

ลูกน้อยนอนกรน หายใจเสียงดังขณะหลับ.. อาจอันตรายกว่าที่คิด

เมื่อลูกน้อยมีภาวะนอนกรน หายใจเสียงดังขณะหลับ อาจทำให้คุณพ่อคุณแม่หลายท่านมีความกังวลเกรงว่าจะเป็นอันตรายต่อลูกน้อยหรือไม่ ภาวะดังกล่าวอาจเป็นสัญญาณเตือนเบื้องต้นของภาวะทางเดินหายใจอุดกั้นขณะหลับของลูกน้อย ดังนั้นคุณพ่อคุณแม่ควรหมั่นสังเกตอยู่เสมอขณะลูกน้อยนอนหลับว่ามีอาการนอนกรนหรือไม่

นพ.ณัฐชยนต์ รัตนตระกูลเดชา กุมารแพทย์โรคปอดและระบบทางเดินหายใจ ศูนย์แม่และเด็ก โรงพยาบาลหัวเฉียว กล่าวว่า ภาวะการนอนกรนคือเสียงความถี่ต่ำที่เกิดจากการสั่นสะเทือนของกล้ามเนื้อและเนื้อเยื่อบริเวณทางเดินหายใจส่วนต้นขณะหลับ ซึ่งอาจเป็นสัญญาณเตือนเริ่มต้นของภาวะอุดกั้นทางเดินหายใจขณะหลับ ส่งผลให้ผู้ป่วยหายใจลดลงไปจนถึงหยุดหายใจ และมีผลทำให้มีปริมาณออกซิเจนไปเลี้ยงสมองไม่เพียงพอ และยังมีผลต่อระบบต่าง ๆ ของร่างกาย อาทิเช่น ทำให้มีภาวะสมาธิสั้น มีผลต่อความคิด ความจำ และพฤติกรรม รวมทั้งอาจทำให้เกิดความดันโลหิตสูง ความดันในปอดสูง จนอาจทำให้อันตรายถึงขั้นเสียชีวิตได้ โดยภาวะทางเดินหายใจอุดกั้นขณะหลับเกิดได้จากหลายสาเหตุ เช่น ภาวะต่อมอะดีนอยด์หรือทอนซิลโต เยื่อจมูกอักเสบเรื้อรังจากภูมิแพ้ การมีรูปหน้าที่ผิดปกติแต่กำเนิด หรือภาวะโรคอ้วน

เด็กที่มีภาวะนอนกรนมากกว่า 3 คืนต่อสัปดาห์ขึ้นไป ร่วมกับอาจมีอาการดังต่อไปนี้ เช่น นอนกระสับกระส่าย นอนตื่นตลอดเวลา ปัสสาวะรดที่นอนหลังอายุ 5 ปี หลังตื่นนอนมีอาการปวดศีรษะ หรือวงนอนเวลากลางวันแม้ได้รับการพักผ่อนที่เพียงพอ เหล่านี้เป็นสัญญาณเตือนเบื้องต้นว่าการนอนกรนอาจมีภาวะทางเดินหายใจอุดกั้นขณะหลับร่วมด้วย ซึ่งจำเป็นจะต้องได้รับการตรวจรักษาเพิ่มเติมโดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ สำหรับการรักษาร่วมกับสาเหตุที่ทำให้เกิดภาวะนอนกรนของผู้ป่วย เบื้องต้นจะเป็นการรักษาด้วยยาปรับกระบังและยาพ่นจมูกกลุ่มสเตียรอยด์ ลดน้ำหนักร่วมด้วย สำหรับในรายที่ไม่ตอบสนองต่อการรักษาด้วยยาจำเป็นจะต้องได้รับการตรวจการนอนหลับเพิ่มเติมต่อไป ทั้งนี้ คุณพ่อคุณแม่ควรหมั่นเฝ้าระวังและสังเกตอาการลูกน้อยขณะหลับ ถ้ามีอาการนอนกรนสม่ำเสมอมากกว่า 3 คืนต่อสัปดาห์หรือพบความผิดปกติอื่นๆ ข้างต้น แนะนำว่าควรปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญทันที

ปัจจุบัน ศูนย์แม่และเด็ก โรงพยาบาลหัวเฉียว มีทีมกุมารแพทย์เฉพาะทาง พยาบาล และเจ้าหน้าที่ผู้เชี่ยวชาญ และมีประสบการณ์ คอยดูแลและให้คำปรึกษาด้านสุขภาพ และยังมีบริการตรวจการนอนหลับในผู้ป่วยเด็กเพื่อหาสาเหตุและให้การรักษาอย่างถูกต้องและเหมาะสมต่อไป

นพ.ณัฐชยนต์ รัตนตระกูลเดชา กุมารแพทย์โรคปอดและระบบทางเดินหายใจ ศูนย์แม่และเด็ก โรงพยาบาลหัว

ເຈີຍາ