร็งของต่อมทอนซิลโดยตรง หรือมีมะเร็งที่ต่อมน้ำเหลืองบริเวณคอ แล้วหาตำแหน่งมะเร็งต้นเหตุไม่พบ แต่แพทย์สงสัยว่าอาจเป็นมะเร็งที่มาจากต่อมทอนซิล.

**การผ่าตัดเอาต่อมทอนซิลออก** เป็นการกำจัดไม่ให้ต่อมทอนซิลติดเชื้อบ่อย สำหรับผู้ป่วยเด็กทางเดินหายใจจะโล่งขึ้นด้วย ใน **การตัดต่อมทอนซิลทิ้ง** ไม่มีข้อเสีย เมื่อตัดทิ้งตามข้อบ่งชี้ที่ถูกต้องและเหมาะสมต่อมทอนซิลที่ตัดทิ้งมักจะเป็นต่อมที่ไม่ทำงานแล้ว จึงไม่ฆ่าเชื้อโรค แต่จะเป็นแหล่งสะสมเชื้อโรคแทน เนื่องจากมีต่อมน้ำเหลืองในช่องคออีกมากมายที่ทำงานจับเชื้อโรคแทนต่อมทอนซิลได้ การผ่าตัดเอาต่อมทอนซิลออกจึงไม่ได้ทำให้ภูมิคุ้มกันของร่างกาย หรือของช่องปากลดลงแต่อย่างใด.