

# คู่มือคัดกรองการเจ็บป่วยในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเบื้องต้น

โรคหอบหืดในเด็ก ชั้นอนุบาล1/1

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้าน

สังกัดองค์การบริหารส่วนตำบล

อำเภอบึงสามพัน

จังหวัดนราธิวาส



# โรคหอบหืดใน เด็กแรกเกิด ถึง 6 ปี



## ความรู้เรื่อง โรคหอบหืด ในเด็ก

- จัดทำโดย หน่วยโรคระบบหายใจ ภาควิชากุมารเวชศาสตร์
- คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี เนื้อหา : อ.นพ.ไพศาล เลิศ
- จัดรูปเล่ม: เมตตา ชำอินทร

## โรคหอบหืดคืออะไร

- โรคหอบหืดเป็นโรคที่เกิดขึ้นเนื่องจากหลอดลมของผู้ป่วยตอบสนองต่อสิ่งที่มีกระตุ้นมากกว่าภาวะปกติ ทำให้หลอดลมของผู้ป่วยหดเกร็ง มีขนาดตีบแคบลง และมีอาการบวม เนื่องจากมีการอักเสบ รวมทั้งจะมีการสร้างเสมหะมากกว่าปกติ

อาการจับหืด คือ มีอาการหอบ ไอ แน่นหน้าอก หายใจลำบาก หายใจถี่ หายใจขัด เสียงหายใจมีเสียงดังหวีด อาการเหล่านี้จะเกิดขึ้นเป็นๆ หายๆ และเป็นเรื้อรัง

อาการจับหืดมักเกิด ในตอนกลางคืน หรือเมื่อมีการสัมผัสกับสิ่งที่แพ้หรือระคายเคือง

เมื่อเด็กอยู่ในภาวะปกติหรือเมื่อได้รับการรักษาแล้ว เด็กจะดูเหมือนเด็กปกติทั่วไป และอาจตรวจไม่พบอาการผิดปกติเลยก็ได้

## สาเหตุของโรค

1. พันธุกรรม โรคหอบหืดไม่ถ่ายทอดทางพันธุกรรมโดยตรงเสมอไป แต่ในผู้ป่วยที่มีอาการหืดจับร่วมกับมีประวัติโรคภูมิแพ้หรือหอบหืดในครอบครัว ก็มีโอกาที่ผู้ป่วยจะเป็นโรคนี้
2. สิ่งกระตุ้นต่างๆ อาจเกิดจากสารก่อภูมิแพ้ เช่น ฝุ่นบ้าน ตัวไรฝุ่น ละอองซากแมลงสาบ เกสรดอกไม้ ละอองเชื้อรา ขนหรือสะเก็ดรังแค ผิวหนังสัตว์เลี้ยง อาหารบางชนิด ควินนุหรือควินพิซจากสิ่งแฉดล่อม หรือการเป็นหวัด
3. การออกกำลังกายอย่างหักโหม
4. การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์
5. การเปลี่ยนแปลงด้านอากาศ เช่น เวลาใกล้ฝนตก อากาศเย็นจัดและแห้งแล้ง

## ผลของโรคหอบหืดในเด็ก

ในเด็กที่มีอาการไม่มาก จะมีผลกระทบเพียงเล็กน้อยต่อชีวิตประจำวัน การใช้ยาเพื่อควบคุมอาการอาจมีความจำเป็นเฉพาะเวลาที่มีอาการจับหืดเท่านั้น

ส่วน ในเด็กที่มีอาการของโรคหอบหืดที่มีอาการรุนแรง และเป็นบ่อยๆ จะมีผลกระทบต่ออารมณ์ จิตใจ การเรียน และการดำรงชีวิตประจำวันได้มาก อาจต้องขาดเรียนบ่อย ทำให้ผู้ปกครองกลัวเรียนไม่ทันเพื่อนๆ อาจถูกห้ามเล่นกีฬาหรืองดกิจกรรมการเล่นบางอย่าง อาจทำให้ขาดความมั่นใจในตนเอง

ดังนั้นเด็กที่เป็นโรคหอบหืดจึงควรได้รับการดูแลรักษาอย่างเหมาะสมเนื่องจากแพทย์ ทีมงาน พ่อแม่ ญาติพี่น้อง คุณครู



### ข้อควรปฏิบัติเมื่อมีอาการ

1. ถ้ามีอาการหอบในช่วงกำลังวิ่งเล่น หรือมีอาการเหนื่อย ควรหยุดเล่นหรือออกกำลังกายทันที
2. สงบสติอารมณ์ อย่างช้าหรือตกใจจนเกินไป
3. หายใจเข้าอย่างปกติ และหายใจออกทางปาก โดยห่อปากขณะเป่าลมหายใจออก ค่อยๆ เป่าลมหายใจออกอย่างช้าๆ ทีละน้อยให้นานมากที่สุด
4. สูดยาขยายหลอดลมชนิดออกฤทธิ์เร็ว อย่างถูกต้องตามวิธีการ
5. ดื่มน้ำอุ่นมากๆ
6. ถ้าหากอาการไม่ดีขึ้นภายในระยะเวลาที่แนะนำตามแนวทางการดูแลรักษาที่บ้านควรรีบพบแพทย์

### ผู้ป่วยโรคหอบหืดควรปฏิบัติตัวอย่างไร

1. หลีกเลี่ยงสารที่แพ้ จำให้ขึ้นใจว่าตัวเองแพ้อะไร และต้องรู้ว่าตนเองต้องใช้ยาอะไรเวลามีอาการจับหืด ควรรู้จักชื่อของยาที่ใช้ประจำ
2. หลีกเลี่ยงสิ่งระคายเคือง เช่น ควันบุหรี่
3. ควรดูแลสุขภาพให้ดี กินอาหารให้ครบหมู่ ออกกำลังกายอย่างพอเหมาะอย่างสม่ำเสมอ อย่าปล่อยให้มีอาการหวัดเรื้อรัง ไซนัสอักเสบ ซึ่งจะทำให้อาการโรคกำเริบขึ้น
4. ทำจิตใจให้สดชื่น แจ่มใส จัดความกังวล อารมณ์ที่เปลี่ยนแปลงมากๆ จะทำให้มีอาการจับหืดได้
5. เด็กที่มีอาการไอหรือจับหืดอยู่ ไม่ควรดื่มน้ำเย็นจัด กินของเย็นจัด เพราะอาจจะทำให้อาการไอแยลงได้
6. กินหรือใช้ยาตามที่แพทย์ประจำแนะนำ อย่าหยุดยาเองหรือซื้อยามากินเอง โดยไม่รู้จักยา และควรมาตรวจตามแพทย์นัดทุกครั้ง

## แบบคัดกรองภาวะเสี่ยงต่อโรคหอบหืดในเด็ก

ชื่อหน่วยงาน.....วัน/เดือน/ปีที่คัดกรอง.....

ชื่อผู้คัดกรอง.....

### ส่วนที่1 ข้อมูลทั่วไป

1.ชื่อเด็ก.....นามสกุล.....ชั้น.....

2.เกิดวันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

อายุ.....ปี.....เดือน.....

3.น้ำหนัก.....ส่วนสูง.....

4.เพศ

1.  ชาย      2.  หญิง

5.ผู้ให้สัมภาษณ์

1.แม่      2.พ่อ

3.ผู้ที่เลี้ยงดูเด็กประจำ(ระบุ.....)

6.สถานภาพสมรสของบิดา-มารดา

1. โสด      2. คู่

3. หม้าย / หย่า      4. แยกกันอยู่/ร้าง

7. การศึกษาของมารดา

1. ไม่ได้เรียน      2. ประถมศึกษา

3. มัธยมศึกษา      4. อื่นๆ(ระบุ).....

8. การศึกษาของบิดา

- |                |                     |
|----------------|---------------------|
| 1. ไม่ได้เรียน | 2. ประถมศึกษา       |
| 3. มัธยมศึกษา  | 4. อื่นๆ(ระบุ)..... |

9. อาชีพของบิดา

- |                          |                     |
|--------------------------|---------------------|
| 1. รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ | 2. รับจ้างทั่วไป    |
| 3. ค้าขาย                | 4. อื่นๆ(ระบุ)..... |

10. อาชีพของมารดา

- |                          |                     |
|--------------------------|---------------------|
| 1. รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ | 2. รับจ้างทั่วไป    |
| 3. ค้าขาย                | 4. อื่นๆ(ระบุ)..... |

## แบบคัดกรองภาวะเสี่ยงต่อโรคหอบหืดในเด็ก

### ส่วนที่ 2 คำชี้แจง

จงขีดเครื่องหมาย / ลงในช่อง ใช่ หรือ ไม่ใช่ ช่องใดช่องหนึ่งเท่านั้น

	ใช่	ไม่ใช่
1.มีอาการหอบ ไอ แน่นหน้าอก		
2.หายใจขัด เสียงหายใจมีเสียงดังหวีด		
3.อาการจะเกิดขึ้นเมื่อได้รับสิ่งกระตุ้น เช่น สารก่อภูมิแพ้การติดเชื้อทางเดินหายใจ		
4.หายใจสั้นและลำบาก		
5.หลอดลมจะเกิดภาวะตีบตัน อากาศเข้าสู่ปอดน้อยลง		
คะแนนรวม		

หมายเหตุ คะแนนรวมหมายถึง รวมคะแนนของช่อง" ใช่ คิดข้อละ 1 คะแนน  
ถ้าได้ 3คะแนน หรือต่ำกว่า มีความเสี่ยงเป็นโรคหอบหืด

กลุ่มที่ 6

นางสาวนุรลีชา สามี 005

นางสาวณัฐริมาณ ยูโษะ 018

นางสาวชาธิพะห์ สานะยะปะปา 035

นางสาวสีติย์ยหมะ ยามา 038

นางสาวภูริแซ รอยอสีอแมะ 043

นางสาวรุสสีนา อาดอละ 044

นางสาวชูไรดา มะยาที 045

