



ผู้ป่วยควรปฏิบัติอย่างไร

1. เลิกบุหรี่
2. ใช้ยาตามแพทย์สั่งและไปพบแพทย์ตามนัดอย่างสม่ำเสมอ
3. ไปโรงพยาบาลทันทีที่มีอาการแย่ลง
4. หลีกเลี่ยงสิ่งกระตุ้นต่างๆ เช่น ควันบุหรี่ และมลพิษ
5. รักษาสุขภาพให้แข็งแรง เช่น ออกกำลังกายตามความเหมาะสมเป็นประจำ รับประทานอาหารครบ 5 หมู่
6. ทำจิตใจให้สบาย



คุณมีอาการดังต่อไปนี้หรือไม่

1. ไอมากติดต่อกันเป็นเวลานาน ใช่ ไม่ใช่
2. มีเสมหะเกือบทุกวัน ใช่ ไม่ใช่
3. รู้สึกเหนื่อยง่ายกว่าคนในวัยเดียวกัน ใช่ ไม่ใช่
4. คุณอายุมากกว่า 40 ปี ใช่ ไม่ใช่
5. คุณสูบบุหรี่ หรือเคยสูบบุหรี่ ใช่ ไม่ใช่

ถ้าตอบว่า ใช่ ตั้งแต่ 3 ข้อขึ้นไป

คุณมีโอกาสเป็น COPD

ควรปรึกษาแพทย์เพื่อขอรับการตรวจสมรรถภาพปอด

Ref. www.goldcopd.com

โดย

พศ.พ.ว.วัชรวิทย์ บุญสวัสดิ์

สนับสนุนการจัดพิมพ์ โดย

บริษัท แก๊สซิโสมิทไคลน์ (ประเทศไทย) จำกัด



เอกสารสำหรับผู้ป่วย COPD

ชุดที่ 1



COPD

(ซี โอ พี ดี) คืออะไร



โดย

พศ.พ.ว.วัชรวิทย์ บุญสวัสดิ์

COPD0109/TH05



COPD

(ซี โอ พี ดี) ก็อะไร



COPD (ซี โอ พี ดี) ก็อะไร

Chronic	หมายถึง	เรื้อรัง
Obstructive	หมายถึง	อุดกั้น
Pulmonary	หมายถึง	ปอด
Disease	หมายถึง	โรค

COPD (ซี โอ พี ดี) หรือ โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

เป็นโรคที่
เกิดขึ้นกับระบบทางเดินหายใจ มีอาการของ 2 โรคอยู่รวมกันคือ
หลอดลมอักเสบเรื้อรัง กับถุงลมโป่งพอง ปอดของผู้ป่วยจะเกิดการ
อักเสบเรื้อรังทำให้มีเยื่อเมือกเกิดขึ้นมาก มีการตีบแคบของหลอดลม
และส่วนถุงลมที่ถูกทำลายจะมีการขยายตัวโป่งพองอย่างถาวร ทำให้
การไหลเวียนของอากาศในปอดเป็นไปอย่างลำบาก มีการดำเนินของ
โรคอยู่ตลอดเวลาอาการของผู้ป่วยจะแย่ลงอยู่เรื่อยๆ และเมื่อเป็น
โรคนี้แล้ว การใช้ยาขยายหลอดลมเพื่อบรรเทาอาการจะไม่สามารถ
ทำให้สภาวะของหลอดลม
กลับคืนมาได้เต็มที่



COPD (ซี โอ พี ดี) หรือ โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง มีอาการอย่างไร

ผู้ป่วยจะ ไอเรื้อรัง มีเสมหะมาก เหนื่อยง่าย แน่นหน้าอก หายใจลำบาก

จะรู้ได้อย่างไรว่าเป็นโรคนี้

ประวัติ

- ผู้ป่วยมีประวัติการสูบบุหรี่และ/หรือสัมผัสมลพิษเป็นประจำ
- ผู้ป่วยมีอาการหอบเหนื่อย และ/หรือ ไอเรื้อรังมีเสมหะโดยเฉพาะในช่วงเช้า
- ผู้ป่วยมีอาการแน่นหน้าอก หรือหายใจมีเสียงหวีด

การตรวจสมรรถภาพปอด (Pulmonary function test)

การตรวจสมรรถภาพของปอดนั้นจะช่วยให้ทราบว่า เป็น COPD (ซี โอ พี ดี) หรือ โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง หรือไม่และเป็นมากน้อยแค่ไหน

สำหรับการตรวจสมรรถภาพปอดในคลินิก COPD นั้นมักจะทำการตรวจวัดสมรรถภาพปอดโดยใช้เครื่องสไปโรเมตรี (Spirometry) ในครั้งแรกเพื่อทำการคัดกรองผู้ป่วย หลังจากนั้นจะใช้เครื่องพีคโฟว์มิเตอร์ (Peak flow meter) ตรวจวัดทุกครั้งที่มีผู้ป่วยมาพบแพทย์เพื่อประเมินความก้าวหน้าในการรักษาและอาจตรวจประเมินผลการรักษาอย่างละเอียดด้วยเครื่องสไปโรเมตรี (Spirometry) อีกทุกๆ 6 เดือน

เป้าหมายของการรักษา

- บรรเทาอาการของโรคให้ลดน้อยลง
- ป้องกันการกำเริบของโรค
- คงสมรรถภาพการทำงานของปอดไว้ให้เสื่อมลงช้าที่สุด
- ทำให้คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยดีขึ้น

ยาที่ใช้ในการรักษา

- **ยาขยายหลอดลม** ใช้เพื่อบรรเทาอาการ ช่วยให้อาการและสมรรถภาพการทำงานของผู้ป่วยดีขึ้น
- **ยาต้านการอักเสบ** สามารถลดการกำเริบของโรคทำให้สมรรถภาพปอดของผู้ป่วยดีขึ้นและช่วยให้สภาวะสุขภาพโดยรวมดีขึ้น
- **ยาผสมระหว่างยาขยายหลอดลมชนิดออกฤทธิ์ยาวกับยาต้านการอักเสบ** ซึ่งจะบรรเทาอาการของโรคให้น้อยลง ขณะเดียวกันสามารถลดการกำเริบของโรคทำให้สมรรถภาพปอดดีขึ้นและช่วยให้คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยดีขึ้นด้วย
- **ยาอื่นๆ** เช่น วัคซีนไข้หวัดใหญ่ ยาละลายเสมหะ

