

การรักษาโรคนอนกรนโดยใช้คลื่นวิทยุ

ประกอบเกียรติ หิรัญวิวัฒน์กุล*

เป็นเวลาหลายปีมาแล้วที่วงการแพทย์ได้ทำการวิจัยศึกษาเพื่อค้นหาวิธีการรักษาโรคนอนกรนใหม่ ๆ ที่สะดวก ง่าย และปลอดภัยมากขึ้น พดติกรรมบำบัดโดยมาตรการต่าง ๆ เช่น การลดน้ำหนัก ออกกำลังกาย จัดทำนอนที่ถูกต้อง หลีกเลี่ยงการนอนท่านอนหงาย งดเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ หรือยาบางชนิดที่ทำให้ง่วงเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างยิ่ง แต่ก็ก็เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ยากเช่นกัน การใช้เครื่องช่วยหายใจ (Continuous Positive Airway Pressure หรือ CPAP) เป็นวิธีที่ได้ผลดีมาก ช่วยพุงช่องทางเดินหายใจที่แคบไม่ให้มีการอุดตันในขณะที่นอนหลับ แต่เครื่องที่มีจำหน่ายอยู่ในปัจจุบันยังมีขนาดและรูปร่างค่อนข้างเทอะทะ ทำให้ผู้ป่วยจำนวนมากรู้สึกไม่สะดวกที่จะใส่เครื่องดังกล่าวทุกคืน ๆ ไปจนตลอดชีวิต หรือรำคาญกับหน้ากากที่ใช้ครอบกอดบนจมูก (Nasal mask) เพราะอาจจะเจ็บหรือรู้สึกอึดอัด และยังต้องมีท่ออากาศต่อจากหน้ากากไปที่เครื่องช่วยหายใจ ให้ความรู้สึกเสมือนกับเป็นมนุษย์อวกาศนอกจากนี้ยังมีปัญหาอีกมากมายหลายประการ ที่เป็นสาเหตุที่ทำให้ผู้ป่วยโรคนอนกรน ปฏิเสธการใช้เครื่อง เช่น ราคาแพง เบิกราชการหรือเบิกจากประกันชีวิตไม่ได้

การผ่าตัดรักษานับเป็นทางเลือกหนึ่งที่มีประสิทธิภาพ ทำให้ผู้ป่วยหายจากโรคในบางรายหรือดีขึ้นบ้างในผู้ป่วยส่วนมาก เนื่องจากการผ่าตัดสามารถเข้าไปแก้ไขพยาธิสภาพที่มีการตีบแคบของทางเดินหายใจส่วนบนโดยตรง อย่างไรก็ตาม การผ่าตัดรักษาโรคนอนกรน ยังนับว่ามีความเสี่ยงอยู่บ้าง เนื่องเป็นการผ่าตัดในบริเวณทางเดินหายใจ การดูแลผู้ป่วยในระหว่างช่วงผ่าตัด รวมทั้งระยะหลังผ่าตัด มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง จำเป็นต้องมีความร่วมมือและการประสานงานที่ดีระหว่างศัลยแพทย์

วิสัญญีแพทย์และพยาบาล นอกจากนี้ผู้ป่วยคงต้องรู้สึกเจ็บคอ กินอาหารได้น้อยบ้างในช่วงหลังผ่าตัด และอาจทำให้น้ำหนักลดลงได้พอสมควร

ในปัจจุบันมีเทคโนโลยีใหม่ที่นำคลื่นวิทยุความถี่สูงมาใช้เพื่อการรักษา โดยอาศัยคุณสมบัติของเครื่องมือที่สามารถปล่อยคลื่นวิทยุพลังงานต่ำ เข้าไปในเนื้อเยื่อที่มีพยาธิสภาพ ทำให้เกิดความร้อนขึ้นภายในเนื้อเยื่อดังกล่าว โดยสามารถกำหนดปริมาณพลังงานที่ต้องการใส่เข้าไปได้ เช่น 1000 Joules เพื่อให้เกิดความร้อนในอุณหภูมิที่ไม่เกินที่กำหนด เช่น อุณหภูมิสูงสุดไม่เกิน 85 องศาเซลเซียส ผลที่เกิดตามมาคือ มีการบาดเจ็บของเนื้อเยื่อนั้น ๆ ในขอบเขตพื้นที่และปริมาตรที่คาดคะเนได้ แล้วเกิดการสลายตัว และมีพังผืดขึ้นมาแทนที่เนื้อเยื่อดังกล่าว เป็นผลให้มีการหดเล็กลงของเนื้อเยื่อที่เป็นพยาธิสภาพในช่วงต่อมาระยะเวลาที่หวังว่าผลการรักษาสูงสุดคือ ประมาณ 6-8 สัปดาห์หลังทำ

ข้อจำกัดของการรักษาโดยวิธีแบบเดิม

ผู้ป่วยที่มีปัญหาแน่นจมูกเรื้อรังจากภาวะเยื่อจมูกบวมโต มักได้รับยาพ่นจมูกประเภทสเตียรอยด์ ร่วมกับยาแก้คัดจมูกหรือยาแก้แพ้ ซึ่งบางคนอาจจะมีอาการข้างเคียงต่าง ๆ เช่น ใจสั่น ง่วงนอน การรับประทานหรือพ่นยาเป็นประจำทุกวันไปตลอดชีวิตชนิดไม่มีกำหนดเล็กก็เป็นเรื่องที่ไม่ได้ง่ายนักในผู้ป่วยหลาย ๆ คน ส่วนการผ่าตัดเพื่อลดขนาดเยื่อโพรงจมูก (Turbinate surgery) ให้ผลการรักษาดีมาก แต่บางรายอาจต้องทำการประจุจมูก (Nasal packing) ในช่วงไม่กี่วันหลังผ่าตัด และบางรายอาจมีปัญหาอื่น ๆ เช่น เลือดกำเดาออก น้ำมูกแห้งกรัง ติดในจมูก พังผืดติดกับผนังกันจมูกเกิดขึ้นได้

*ภาควิชาโสตนาสิก ลาริงซ์วิทยา คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผู้ป่วยโรคนอนกรนชนิดอันตราย ที่มีการหยุดหายใจจากทางเดินหายใจอุดตันในขณะนอนหลับ จำนวนมากมักประสบปัญหาความไม่สะดวกในการใช้เครื่องช่วยหายใจ ทำให้หลายคนปฏิเสธการรักษาวิธีนี้ หรือใช้เครื่องไม่สม่ำเสมอ ซึ่งคืนใดที่ไม่ใส่เครื่องก็จะทำให้ผู้ป่วยมีอันตรายจากโรคได้ ส่วนการผ่าตัดรักษา เช่นการผ่าตัดตกแต่งเพดานอ่อน (UPPP) ซึ่งจะทำร่วมกับการผ่าตัดเอาต่อมทอนซิลออกทำให้ผู้ป่วยเจ็บคอหลังผ่าตัดได้พอสมควร และในกรณีที่มีปัญหาเรื่องลิ้นตกไปบังทางเดินหายใจด้วยอาจจำเป็นต้องมีการผ่าตัดเพื่อดึงลิ้นมาทางด้านหน้า (Genioglossus advancement) หรือถ้าเป็นรุนแรงมากอาจจำเป็นต้องผ่าตัดเลื่อนขากรรไกร (Bimaxillary advancement) หรือผ่าเจาะคอ (Tracheostomy)

ผู้ป่วยนอนกรนชนิดไม่อันตราย มีแต่เสียงกรนอันน่ารำคาญ โดยไม่มีปัญหาเรื่องการหายใจเลย การผ่าตัดตกแต่งลิ้นไก่ด้วยเลเซอร์ (LAUP) สามารถช่วยรักษาเสียงกรนได้ แต่ก็เช่นเดียวกัน ผู้ป่วยคงต้องรู้สึกเจ็บคอบ้างประมาณ 1 สัปดาห์ ซึ่งผู้ป่วยหลายคน โดยเฉพาะที่เป็นผู้ชาย มักจะไม่ยอมเจ็บตัวง่ายๆ ปล่อยให้กรรยาต้องอดรันทนฟังเสียงกรนของตัวเองไปจนกว่าคุณภรรยาจะทนไม่ไหว

หรือเพื่อนฝูงบ่นมากจริง ๆ จึงจะยอมมารับการรักษา

ข้อดีของการรักษาโดยใช้คลื่นวิทยุ (Radiofrequency Tissue Volume Reduction หรือ Somnoplasty)

เป็นการรักษาโดยวิธีผ่าตัดที่เกือบไม่ได้ผ่าตัดอะไรเลย เจ็บน้อยมากทั้งขณะผ่าตัดและภายหลังผ่าตัดมีความปลอดภัยสูง ได้ผลดี สามารถรักษาแบบผู้ป่วยนอกได้ โดยใช้เพียงยาระงับความรู้สึกที่เท่านั้น แต่ยังมีราคาสูงพอสมควร

หลักการของการรักษาโดยวิธีนี้คือ แพทย์เพียงแต่ใช้เข็มพิเศษปักไปในเนื้อเยื่อที่ต้องการลดขนาดลงแล้วปล่อยพลังงานคลื่นวิทยุความถี่สูงเข้าไป ไม่มีการผ่าตัดด้วยมีดหรือเลเซอร์เลย แพทย์จะกำหนดให้พลังงานที่ปล่อยมาให้มีจำนวนเหมาะสม เพื่อพลังงานที่เข้าไปในจะทำให้เนื้อเยื่อดังกล่าวลดขนาดลงตามต้องการ แต่ข้อด้อยเล็กน้อยของวิธีนี้คือ กว่าผลผ่าตัดจะปรากฏชัดจะใช้เวลาประมาณ 4-6 สัปดาห์ ซึ่งในช่วงเวลานี้อาจมีการ บวมของเนื้อเยื่อ ทำให้ดูเหมือนอาการแย่ลงในช่วงแรก แล้วค่อย ๆ ดีขึ้นตามลำดับ ข้อเด่นของวิธีนี้คือ ไม่เจ็บหรือเจ็บน้อยมากหลังผ่าตัด จึงสามารถทำซ้ำได้หลายครั้ง โดยผู้ป่วยไม่ต้องลาพักหยุดงานเลย