

ว้! มีเสมหะในคอตลอดเลย....น่ารำคาญจัง

ถ้าผู้ป่วยของท่านมีปัญหา สเลด หรือเสมหะในคอ (chronic secretion in the throat) ตลอด เป็นๆ หายๆ เป็นเดือน หรือเป็นปี จะทำอย่างไรดี บทความนี้มีคำตอบ.

สเลด หรือเสมหะ คือสารคัดหลั่งที่ร่างกายสร้างออกมา จากต่อมสร้างสารคัดหลั่งที่อยู่ในเยื่อทางเดินหายใจ การที่มีเสมหะ หรือสเลดในคอเรื้อรัง อาจเกิดจากโรค หรือภาวะบางอย่าง ดังนี้

1. โรคจมูกอักเสบภูมิแพ้ (allergic rhinitis) และจมูกอักเสบชนิดไม่แพ้ (non-allergic rhinitis) เนื่องจากเยื่อของผู้ป่วยโรคนี้มีความไวผิดปกติ (hyperreactivity of nasal mucosa) เมื่อสัมผัสกับสารก่อภูมิแพ้ หรือสิ่งระคายเคืองต่างๆ จะกระตุ้นต่อมสร้างน้ำมูกในจมูก อาจไหลออกมาทางจมูกส่วนหน้า หรือไหลลงคอ (postnasal drip) ซึ่งน้ำมูกที่ไหลลงคอ จะกลายเป็นสเลด หรือเสมหะในคองนั่นเอง มักจะมีสีขาวใส หรือขุ่น ยกเว้นเวลาเช้า เมื่อผู้ป่วยตื่นขึ้นมา อาจมีสีเหลืองขุ่นได้ เนื่องจากมีการคั่งค้างของน้ำมูก หรือเสมหะ อยู่ในจมูก หรือคอ เป็นระยะเวลานาน.

2. โรคไซนัสอักเสบ (rhinosinusitis) เนื่องจากโรคนี้มีการอักเสบของเยื่อจมูก และไซนัส จะมีการกระตุ้นต่อมสร้างน้ำมูก ให้มีเสมหะไหลลงคอได้เหมือน ข้อ 1 นอกจากนี้สารคัดหลั่งที่ออกจากไซนัส อาจผ่านรูเปิดของไซนัสในโพรงจมูกออกมา และไหลลงคอ กลายเป็นเสมหะได้ มักจะมีสีเขียว หรือเหลืองตลอดเวลา (มักบ่งชี้ว่ามีการติดเชื้อแบคทีเรีย).

3. โรคกรดไหลย้อน (gastroesophageal reflux disease : GERD) เมื่อกรดไหลขึ้นมาที่คอหอยจากหลอดอาหาร จะกระตุ้นต่อมสร้างเสมหะในลำคอให้ทำงานมากขึ้น ทำ

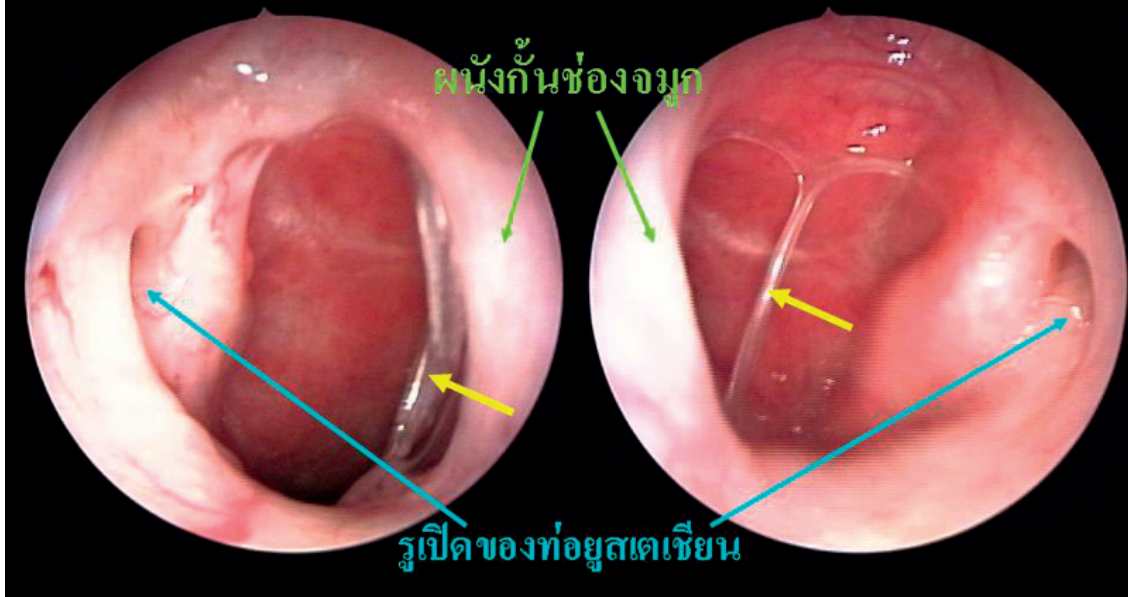


ปารยะ อาศนะเสน พ.บ., รองศาสตราจารย์
สาขาโรคจมูกและโรคภูมิแพ้ ภาควิชาโสต นาสิก ลาริงซ์วิทยา
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
มหาวิทยาลัยมหิดล

เสมหะในคอ จากโรคจมูกอักเสบภูมิแพ้

โพรงหลังจมูกขวา

โพรงหลังจมูกซ้าย



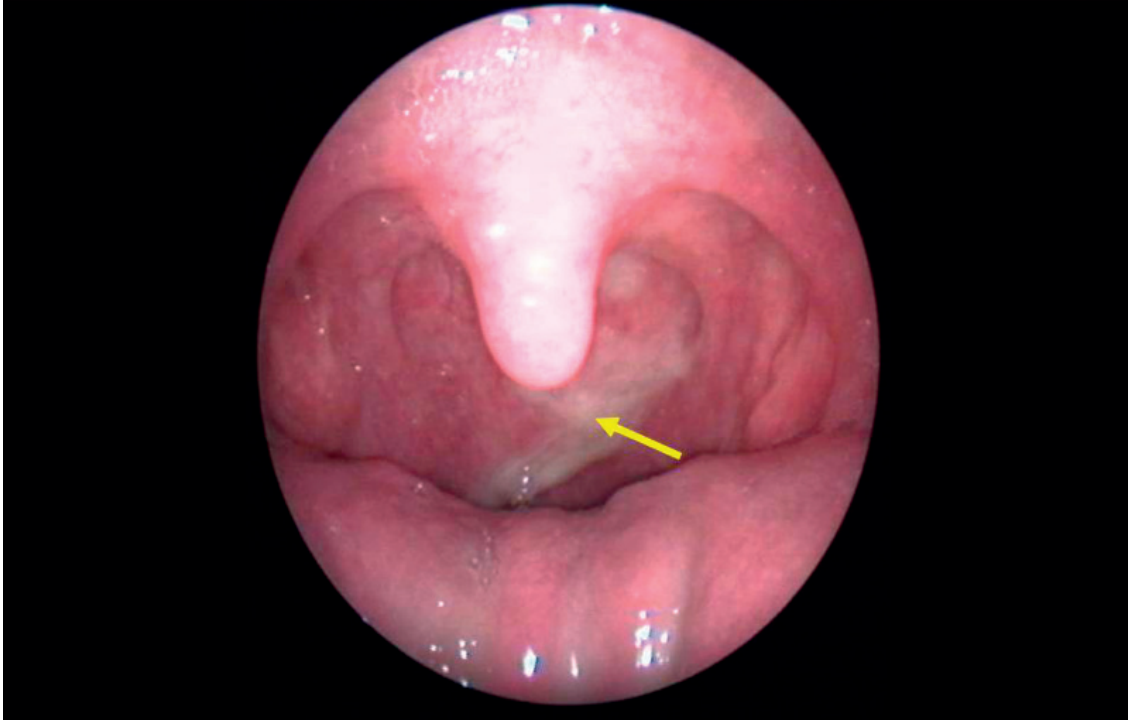
ให้มีเสมหะในลำคอได้ นอกจากนั้นกรดที่ไหลย้อนขึ้นมาที่คอ จะทำให้เกิดการอักเสบของเยื่อบุลำคอ ทำให้กลไกในการกำจัดเสมหะของเยื่อบุลำคอผิดปกติไป ทำให้มีเสมหะค้างอยู่ที่ลำคอได้ นอกจากนั้นถ้าผู้ป่วยเป็นโรคกรดไหลย้อนขึ้นมาที่คอ และกลืนเสียง (laryngopharyngeal reflux) กรดไหลย้อนที่ออกไปนอกหลอดอาหาร อาจไปถึงเยื่อจมูกทางด้านบน และกระตุ้นต่อมสร้างน้ำมูกในโพรงจมูกให้ทำงานมากขึ้นทำให้มีน้ำมูก หรือมีเสมหะไหลลงคอได้.

4. การใช้เสียงผิดวิธี (muscle misuse dysphonia) การที่ใช้เสียงในการพูดมาก มักทำให้ผู้พูดต้องหายใจทางปาก คล้ายกับการออกกำลังกายให้เหนื่อย ซึ่งจะมีการหายใจทั้งทางจมูก และปาก จมูกซึ่งมีหน้าที่ปรับอากาศที่หายใจเข้าไปให้ชื้น และอุ่นขึ้น และกรองสารระคายเคืองต่างๆ ในอากาศก่อน

เข้าสู่ลำคอ จึงไม่ได้ทำหน้าที่ ทำให้อากาศที่ผ่านลำคอแห้งและเย็น ร่างกายจะปรับตัว โดยสร้างเสมหะในคอขึ้นมามากขึ้น เพื่อทำให้ผนังคอชุ่มชื้นขึ้น นอกจากนั้น สารระคายเคืองต่างๆ ในอากาศ อาจเข้าไปสัมผัสกับลำคอโดยตรง และไปกระตุ้นต่อมสร้างเสมหะให้ทำงานมากขึ้นได้.

5. โรคหลอดลมอักเสบเรื้อรัง (chronic bronchitis) และโรคหืด (asthma) โรคทั้งสองดังกล่าวนี้ มีการอักเสบเรื้อรังของเยื่อบุหลอดลม ทำให้เยื่อบุหลอดลมของผู้ป่วยโรคนี้มีความไวผิดปกติ (hyperreactivity of bronchial mucosa) เมื่อสัมผัสกับสารก่อภูมิแพ้ หรือสิ่งระคายเคืองต่างๆ จะกระตุ้นต่อมสร้างเสมหะในเยื่อบุหลอดลม ทำให้มีเสมหะในหลอดลม หรือคอตลอดได้.

เสมหะในคอ จากโรคไซนัสอักเสบ



6. การติดเชื้อเรื้อรังบริเวณคอ (chronic infectious pharyngitis) เช่น จากเชื้อรา, เชื้อวัณโรค, เชื้อซิฟิลิส, เชื้อแบคทีเรีย หรือเชื้อไวรัส ทำให้เกิดการอักเสบเรื้อรังของเยื่อบุลำคอ ซึ่งอาจกระตุ้นต่อมสร้างเสมหะในลำคอให้ทำงานมากขึ้น ทำให้มีเสมหะในลำคอได้.

7. การระคายเคือง และ/หรือการบาดเจ็บเรื้อรังบริเวณลำคอ (chronic irritative and/or traumatic pharyngitis) เช่น การสัมผัสสารเคมี, มลพิษ, สารระคายเคือง เนื่องจากอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่มีสารเคมี มลพิษ หรือสารระคายเคืองมาก, การสูบบุหรี่, การดื่มสุรา เบียร์ หรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์, การไอ, การอาเจียนที่บ่อยและเรื้อรัง,

เนื้องอกในลำคอ, พังผืด หรือแผลเป็นในลำคอ หรือแม้แต่การที่อยู่ในห้อง หรือสถานที่ที่มีอากาศเย็นมาก อาจทำให้เกิดการระคายเคือง หรือการบาดเจ็บเรื้อรังบริเวณลำคอ หรืออาจกระตุ้นต่อมสร้างเสมหะในคอ ให้ผลิตเสมหะออกมามากกว่าปกติได้.

จะเห็นว่าสาเหตุที่ทำให้เกิดเสมหะในคอมากมาย การรับประทานยาละลายเสมหะ จึงเป็นการรักษาที่ปลายเหตุซึ่งยาละลายเสมหะที่ดีที่สุดจริงๆ แล้วคือน้ำ ดังนั้นเมื่อพบผู้ป่วยที่มีปัญหาเสมหะในคอ ควรซักประวัติและตรวจร่างกายเพิ่มเติม ตามการวินิจฉัยแยกโรคดังกล่าวข้างต้นเพื่อให้ได้การวินิจฉัยโรคที่เป็นสาเหตุของเสมหะในคอที่ถูกต้อง ซึ่งการรักษาเสมหะในคอนั้น รักษาตามสาเหตุ.