

ภาวะแพ้อาหาร...อันตรายถึงชีวิต (2)



วิธีปฏิบัติเมื่อเกิดการแพ้อาหาร

● ตั้งสติและรีบขอความช่วยเหลือจากคนรอบข้าง หรือโทรเรียกรถพยาบาลทันที ก่อนที่อาการจะรุนแรงมากขึ้น จัดท่าทางที่เหมาะสม ถ้าท่านหรือคนที่เกิดอาการรู้สึกเวียนศีรษะหน้ามืด ใหน้หรือนอนในท่าที่รู้สึกสบายและสามารถหายใจได้สะดวก

● ในกรณีฉุกเฉิน ถ้าบริเวณนั้นหรือท่านมียาแก้แพ้พกติดตัวมา สามารถให้ทานก่อนได้ระหว่างที่รอรับความช่วยเหลือ แต่ไม่ได้หมายความว่ายาแก้แพ้จะเป็นยาหลักในการรักษา ยาที่ใช้ในการรักษาอาการแพ้เฉียบพลันคือ อะดรีนาลีน (Adrenaline) ซึ่งจะมีในสถานพยาบาล หรือในกรณีที่ท่านเคยได้รับการวินิจฉัยว่าแพ้อาหารและได้รับยานี้พกติดตัว ให้ใช้ยานี้ฉีดบริเวณกล้ามเนื้อขา ก่อนที่จะมาพบแพทย์ที่โรงพยาบาล

● ไปโรงพยาบาลที่ใกล้ที่สุด เพื่อให้ได้รับการช่วยเหลืออย่างทันท่วงที โดยแพทย์อาจจะให้ท่านอยู่ในโรงพยาบาลเพื่อสังเกตอาการต่ออย่างน้อย 1 วัน

การรักษาการแพ้อาหารแบบไม่รุนแรง

หากมีอาการแพ้ที่ไม่รุนแรง เช่น มีผื่นลมพิษตามผิวหนัง การรักษาก็ทำได้ง่าย โดยการให้ยาแก้แพ้กลุ่ม antihistamine เช่น atarax, chlorpheniramine (CPM) ฯลฯ ซึ่งจะช่วยให้อาการคัน และผื่นลมพิษทุเลาลงได้เร็ว ทั้งนี้ การใช้ยาคควรอยู่ภายใต้คำแนะนำของแพทย์ และอ่านเอกสารกำกับยาทุกครั้ง หากคุณพ่อคุณแม่มีข้อสงสัยเกี่ยวกับการใช้ยาควรปรึกษาแพทย์ก่อน

การรักษาในกรณีฉุกเฉินหรือกรณีแพ้อาหารรุนแรง

ในบางกรณีการแพ้แบบผื่นลมพิษ เป็นเพียงอาการเริ่มแรกของการแพ้อย่างรุนแรง ซึ่งอาจมีอันตรายถึงแก่ชีวิตได้ ซึ่งควรสังเกตว่า นอกจากอาการผื่นลมพิษแล้ว มีอาการแน่นหน้าอก หรือหายใจไม่ออกด้วยหรือไม่ มีอาการบวมมากขึ้น โดยเฉพาะที่บริเวณใบหน้า รอบตา รอบปาก มีอาการปวดหรือหายใจไม่ไ้ร่วมด้วยหรือไม่ มีคลื่นไส้อาเจียน และปวดท้องด้วยหรือไม่ ถ้าพบอาการเหล่านี้แสดงว่าเป็นอาการแพ้แบบรุนแรง ต้องรีบพบแพทย์โดยเร็ว ภาวะเช่นนี้เรียกว่า angioedema และที่รุนแรงกว่านั้นคือ anaphylaxis ซึ่งจะทำให้เกิดอันตรายถึงแก่ชีวิตได้ถ้าทำการรักษาช้า อาการแพ้อย่างรุนแรง ต้องให้การรักษาด้วยการฉีดยา adrenaline และการปฐมพยาบาล

อย่างเร่งด่วน ซึ่งต้องทำโดยแพทย์ผู้มีความรู้ความชำนาญ และอุปกรณ์ที่พร้อม

หากในครอบครัวมีเด็กที่มีอาการแพ้อย่างรุนแรง ผู้ปกครองควรปฏิบัติ ดังนี้

● อ่านรายการส่วนผสมที่นำมาประกอบอาหารให้เด็กทานอย่างละเอียด

● บอกสมาชิกในครอบครัวคนอื่นให้ทราบว่าเด็กแพ้อาหารชนิดใด และทราบถึงวิธีปฐมพยาบาลเบื้องต้น ในกรณีฉุกเฉินเมื่อเด็กมีอาการแพ้

● แจ้งให้พี่เลี้ยงและครูที่โรงเรียนทราบถึงชนิดของอาหารที่แพ้ และการปฐมพยาบาลอย่างถูกต้องเมื่อเกิดอาการ

● พกเข็มฉีดยา adrenaline ติดตัวเด็กไว้ เนื่องจากถ้าเด็กมีอาการแพ้อาหารรุนแรงจะสามารถใช้ยาฉีดยานี้ได้ทันที อย่างไรก็ตาม ควรพาเด็กไปโรงพยาบาลโดยเร็วเพื่อรับการรักษาคต่อ และการดูแลอย่างเหมาะสมในโรงพยาบาล

● การทำ oral Immunotherapy คือ การสร้างภูมิคุ้มกันทานการแพ้อาหาร ซึ่งวิธีนี้เป็นวิธีที่ต้องรักษาภายใต้การดูแลของแพทย์ผู้เชี่ยวชาญอย่างใกล้ชิด

ถึงแม้ผู้ป่วยแพ้อาหารแสดงอาการที่ฉับพลัน มีอาการ

ที่รุนแรง หรือเรื้อรังยาวนาน รบกวนคุณภาพชีวิต แต่ผู้ป่วยส่วนใหญ่จะสามารถหายได้เมื่อโตขึ้น โดยโอกาสหายจะแตกต่างกันไปในแต่ละคน และขึ้นอยู่กับชนิดของอาหารที่แพ้ด้วย อาทิ ผู้ป่วยที่แพ้เนยวัว มีโอกาสหายได้ถึง 70-90% ดังนั้น สิ่งสำคัญ คือ การที่ผู้ป่วยได้รับการวินิจฉัยอย่างถูกต้องว่ามีภาวะแพ้ต่ออาหารชนิดใดบ้าง เพื่อหลีกเลี่ยงอาหารได้อย่างเหมาะสม ไม่หลีกเลี่ยงมากเกินไป หรือน้อยเกินไป ผู้ป่วยควรได้รับการประเมินภูมิคุ้มกันต่ออาหาร (โดยการสะกิดผิว และ/หรือ การตรวจเลือด) เป็นระยะๆ และทดสอบการแพ้อาหารภายใต้การดูแลของแพทย์ จนกว่าผู้ป่วยจะหายแพ้ หรือมีอาการที่ชัดเจน

ขอขอบคุณข้อมูลจาก :

ศ.นพ.ปกิต วิทยานนท์ สถาบันโรคมุมิแพ้สมิติเวช โรงพยาบาลสมิติเวช ชนบุรี

พญ.กุลพรภัสร์ เบญญาจิราพัชร กุมารแพทย์เฉพาะทางด้านโรคมุมิแพ้และภูมิคุ้มกัน รพ.สินแพทย์ เทพารักษ์

พญ.ลินนา งามตระกูลพานิช รพ.กรุงเทพ <https://www.bangkokhospital.com/>

นพ.รวี เรืองศรี แพทย์ผู้ชำนาญการด้านโรคมุมิแพ้ รพ.สุขุมวิท <https://www.sukumvithospital.co>

กองประชาสัมพันธ์

สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย (วว.)