



## ปอดบวม ปอดอักเสบ (Pneumonia)

นายแพทย์ เฉลียว พูลศิริปัญญา

นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ ด้านเวชกรรม สาขาอายุรกรรม



ปอด (Lung) เป็นอวัยวะในระบบการหายใจที่อยู่ภายในทรวงอกทั้ง 2 ข้าง หากท่านไม่ทราบว่าปอดมีลักษณะอย่างไร ขอให้ท่านนึกถึงปอดหมูที่วางขายในตลาด ปอดของคนเราก็มีลักษณะเช่นเดียวกันคือเป็นเนื้อหยุ่นๆมีสีออกชมพู ปอดมีหน้าที่แลกเปลี่ยนก๊าซจากอากาศที่เราหายใจเข้าไปคือ ในช่วงที่เราหายใจเข้าปอดจะทำหน้าที่นำก๊าซออกซิเจนซึ่งจำเป็นต่อการดำรงชีวิตเข้าไปเลี้ยงร่างกาย และในขณะเดียวกันปอดก็จะขับก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ซึ่งเป็นสิ่งที่ร่างกายไม่ต้องการออกมากับลมหายใจ

เวลาปอดทำงาน เนื้อปอดจะมีการยุบตัวลงและพองตัวออกเหมือนกับการยุบตัวและการพองตัวของฟองน้ำ หากท่านนึกไม่ออกขอให้นึกถึงฟองน้ำในฝ่ามือ เวลาที่เราบีบมือฟองน้ำจะยุบตัวลงเหมือนกับเนื้อปอดที่ยุบตัวในช่วงหายใจออก และในทำนองตรงกันข้ามเวลาเราคลายมือออกฟองน้ำจะพองตัวออกเหมือนกับเนื้อปอดที่พองตัวออกในช่วงหายใจเข้า

ปกติเนื้อปอดนี้เป็นอวัยวะที่ปราศจากเชื้อโรค เมื่อมีเชื้อโรคหรือสิ่งแปลกปลอมอื่นๆที่ไม่ใช่เชื้อโรคก็ตามเข้าไปถึงเนื้อปอด จะส่งผลให้เนื้อปอดมีการอักเสบและมีการบวมเกิดขึ้น

ปกติคนที่มีความสุขภาพดีร่างกายจะมีระบบภูมิคุ้มกันต้านทานโรคที่ดี จะขจัดเชื้อโรคและของเสียในทางเดินหายใจ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งระบบภูมิคุ้มกันต้านทานโรคการขจัดเชื้อโรคและของเสียเหล่านี้จะบกพร่องและเสื่อมลงได้จากสาเหตุหลายประการเช่น การดื่มสุรา การสูบบุหรี่ การขาดอาหาร การเจ็บป่วยต่างๆ (เช่น เป็นโรคเบาหวาน โรคภูมิคุ้มกันต้านทานโรคบกพร่องเช่น ติดเชื้อไวรัสเอชไอวี/HIV และภาวะทุพพลภาพที่ร่างกายเคลื่อนไหวได้จำกัด) การได้รับยาบางชนิดที่มีผลกระทบต่อระบบภูมิคุ้มกัน (เช่น ยาสเตียรอยด์ ยารักษาโรคมะเร็ง/ยาเคมีบำบัด ฯลฯ) ทั้งนี้คนที่ระบบภูมิคุ้มกันต้านทานโรคลดลงนี้ หากปอดติดเชื้อก็จะเกิดปอดบวมได้ง่ายขึ้น และหากเกิดปอดบวมแล้วก็มีโอกาสเกิดภาวะแทรกซ้อน (ผลข้างเคียง) ได้ง่ายตามมา

### ปอดบวม ปอดติดเชื้อ ปอดอักเสบ เหมือนกันหรือไม่?

ปอดบวม/โรคปอดบวม เป็นคำที่เราคุ้นเคยและรู้จักแพร่หลายกันดีทั้งผู้ป่วย บุคคลทั่วไปและบุคลากรทางการแพทย์ ทุกวันนี้จะมีคำอีก 2 คำคือ ปอดติดเชื้อ/โรคปอดติดเชื้อ และปอดอักเสบ/โรคปอดอักเสบ ที่อาจทำให้สับสนและสับสนได้ว่าเหมือนกันกับปอดบวมหรือไม่ ซึ่งขออธิบายดังนี้

- ปอดติดเชื้อ (Lung infection) เมื่อปอดได้รับเชื้อโรคเข้าไปเนื้อปอดจะเกิดอักเสบและบวม ผู้ป่วยจะมีอาการไข้ ไอ และมีเสมหะ
- ปอดอักเสบ (Pneumonitis) โดยความจริงแล้วเมื่อปอดได้รับอันตรายไม่ว่าสาเหตุใดก็ตามจากทั้งเชื้อโรคและที่ไม่ใช่เชื้อโรค เนื้อปอดจะเกิดอักเสบ เมื่อใดที่มีการอักเสบจะมีการบวมเกิดขึ้นร่วมกันเสมอ ดังนั้นเมื่อใดก็ตามที่ปอดอักเสบ ปอดก็จะบวมด้วยเช่นเดียวกัน ตามความเห็นแล้วคำว่า ปอดบวมและปอดอักเสบน่าจะมีความหมายอย่างเดียวกันและใช้แทนกันได้
- ปอดบวม (Pneumonia) เมื่อมีเชื้อโรค หรือปัจจัยอย่างอื่นก็ตามที่ไม่ใช่เชื้อโรคเข้าสู่ปอด ทั้ง 2 สาเหตุนี้ทำให้เนื้อปอดเกิดอักเสบและบวมได้ ขอทำความเข้าใจว่าปอดบวมนั้นไม่จำเป็นต้องเกิดจากเชื้อโรคเสมอไป แต่เกิดจากสาเหตุอื่นๆก็ได้ จะขอยกตัวอย่างประกอบคำ อธิบายดังนี้

ตัวอย่างที่ 1 การเป็นหวัด และเป็นปอดบวม ปอดบวมในกรณีนี้เกิดจากเชื้อโรคที่บริเวณลำคอหลั่งลงไปในปอดเป็นปอดบวมชนิดที่เกิดจากเชื้อโรค

เชื้อโรคที่ทำให้เกิดปอดบวมส่วนใหญ่หมายถึงเชื้อแบคทีเรีย แต่นอกเหนือจากเชื้อแบคทีเรีย ยังมีเชื้อโรคอย่างอื่นอีกที่เป็นสาเหตุของปอดบวมได้ แต่ไม่ได้พบบ่อยเท่าเชื้อแบคทีเรีย และบางชนิดพบได้ในบางกรณีเท่านั้น เช่น เชื้อไวรัสเอชไอวี และปรสิต เชื้อไวรัสนั้นมักพบได้ในช่วงที่มีการระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่ เชื้อราและปรสิตมักเกิดในกรณีผู้ป่วยมีภูมิคุ้มกันต้านทานโรคผิดปกติ เช่น ติดเชื้อเอชไอวี หรือ โรคเอดส์

ตัวอย่างที่ 2 การสำลักน้ำเข้าไปในปอดเวลาคนจมน้ำ การที่น้ำเข้าไปในปอดนี้ทำให้ปอดบวมและอักเสบได้ ในกรณีนี้ปอดบวมไม่ได้เกิดจากเชื้อโรคแต่เกิดจากน้ำที่สำลักเข้าไป

ตัวอย่างที่ 3 การทำงานในโรงเก็บซากพืช ซากสัตว์ หรือขยะที่หมักจนเปื่อยยุ่ยและทำให้วัสดุเหล่านี้ฟุ้งกระจายไปในอากาศและสูดเข้าไปในปอด การดูดถ่านน้ำมันและเกิดสำลักน้ำ น้ำมันเข้าไปในปอด ในกรณีเหล่านี้ก็เช่นเดียวกับตัวอย่างที่ 2 ปอดบวมที่เกิดขึ้นนั้นไม่ใช่เกิดจากเชื้อโรค แต่เกิดจากการสูดวัสดุที่สัมผัสในที่ทำงานเข้าไปในปอด

ทั้งนี้ ปอดบวมชนิดที่ไม่ได้เกิดจากเชื้อโรคนี้ อาการไม่ได้แตกต่างไปจากปอดบวมชนิดที่เกิดจากเชื้อโรคแต่อย่างใด แต่การรักษานั้นต่างกัน อย่างไรก็ตามปอดบวมมักมีสาเหตุมาจากเชื้อโรคเป็นส่วนใหญ่ จากสาเหตุอื่นก็เป็นไปได้ แต่พบได้น้อยกว่า ดังนั้น ในทางปฏิบัติ คำว่าปอดบวมจึงเป็นที่เข้าใจกันโดยทั่วไปว่าหมายถึง ปอดติดเชื้อโดยอนุโลม และในบทความที่ท่านจะได้อ่านต่อไปนี้ ปอดบวมจะหมายถึงปอดติดเชื้อ

### ลักษณะปอดที่บวมเป็นอย่างไร?

เมื่อเนื้อปอดบวมและอักเสบจะมีลักษณะอย่างไรรั้น ขอให้ท่านลองนึกถึงผิวหนังที่เป็นฝี เวลาเป็นฝี ผิวหนังและเนื้อบริเวณนั้นจะอักเสบและบวม มีของเสียจากฝีคือน้ำเหลืองและหนองเกิดขึ้น เนื้อปอดซึ่งมีลักษณะเดียวกับปอดหมูดังกล่าวข้างต้นแล้วก็จะมีลักษณะเช่นเดียวกันคือ อักเสบ บวม และมีของเสียจากปอด แต่ของเสียที่เกิดจากปอดบวมนี้ คือ เสมหะ

### ปอดบวมเกิดได้อย่างไร? มีอาการอย่างไร?

ปอดบวมเกิดขึ้นได้จากที่มีเชื้อโรคเข้าสู่เนื้อปอด ส่วนใหญ่เกิดจากการหายใจหรือสำลักเอาเชื้อโรคเข้าไปในปอด มีบ้างที่เชื้อมาตามกระแสโลหิต (เลือด) มีบางครั้งแต่น้อยมากที่เชื้อเข้าสู่ปอดโดยตรงจากการถูกสัตว์ตุ่มคมแทงเข้าปอด

อาการของปอดบวม ผู้ป่วยจะมีอาการไอ มักมีเสมหะ มีไข้ เจ็บหน้าอก เหนื่อยง่าย อา การเหล่านี้อาจมีไม่ครบทุกอย่าง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในผู้ป่วยเด็กเล็กๆ ผู้สูงอายุ ผู้ป่วยทุพพลภาพที่ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองและสื่อสารได้จำกัด ควรให้ความสนใจและสงสัยมากกว่าปกติ เนื่องจากอาการอาจไม่ชัดเจน เช่น ในผู้สูงอายุ อาจจะมีเพียงมีไข้ หรือตัวอุ่นๆและซึมลงเท่า นั้น อาจจะไม่ไอเพียงเล็กน้อย หรืออาจจะไม่ไอให้เห็นก็ได้ เนื่องจากมีความจำกัดในการเคลื่อนไหว และ/หรือกล้ามเนื้อไม่มีแรงพอที่จะไอได้อย่างมีประสิทธิภาพ

### มีปัจจัยเสี่ยงที่จะเกิดปอดบวมไหม? มีอันตรายมากหรือไม่?

ปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดปอดบวม ได้แก่

- อายุ ในเด็กเล็กๆและในผู้สูงอายุ เพราะร่างกายมีความบกพร่องในการป้องกันและกำจัดเชื้อโรค
- การดื่มสุรา สูบบุหรี่ และ/หรือรับประทานยาบางชนิด เช่น ยากดภูมิคุ้มกัน ยารักษาโรคมะเร็ง (ยาเคมีบำบัด) ซึ่งจะมีผลกระทบต่อระบบภูมิคุ้มกันต้านทานโรค และการกำจัดเชื้อโรค
- การมีโรคประจำตัวบางอย่าง เช่น โรคถุงลมโป่งพอง โรคมะเร็ง โรคเบาหวาน โรคหัวใจ ฟันผุ และเหงือกเป็นหนอง โรคไตเรื้อรัง ฯลฯ
- การไม่รักษาสุขภาพและอนามัย เช่น การขาดอาหาร สุขภาพทรุดโทรม อยู่อาศัยในสถานที่ที่ไม่มีการถ่ายเทอากาศที่ดีพอ ในที่มีมลภาวะที่ต้องหายใจและสูดดมภาวะเข้าไปในปอด

อนึ่ง อันตรายจากปอดบวมนั้นจะมีหรือไม่มี และหากมีแล้วจะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับ

1. มีปัจจัยเสี่ยงข้างต้นหรือไม่ หากมีก็ถือว่ามียันตรายกว่าไม่มี และในกรณีที่มีปัจจัยเสี่ยงนั้น หากมีหลายปัจจัย ย่อมจะมีอันตรายมากขึ้นเป็นเงาตามตัว

2. ปอดบวมนั้นรุนแรงและมีอาการแทรกซ้อน (ผลข้างเคียง) หรือไม่ ซึ่งทั้ง 2 ประการนี้จะเป็นอุปสรรคต่อการรักษา และมีผลต่อการรักษา ยกตัวอย่างเช่น
  1. ผู้ป่วยหนุ่มๆที่สุขภาพแข็งแรงดีอยู่แล้ว เมื่อเกิดปอดบวม อาจให้การรักษาโดยไม่จำ เป็นต้องพักรักษาตัวในโรงพยาบาล และให้การรักษาเพียงยาปฏิชีวนะชนิดรับประทานแบบผู้ป่วย นอกก็อาจเพียงพอ
  2. ในทางตรงข้าม โรคแบบเดียวกันนี้ หากเกิดกับผู้สูงอายุ หรือมีปัญหาสุขภาพบก พร่องอยู่เดิม เช่น รับประทานอาหารได้น้อยมาก่อน ก็จะมีอาการแทรกซ้อนและควรรักษาตัวในโรงพยาบาลทั้งๆที่เป็นปอดบวมอย่างเดียวกัน
  3. ยิ่งกว่านั้น หากในกรณีเช่นเดียวกันนี้เกิดกับผู้ป่วยสูงอายุที่มีโรคเบาหวาน และระดับน้ำตาลในเลือดสูงที่ไม่ควบคุมให้ดีมาก่อน และมีโรคไตเรื้อรัง มาพบแพทย์ล่าช้า อาการแทรกซ้อนนั้นก็จะมีมากขึ้นตามส่วน อาจถึงขั้นเสียชีวิต และอาจต้องรับตัวไว้ในห้องไอซียู (ICU, Intensive care unit) แทนที่จะรักษาในห้องพักรักษาผู้ป่วยทั่วไป

ทั้งนี้ อาการแทรกซ้อนจากปอดบวม เช่น การเกิดมีน้ำในโพรงเยื่อหุ้มปอด การเกิดมีหนองในโพรงเยื่อหุ้มปอด การหายใจล้มเหลว ไตล้มเหลว เชื้อเข้าสู่กระแสโลหิต (โลหิตเป็นพิษ หรือภาวะพิษเหตุติดเชื้อ/ภาวะติดเชื้อในกระแสเลือด) ซ็อกหมดสติ ฯลฯ

โดยสรุป อันตรัยจากปอดบวม และการมีผลแทรกซ้อนจะมากหรือน้อยขึ้นกับ อายุ สุขภาพของผู้ป่วย และความรุนแรงของปอดบวมที่เกิดขึ้นว่า เป็นมากหรือน้อยเพียงใด ดังนั้นการไม่รักษาสุขภาพและอนามัย การมีโรคประจำตัว การสูบบุหรี่ ดื่มสุรา และรับประทานยาที่มีผล กระทบต่อสุขภาพ ฯลฯ จึงเป็นปัจจัยสำคัญต่อความรุนแรงของปอดบวม

### แพทย์วินิจฉัยโรคปอดบวมได้อย่างไร?

ปอดบวมวินิจฉัยได้โดย

- ประวัติการมีไข้ ไอ มีเสมหะ เจ็บหน้าอก และหอบเหนื่อย และจากการตรวจร่างกาย
- ถ่ายภาพรังสีทรวงอก (เอกซเรย์ปอด)
- การตรวจทางห้องปฏิบัติการเช่น การตรวจเลือดซีบีซี การตรวจและเพาะเชื้อจากเสมหะ การเพาะเชื้อจากโลหิต ฯลฯ การตรวจทางห้องปฏิบัติการเหล่านี้ แพทย์ผู้รักษาจะเลือก ใช้เป็นกรณีตามความเหมาะสม ตามความจำเป็น และตามดุลพินิจของแพทย์

### รักษาปอดบวมได้อย่างไร?

แนวทางการรักษาปอดบวม ประกอบด้วย

1. การให้ยาปฏิชีวนะ หากในรายที่เป็นไม่มากและไม่มีอาการแทรกซ้อนอาจให้การักษาแบบผู้ป่วยนอกด้วยยาชนิดรับประทาน กรณีนอกจากนี้การรักษาควรให้ยาปฏิชีวนะทางหลอดเลือดแบบผู้ป่วยใน
2. การรักษาประคับประคองตามอาการต่างๆไปเช่น การให้ยาลดไข้ การให้สารน้ำทางหลอดเลือด การให้ออกซิเจน การให้อาหารเหลวทางสายให้อาหารลงกระเพาะอาหารในรายที่รับประทานอาหารเองไม่เพียงพอ ฯลฯ



3. การรักษาอาการแทรกซ้อนเช่น การใช้เครื่องช่วยหายใจในรายที่เหนื่อยและหายใจเองไม่เพียงพอ การให้ยาเพิ่มความดันโลหิตหากมีความดันโลหิตลดต่ำลง ฯลฯ

## ปอดบวมรุนแรงไหม? มีผลข้างเคียงอย่างไร?

ความรุนแรงและผลข้างเคียง (ภาวะแทรกซ้อน) ของปอดบวมอาจมีเพียงเล็กน้อยหรือถึงขั้นรุนแรงจนอาจเสียชีวิตได้ สามารถแยกได้เป็นกรณีดังนี้

- รุนแรงเพียงเล็กน้อย สามารถรักษาด้วยยาปฏิชีวนะชนิดรับประทานแบบผู้ป่วยนอก ผู้ป่วยประเภทนี้มักเป็นผู้ป่วยที่อายุไม่มาก มีสุขภาพ และรักษาสุขภาพและอนามัยดีอยู่ก่อนแล้ว และปอดบวมที่เกิดขึ้นไม่รุนแรง อาการป่วยไม่ได้หนัก

ยกตัวอย่างเช่น คนไข้ อายุ ๒๕ ปี สบายดีมาตลอด ไม่สูบบุหรี่ ไม่ดื่มสุราและไม่ติดยาเสพติด รู้สึกมีไข้ เจ็บหน้าอก ไอมีเสมหะ แต่ยังรับประทานอาหารได้ดี ไม่รู้สึกเหนื่อย ได้รับประทานยาลดไข้ และมารับการตรวจพบมีปอดบวม ได้รับการรักษาด้วยยาปฏิชีวนะไปรับประทานที่บ้านและนัดมาติดตามผลการรักษาแบบผู้ป่วยนอก จะเห็นได้ว่า อาการปอดบวมในรายนี้ อาจมีเพียงมีไข้ ไอ มีเสมหะ ไม่เหนื่อย ยังสามารถใช้ชีวิตประจำวันได้ หรือใกล้เคียงปกติ การดูแลและรักษาโดยใช้ยาปฏิชีวนะชนิดรับประทานแบบผู้ป่วยนอก และไม่จำเป็นต้องพักรักษาในโรงพยาบาล การรักษาไม่ยุ่งยากแต่ประการใด

- รุนแรงปานกลาง ยกตัวอย่าง เช่น ผู้ป่วยสูบบุหรี่ และดื่มสุราประจำ เกิดปอดบวม ไม่ได้รับการวินิจฉัยแต่เนิ่นๆ มาพบแพทย์หลังจากมีอาการหลายวัน การรักษาในกรณีนี้ จำเป็น ต้องรักษาในโรงพยาบาล และฉีดยาปฏิชีวนะเข้าหลอดเลือดนอกจากนี้ ยังมีอาการเหนื่อยกว่าปกติ และเบื่ออาหาร จำเป็นต้องให้ออกซิเจน และสารน้ำทางหลอดเลือด หากรับประทานอาหารไม่ได้ หรือไม่เพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย และหากไม่มีอาการแทรกซ้อน อาจใช้เวลารักษาในโรงพยาบาลเพียงไม่กี่วัน เมื่ออาการทุเลา ไม่มีไข้ ผู้ป่วยสบายขึ้น แพทย์จึงอาจอนุญาตให้กลับบ้านได้ และรักษาต่อเนื่องแบบผู้ป่วยนอก

ปอดบวมในกรณีเดียวกันนี้ เมื่อเกิดกับผู้สูงอายุ ไม่รักษาสุขภาพและอนามัย ไม่ได้มาพบแพทย์และไม่ได้รับการวินิจฉัยแต่แรก จำเป็นต้องรับไว้รักษาและให้ยาปฏิชีวนะทางหลอดเลือดในโรงพยาบาล หากรับประทานอาหารไม่ได้หรือไม่เพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย จำเป็นต้องให้สารน้ำทางหลอดเลือด และหากมีอาการแทรกซ้อน อาจใช้เวลารักษาในโรงพยาบาลเพียงไม่กี่วัน เมื่ออาการทุเลา ไม่มีไข้ ผู้ป่วยสบายขึ้น อาจอนุญาตให้กลับบ้าน และรักษาต่อเนื่องแบบผู้ป่วยนอก

แต่รายเดียวกันนี้ หากมีอาการแทรกซ้อน เช่น ความดันโลหิตต่ำ ก็จำเป็นต้องให้สารน้ำทางหลอดเลือดนานขึ้น และหากยังเบื่ออาหาร ไม่สามารถรับประทานอาหารได้เพียงพอ แพทย์จะพิจารณาให้อาหารเหลวทางสายให้อาหารลงกระเพาะอาหาร หรือหากมีอาการหายใจหอบเหนื่อยมากขึ้นกว่าเดิม การให้ออกซิเจนอย่างเดียวไม่พอ อาจต้องใส่ท่อเข้าหลอดลมและช่วยการหายใจด้วยเครื่องช่วยหายใจร่วมด้วย

จะเห็นได้ว่าการรักษามีความยุ่งยากขึ้นตามลำดับต่างจากรายแรก คือ

1. ต้องรักษาตัวในโรงพยาบาลแทนที่จะเป็นการรักษาตัวแบบผู้ป่วยนอก
2. ต้องให้ยาปฏิชีวนะทางหลอดเลือดแทนที่จะให้โดยการรับประทาน

3. ให้การรักษาเสริมด้วยสารน้ำทางหลอดเลือดให้ออกซิเจน

4. อาจต้องช่วยการหายใจด้วยเครื่องช่วยหายใจ

- ระดับรุนแรง เช่น ผู้ป่วยสูงอายุ เป็นโรคเบาหวาน และมีโรคหัวใจประจำตัว เมื่อเกิดปอดบวม มีไข้สูง หนาวสั่น ผลการวินิจฉัยพบว่าเป็นปอดบวมและมีน้ำท่วมปอด การรักษาในกรณีนี้ นอกจากต้องรับไว้รักษาในหอผู้ป่วยหนัก (ไอ ซี ยู) แทนที่จะเป็นการรักษาในหอผู้ป่วยทั่วไป และต้องได้รับการเจาะน้ำในโพรงเยื่อหุ้มปอดออกมาวิเคราะห์ทางห้องปฏิบัติการ และหากผลการวิเคราะห์น้ำที่เกิดจากปอดบวมนี้เป็นหนอง แพทย์จะต้องใส่ท่อระบายของเหลวเข้าไป เพื่อระบายเอาหนองออก และหากใช้วิธีนี้แล้วไม่สามารถระบายหนองออกได้หมด จำเป็นต้องทำการผ่าตัดเข้าช่องอก เพื่อเอาหนองที่เกิดขึ้นนั้นออกมาให้หมด ดังนั้น จึงเห็นได้ว่า ปัญหาคนไข้รายนี้มีความซับซ้อนมากกว่า และเพิ่ม เติมนอกเหนือไปจากการรักษาผู้ป่วยรายที่ได้กล่าวข้างบนได้รับ คือ

1. ต้องได้รับการเจาะน้ำที่เกิดขึ้นในโพรงเยื่อหุ้มปอด ซึ่งเกิดแทรกซ้อนจากปอดบวม
2. หลังจากนั้น อาจต้องได้รับการรักษาเพิ่มเติมด้วยการใส่สายระบายเข้าระบายของเหลว/หนอง
3. หากการระบายหนองไม่เพียงพอ ก็ต้องได้รับการผ่าตัดเพื่อเอาหนองออก

- ระดับรุนแรงมาก ยกตัวอย่างเช่น ผู้ป่วยสูงอายุ เป็นโรคเบาหวาน โรคหลอดเลือดหัวใจ โรคไตเรื้อรัง รับประทานอาหารได้น้อย เป็นปอดบวม ซึมลง ไม่ค่อยรู้สึกตัว ได้รับการนำส่งโรงพยาบาล พบว่าความดันโลหิตต่ำไม่รู้สีกตัว ไม่สามารถดื่มน้ำ และกลืนอาหารได้ ผลการตรวจเลือดพบว่า ไตบกพร่องมาก น้ำตาลสูงมาก จำเป็นต้องฉีดยาอินซูลิน (ยารักษาโรคเบาหวาน) เพื่อควบคุมน้ำตาล ผลวิเคราะห์ก๊าซในเลือดแดงบ่งชี้ว่าออกซิเจนในเลือดต่ำ ผลเอกซเรย์ปอดพบว่าปอดบวมรุนแรงและเป็นบริเวณกว้าง หัวใจมีขนาดโตขึ้น ผลเพาะเชื้อจากโลหิตพบมีเชื้อขึ้นในกระแสโลหิต (โลหิตเป็นพิษ หรือ ภาวะพิษเหตุติดเชื้อ/ภาวะติดเชื้อในกระแสเลือด)

การรักษากรณีนี้ จำเป็นต้องกระทำในห้องไอซียู โดยให้ยาปฏิชีวนะทางหลอดเลือด ใส่ท่อเข้าหลอดลม และใช้เครื่องช่วยหายใจเพื่อช่วยการหายใจ ใส่สายให้อาหารเข้ากระเพาะอาหารเพื่อให้อาหารทางสายนี้ ให้ยาเพิ่มความดันโลหิต และอาจต้องทำการฟอกไต

ปัญหาและอาการแทรกซ้อนในผู้ป่วยรายนี้มีเพิ่มขึ้นและรุนแรงมากขึ้นกว่าผู้ป่วยรายข้างต้น คือ

1. มีโรคประจำตัวหลายโรคและมีสุขภาพบกพร่องมาก่อน
2. มีอาการแทรกซ้อนหลายประการคือ ไม่รู้สึกตัว ไม่สามารถดื่มน้ำและกินอาหารได้ ไตเสื่อม ความดันโลหิตต่ำ(ช็อก) การหายใจล้มเหลว และโลหิตเป็นพิษ (ภาวะพิษเหตุติดเชื้อ)
3. ต้องใช้เครื่องช่วยหายใจ ให้ยาเพิ่มความดันโลหิต ให้อาหารทางสายให้อาหารลงกระเพาะอาหาร ให้ยาอินซูลินควบคุมน้ำตาลในเลือด และอาจต้องทำการฟอกไต

โดยสรุป จากตัวอย่างดังกล่าว จะเห็นได้ว่าปอดบวมจะรุนแรงและมีอาการแทรกซ้อนได้ตั้งแต่

1. อาการเล็กน้อย สามารถรักษาให้หายได้ด้วยยารับประทานแบบผู้ป่วยนอก และไม่มีอาการแทรกซ้อนแต่ประการใด
2. อาการปานกลาง ต้องรักษาในโรงพยาบาลและให้ยาปฏิชีวนะทางหลอดเลือด ให้ออกซิเจน แต่ทันทีที่อาการทุเลา ก็สามารถกลับมารักษาและรับประทานยาปฏิชีวนะต่อที่บ้านได้

ในกรณีเดียวกันนี้ แต่หากยังรับประทานอาหารไม่ได้ ความดันโลหิตต่ำ ก็จำเป็น ต้องอยู่โรงพยาบาลนานขึ้น และต้องได้รับสารน้ำทางหลอดเลือด และได้รับอาหารทางให้อาหารลงกระเพาะอาหาร

3. อาการรุนแรง มีอาการแทรกซ้อนจากปอดบวม เกิดมีน้ำในโพรงเยื่อหุ้มปอด ต้องได้รับการเจาะน้ำจากโพรงเยื่อหุ้มปอด หากน้ำที่เกิดแทรกซ้อนเป็นหนอง จำเป็น ต้องใส่สายระบายเข้าโพรงเยื่อหุ้มปอด ยิ่งไปกว่านั้น อาจจำเป็นต้องได้รับการผ่าตัดเพื่อเอาหนองออก หากการใส่สายระบายไม่สามารถทำให้หนองหมดไปได้
4. อาการรุนแรงมาก เนื่องจากสูงอายุ มีโรคประจำตัวหลายชนิด ไตเสื่อม ไม่รู้สึก ตัว และปอดบวมกระจาย เป็นบริเวณกว้าง มีเชื้อกระจายเข้าสู่กระแสโลหิต จำเป็นต้องได้ รับการรักษาเช่นเดียวกับกรณีข้างบน ร่วมกับใช้เครื่องช่วยหายใจ ให้ยาเพิ่มความดันโลหิต หากไตเสื่อมมากขึ้น อาจต้องทำการฟอกไต

**ควรดูแลตนเองที่บ้านอย่างไรเมื่อมีปอดบวม? ควรพบแพทย์เมื่อไร? ควรพบแพทย์ก่อนนัดเมื่อไร?**

เมื่อท่านสงสัยว่าจะเป็นปอดบวมโดยมีอาการต่างๆดังที่ได้กล่าวไว้ข้างต้นกล่าวคือ มีไข้ ไอ เจ็บหน้าอก และเหนื่อยง่าย ท่านควรรีบมาพบแพทย์ ภายใน 1-2 วัน เพื่อรับการวินิจฉัย ไม่ควรดูแลตนเอง

อย่างไรก็ตาม การดูแลตนเองเมื่อเป็นปอดบวมน่าจะมี 2 กรณี คือ

1. ปอดบวมเล็กน้อย ที่แพทย์พิจารณาให้รักษาแบบผู้ป่วยนอกได้ และ
2. กรณีที่เป็นปอดบวมเข้ารับการรักษานในโรงพยาบาลแล้ว และแพทย์พิจารณาให้กลับบ้านเพื่อรักษา และพักผ่อนที่บ้าน

ทั้ง 2 กรณี ควรปฏิบัติตนดังนี้

- ควรรับประทานยาต่อตามแพทย์สั่งอย่างถูกต้อง ครบถ้วน โดยเฉพาะอย่างยิ่งยาปฏิชีวนะ ซึ่งไม่ควรหยุดยาเอง
- รับประทานอาหารให้เพียงพอกับความต้องการของร่างกาย เนื่องจากเป็นช่วงที่ร่างกายต้องการพลังงานในการต่อสู้กับโรค และซ่อมแซมร่างกายให้ฟื้นตัว
- ควรใส่ใจสังเกตอาการแทรกซ้อนที่อาจจะมีเกิดขึ้น เช่น มีไข้เกิดขึ้นใหม่หลังจากไข้ลงแล้ว 1-2 วัน รู้สึกว่าไม่สบายเพิ่มขึ้น มีอาการเจ็บภายในทรวงอก มีอาการหายใจไม่ค่อยสะดวก รับประทานอาหารได้น้อยลง ไข้ไม่เสมหะปนเลือด ฯลฯ และหากมีอาการแทรกซ้อนหรือสงสัยว่าจะมี แนะนำให้มาพบแพทย์ก่อนกำหนดนัด ควรภายใน 1-2 วัน หลังจากมีอาการผิดปกติไปจากเดิม

**ปอดบวมป้องกันได้อย่างไร?**

การป้องกันปอดบวมสามารถทำได้ไม่ยาก โดย

- รักษาสุขภาพและอนามัยให้แข็งแรงสมบูรณ์อยู่เสมอเช่น การรับประทานอาหาร พักผ่อน ออกกำลังกาย ให้เหมาะสมกับสภาพและวัยของท่าน (รักษาสุขอนามัยพื้นฐาน/สุขบัญญัติแห่งชาติ)
- การงดและเลิก บุหรี่ สุรา และยาเสพติด
- หากท่านมีโรคประจำตัวอยู่ ให้รักษาตามแผนและคำแนะนำของการรักษาโรคนั้นๆอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิตที่ควรจะเป็นอยู่แล้ว

- การป้องกันการรับเชื้อโดยการปิดปากและจมูกเมื่อต้องสัมผัสผู้ป่วยที่ไอ หรือจาม และผู้ป่วยที่มีอาการไอหรือจาม ควรป้องกันการแพร่กระจายฝอยละอองไปยังผู้อื่น ด้วยการปิดปากและจมูกด้วยกระดาษหรือผ้าเช็ดหน้า หรือหน้ากากอนามัย
- ผู้ที่มีปัจจัยเสี่ยง เช่น ผู้สูงอายุ ผู้มีโรคประจำตัว เช่น โรคถุงลมโป่งพอง โรคเบาหวาน โรคหัวใจ ผู้ได้ยากดภูมิคุ้มกันต้านทานโรค เช่น ยารักษาโรคเริม/ยาเคมีบำบัด ฯลฯ ควรพิจารณาฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่เป็นประจำปีทุกปี

### บรรณานุกรม

1. โรคปอดอักเสบ ในโรกระบบการหายใจ นพ.สุรเกียรติ์ อาชานุภาพ.
2. Pneumonia <http://en.wikipedia.org/wiki/Pneumonia> [2015,Jan17].
3. Managing CAP: An evidence – based algorithm. The Journal of Family Practice. 2007;56:722-726.
4. <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/pneumonia/basics/definition/con-20020032> [2015,Jan17]



“สุขภาพดีของท่าน คือบริการของเรา”  
 รวบรวมเรื่องสุขภาพง่ายๆ แค่นี้...ก็ดีขึ้นมา...  
[Group.wunjun.com/Thatumhealthy](http://Group.wunjun.com/Thatumhealthy)  
 งานสุขศึกษาและประชาสัมพันธ์โรงพยาบาลท่าตุม  
 โทร.044-591126 ต่อ 116