

เป็นหวัด หรือ ภูมิแพ้กันแน่

บางครั้งโรคจมูกอักเสบจากการติดเชื้อไวรัส (viral rhinitis) หรือหวัด (common cold) กับโรคจมูกอักเสบภูมิแพ้ (allergic rhinitis) อาจมีอาการคล้ายกัน.

โรคจมูกอักเสบจากการติดเชื้อไวรัส (viral rhinitis) หรือหวัด (common cold) ทำให้ผู้ป่วยมีไข้ อ่อนเพลีย ปวดหรือมีน้ำตาไหล คันจมูก น้ำมูกไหล (ใส หรือขุ่น) สาเหตุที่พบได้บ่อยที่ทำให้ภูมิคุ้มกันต่ำลง และมีการติดเชื้อไวรัสตามมา ได้แก่ เครียด นอนหลับพักผ่อนไม่เพียงพอ ถูกหรือสัมผัสอากาศที่เย็นมากๆ เช่น ขณะนอนเปิดแอร์ หรือพัดลมเป่าจ่อ ไม่ได้ใส่เสื้อผ้า หรือไม่ได้ให้ความอบอุ่นแก่ร่างกายเพียงพอ การดื่มหรืออาบน้ำเย็น ดากฝน หรือสัมผัสกับอากาศที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เช่น จากร้อนเป็นเย็น เย็นเป็นร้อน หรือมีคนรอบข้างที่ไม่สบาย คอยแพร่เชื้อให้เราทั้งที่บ้านและที่ทำงาน ไวรัสที่ทำให้เกิดโรค ได้แก่ rhinovirus, influenza, parainfluenza, adenovirus ผู้ป่วยส่วนใหญ่ มักจะหายได้เองภายใน 7-10 วัน โดยไม่ต้องรับประทานยาต้านจุลชีพ ถ้าผู้ป่วยปฏิบัติตนอย่างถูกต้องและเหมาะสม.

โรคจมูกอักเสบภูมิแพ้ (allergic rhinitis) หรือโรคแพ้อากาศ ทำให้ผู้ป่วยมีอาการจาม คันจมูก น้ำมูกไหลออกมาทางจมูก หรือไหลลงคอ คันเพดานปากหรือคอ นานมากกว่า 1 เดือนขึ้นไป อาการดังกล่าว มักจะมีอาการเป็นๆ (มีเหตุมากระตุ้น) หายๆ (ไม่มีเหตุมากระตุ้น) เมื่อผู้ป่วยมีอาการ ต้องมีเหตุที่กระตุ้นทำให้เกิดอาการนำมาก่อน เช่น

- ความเครียด, การนอนหลับพักผ่อนไม่เพียงพอ, อารมณ์เศร้า, วิตกกังวล, เสียใจ.
- ของฉุน, ฝุ่น, ควัน, อากาศที่เปลี่ยนแปลง.



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

ตารางข้างล่างอาจพอช่วยแยก 2 โรคนี้ออกจากกันได้

โรคจมูกอักเสบจากการติดเชื้อไวรัส (viral rhinitis) หรือหวัด (common cold)	โรคจมูกอักเสบภูมิแพ้ (allergic rhinitis)
■ น้ำมูกข้น (อาจจะใสก็ได้)	■ น้ำมูกใส
■ ตัวร้อน มีไข้ได้	■ ไม่ตัวร้อน ไม่มีไข้
■ ติดต่อดี	■ ไม่ติดต่อดี (อาจติดต่อทางพันธุกรรม)
■ เจ็บคอ หรือแสบคอ	■ คันคอ
■ เป็นมากขึ้นเรื่อย ๆ	■ เป็นๆ หายๆ
■ สัมผัสเชื้อโรคแล้วต้องใช้เวลาพักตัวนานกว่าจะเกิดอาการ	■ สัมผัสสารก่อภูมิแพ้แล้วจะเกิดอาการในไม่ช้า

และอาการดังกล่าวจะดีขึ้นเอง หลังหมดเหตุดังกล่าว หรือดีขึ้นหลังได้รับประทานยาแก้แพ้ ผู้ป่วยอาจมีประวัติเป็นโรคภูมิแพ้ชนิดต่างๆ [เช่น โรคเยื่อบุตาอักเสบภูมิแพ้, โรคหืด, โรคผิวหนังอักเสบภูมิแพ้ หรือที่เรียกว่ากลุ่มโรคอะโทปี (atopic diseases or atopy)] ในสมัยเด็ก หรือในปัจจุบัน เนื่องจากโรคภูมิแพ้

เป็นกลุ่มของโรคที่แสดงอาการได้กับหลายระบบของร่างกาย นอกจากนั้นผู้ป่วยอาจมีประวัติคนในครอบครัวป่วยเป็นโรคภูมิแพ้ชนิดต่างๆ ดังกล่าว เนื่องจากโรคภูมิแพ้ดังกล่าวมีการถ่ายทอดทางพันธุกรรมได้.