Asthma care Application

แอปพลิเคชั่นช่วยชีวิตผู้ป่วยโรคหืด

พว.ฐิตินันท์ ไมตรี

Nurse Case Manager – Pediatric Respiratory

โรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ



ปัญหาสำคัญของผู้ป่วยโรคหืด

เมื่อหอบ...แต่ช่วยเหลือตัวเองไม่ทัน



บางคนหอบเพียงปีละ 1 ครั้ง
เมื่อเกิดเหตุจริงจึงตื่นตกใจและจัดการตนเองไม่ได้

จำวิธีการดูแลตนเองไม่ได้
เมื่ออาการกำเริบ แต่จำวิธีใช้ยาไม่ได้

พ่นยาไม่ทัน
อาการรุนแรงขึ้นอย่างรวดเร็ว

มาถึงโรงพยาบาลช้า
ทำให้อาการแย่ลง เสี่ยงอันตรายถึงชีวิต

พ่นยาไม่ถูกวิธี
อาการเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว จำวิธีใช้ยาไม่ได้

อาการหืดกำเริบที่ไม่ได้รับการดูแลอย่างถูกต้องและทันท่วงที
อาจนำไปสู่ภาวะฉุกเฉินและเสียชีวิตได้

การให้ความรู้แบบเดิม

แนะนำการดูแลตนเองตามแผน Asthma Action Plan



- ผู้ป่วยทำแผ่นพับหาย
- อ่านแล้วลืม
- ใช้งานไม่ทันในภาวะฉุกเฉิน

คำถามสำคัญ :
ถ้าความรู้ทั้งหมด
อยู่ในมือถือ จะช่วยชีวิต
ผู้ป่วยโรคหืดได้ไหม?

ความรู้สำคัญ...อาจหายไป
เมื่อเกิดอาการหอบผู้ป่วยจะจำไม่ได้
และอาจช่วยตัวเองไม่ทัน

หากความรู้เข้าถึงง่ายและพร้อมใช้งาน
จะช่วยชีวิตได้ทันเวลา

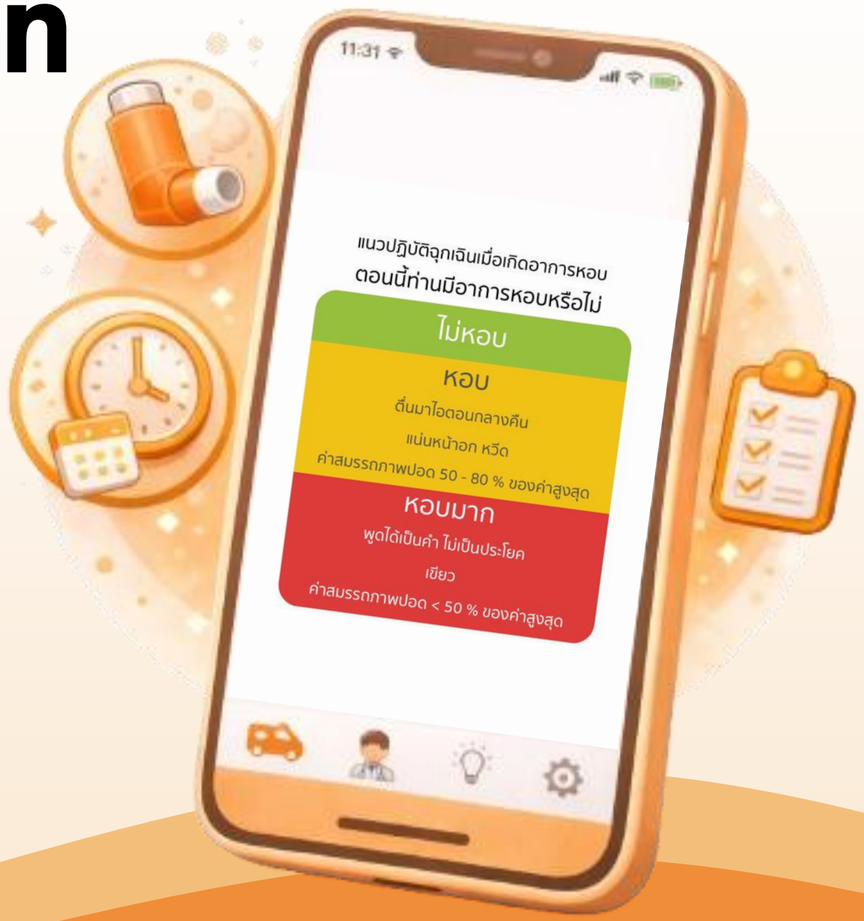
Asthma care Application

แอปพลิเคชั่นช่วยชีวิตผู้ป่วยโรคหืด

TU-CAAP
Center of excellence for
Allergy Asthma and Pulmonary disease

2014

GET STARTED



Asthma care Application

แอปพลิเคชั่นช่วยชีวิตผู้ป่วยโรคหืด

Google Play

Apple Store



เมื่อหอบ...กดปุ่มรถพยาบาล

แอปพลิเคชันช่วยชีวิตผู้ป่วยโรคหืด



เมื่อหอบ
กดปุ่มรถพยาบาล
เพื่อรับคำแนะนำ
ทันที





ไม่หอบ

- อาการปกติ ใช้ชีวิตได้ตามปกติ
- ใช้ยาต่อเนื่องตามแผนเดิม
- ติดตามอาการอย่างสม่ำเสมอ



หอบ
(เริ่มหอบ)

- ตื่นมาไอตอนกลางคืน
- แน่นหน้าอก หรือมีหวัด
- ค่าสมรรถภาพปอด 50 - 80%
- เริ่มพ่นยาขยายหลอดลมตามแผน
- ประเมินอาการอย่างใกล้ชิด



หอบรุนแรง
(อันตราย)

- พูดได้เป็นคำ ไม่เป็นประโยค
- พ่นยาขยายหลอดลมแล้วไม่ดีขึ้น
- ค่าสมรรถภาพปอด < 50%
- **รีบกดปุ่มรถพยาบาล และไปโรงพยาบาลทันที**

ผู้ป่วยไม่จำเป็นต้องจำทุกอย่าง เพราะแอปจะช่วย**บอกขั้นตอนทันที**
เมื่อเกิดอาการ เพื่อให้ได้รับการดูแลอย่างถูกต้องและทันท่วงที

ดูแลตนเอง → **เริ่มหอบ ประเมินอาการ** → **หอบรุนแรง รีบมาโรงพยาบาล**

หอบ

อาการกำเริบ ควบคุมได้บ้าง

ปฏิบัติดังนี้

- พ่นยาฉุกเฉินและรอดูอาการ 15 นาที
  - pMDI 1 ชุด คือ กดยา 4 ครั้ง แต่ละครั้งห่างกัน 10 วินาที
  - Turbuhaler 1 ชุด คือ 1 สูด
- ถ้าพ่น 3 ชุดแล้วไม่ดีขึ้น โทรเรียกรถพยาบาลมารับ

กด
เมื่อเริ่มพ่นยา

หอบมาก

ปฏิบัติดังนี้

- ควรพบแพทย์ทันที
- พ่นยาฉุกเฉิน 1 ชุด ทุก 15 นาที ระหว่างทางไปโรงพยาบาล
  - pMDI 1 ชุด คือ กดยา 4 ครั้ง แต่ละครั้งห่างกัน 10 วินาที
  - Turbuhaler 1 ชุด คือ 1 สูด

กด
เมื่อเริ่มพ่นยา

หอบ

อาการกำเริบ ควบคุมได้บ้าง

ปฏิบัติดังนี้

- พ่นยาฉุกเฉินและรอดูอาการ 15 นาที
  - pMDI 1 ชุด คือ กดยา 4 ครั้ง แต่ละครั้งห่างกัน 10 วินาที
  - Turbuhaler 1 ชุด คือ 1 สูด
- ถ้าพ่น 3 ชุดแล้วไม่ดีขึ้น โทรเรียกรถพยาบาลมารับ

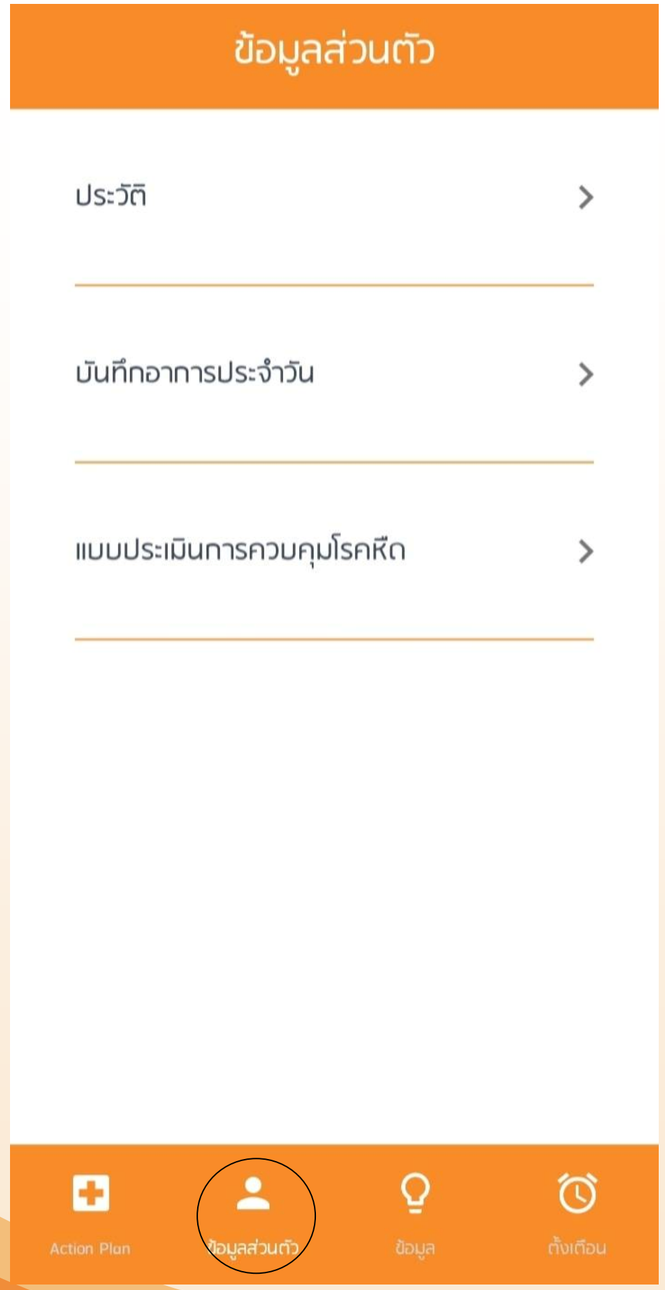
กด
เมื่อเริ่มพ่นยา

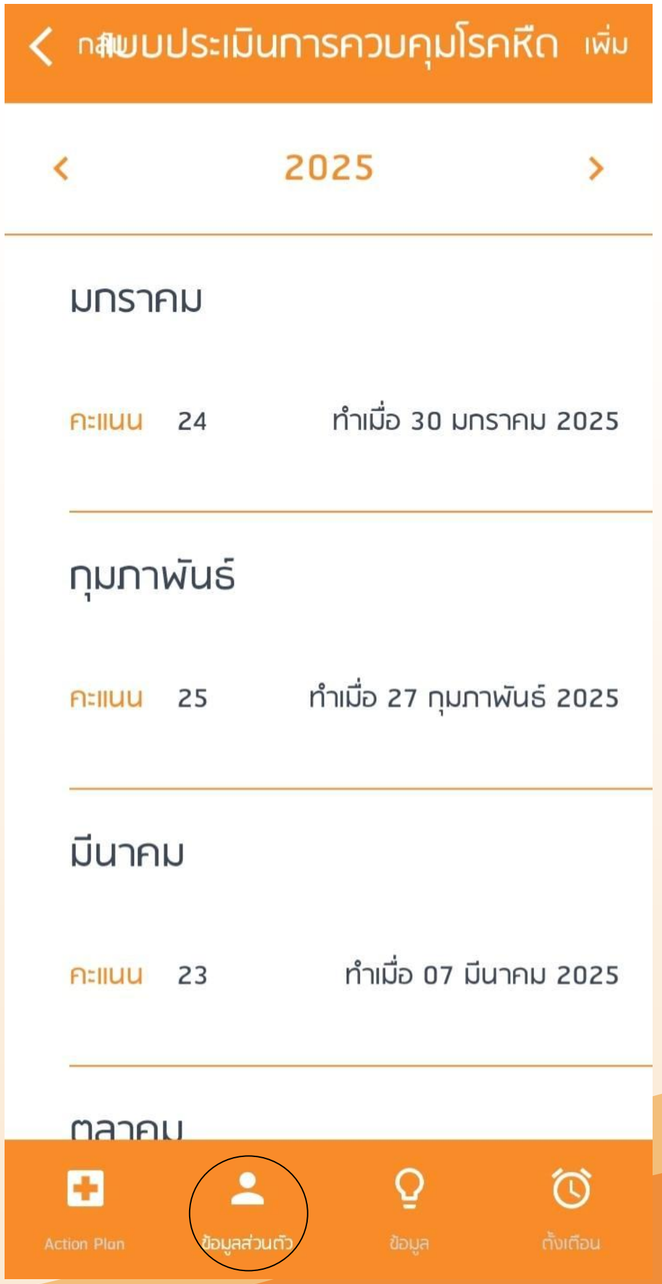
หอบมาก

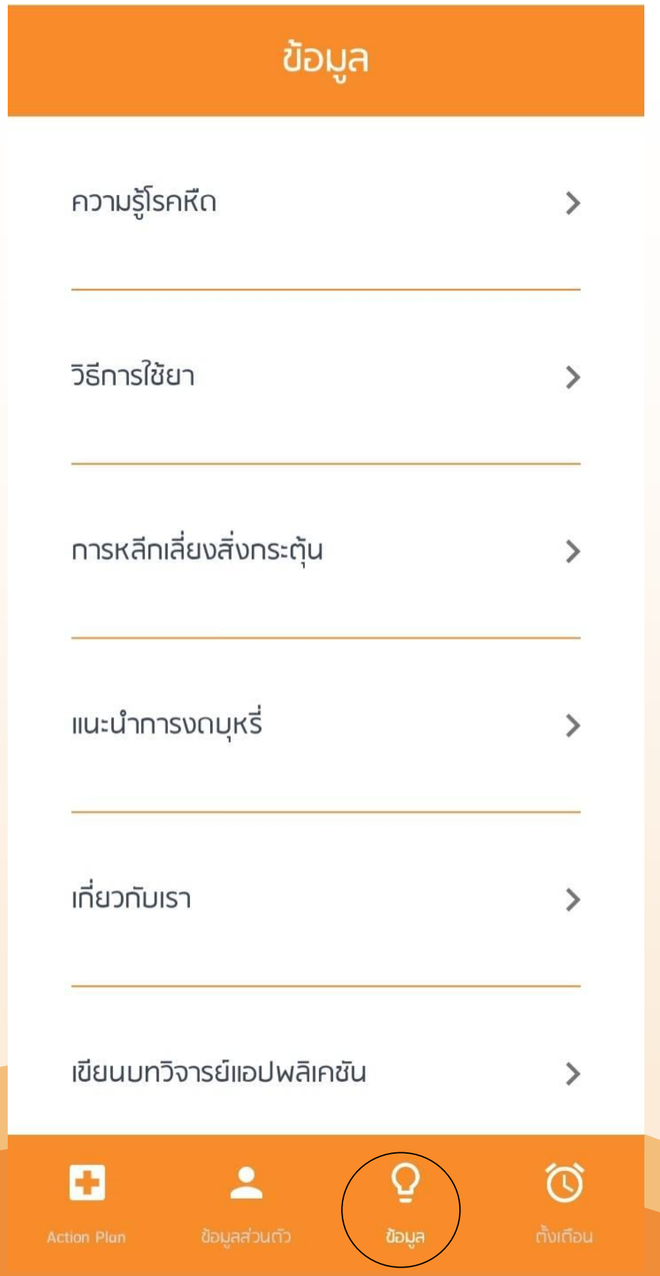
ปฏิบัติดังนี้

- ควรพบแพทย์ทันที
- พ่นยาฉุกเฉิน 1 ชุด ทุก 15 นาที ระหว่างทางไปโรงพยาบาล
  - pMDI 1 ชุด คือ กดยา 4 ครั้ง แต่ละครั้งห่างกัน 10 วินาที
  - Turbuhaler 1 ชุด คือ 1 สูด

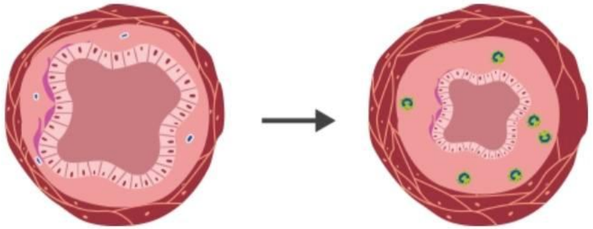
กด
เมื่อเริ่มพ่นยา


ข้อมูลส่วนตัว
ประวัติ
บันทึกอาการประจำวัน
แบบประเมินการควบคุมโรคหืด
Action Plan
ข้อมูลส่วนตัว
ข้อมูล
ตั้งเตือน


กลับ
แบบประเมินการควบคุมโรคหืด
เพิ่ม
2025
มกราคม
คะแนน 24
ทำเมื่อ 30 มกราคม 2025
กุมภาพันธ์
คะแนน 25
ทำเมื่อ 27 กุมภาพันธ์ 2025
มีนาคม
คะแนน 23
ทำเมื่อ 07 มีนาคม 2025
Action Plan
ข้อมูลส่วนตัว
ข้อมูล
ตั้งเตือน


ข้อมูล
ความรู้โรคหืด
วิธีการใช้ยา
การหลีกเลี่ยงสิ่งกระตุ้น
แนะนำการงดบุหรี่
เกี่ยวกับเรา
เขียนบทวิจารย์แอปพลิเคชัน
Action Plan
ข้อมูลส่วนตัว
ข้อมูล
ตั้งเตือน

กลับ ความรู้โรคหืด



โรคหืดเป็นโรคที่เกิดขึ้นจากการอักเสบของหลอดลม เนื่องจากหลอดลมตอบสนองต่อสิ่งที่มากระตุ้นมากกว่าภาวะปกติ ทำให้หลอดลมของผู้ป่วยหดเกร็ง มีขนาดตีบแคบลง และมีอาการบวม

อาการของโรคหืด คือ มีอาการหอบ ไอ แน่นหน้าอก หายใจลำบาก เสียงหายใจมีเสียงดังหวีด อาการเหล่านี้จะเกิดขึ้นเป็นๆ หายๆ และเป็นเรื้อรังอาการจับหืดมักเกิดในตอนกลางคืน หรือเมื่อมีการสัมผัสกับสิ่งกระตุ้น ถ้ามีอาการให้พ่นยาบรรเทาอาการ ถ้าอาการไม่ดีขึ้นให้ไปโรงพยาบาล

ผู้ป่วยโรคหืดต้องปฏิบัติตัวอย่างไร

กลับ วิธีการใช้ยา



pMDI



pMDI และกระบอกกักยา



Turbuhaler



Accuhaler



Easyhaler

กลับ การหลีกเลี่ยงสิ่งกระตุ้น





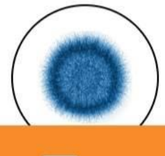
สัตว์เลี้ยง

พบมากในห้องนั่งเล่น



เกสรหญ้า

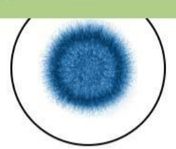
พบมากในสนามหญ้า



เชื้อรา

พบมากในห้องน้ำและห้องครัว





เชื้อรา

พบมากในห้องน้ำและห้องครัว



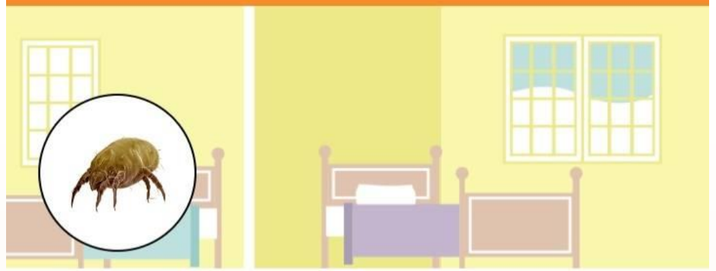
แมลงสาบ

พบมากในห้องครัว



ไรฝุ่น

พบมากในห้องนอน



ไรฝุ่น เป็นสิ่งมีชีวิตขนาดเล็ก มองไม่เห็นด้วยตาเปล่า อาศัยตามที่นอน หมอน ผ้าห่ม พรม อาหารของตัวไรฝุ่นคือ สะเก็ดผิวหนัง รังแค

หลีกเลี่ยงได้โดย

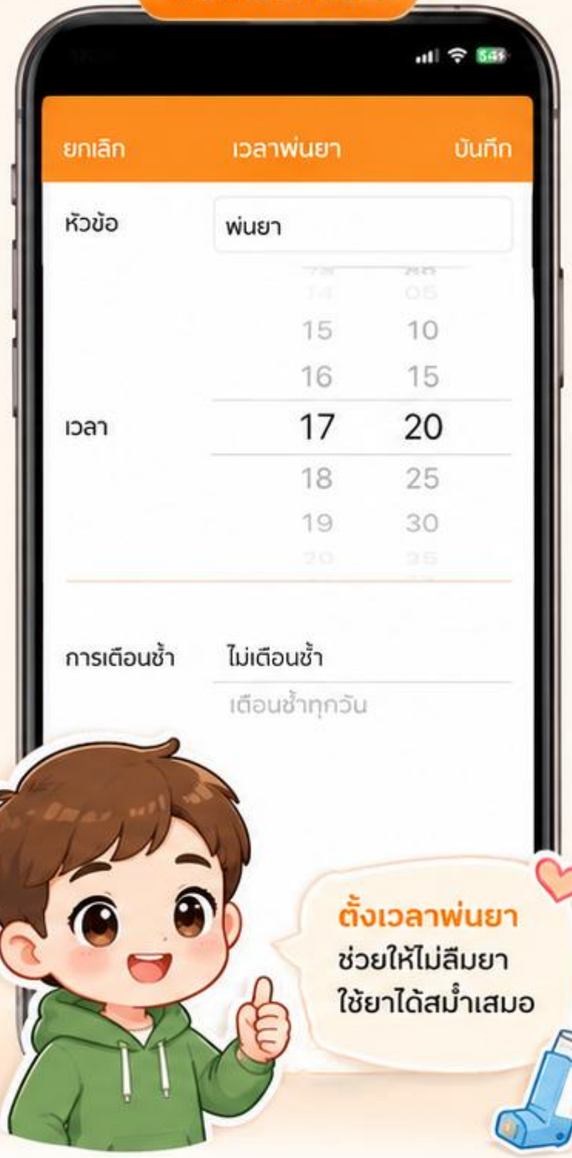
1. จัดห้องนอนให้โล่ง ไม่ควรมีพรม ตุ๊กตา และผ้าม่าน

2. ซักผ้าปูที่นอน ปลอกหมอน และผ้าห่มด้วยน้ำร้อนอุณภูมิ 60 องศาเซลเซียส นาน 30 นาที สัปดาห์ละครั้ง

ระบบตั้งเตือนอัจฉริยะ

เตือนใช้ยา และเตือนวันนัดอัตโนมัติ

ตั้งเวลาพ่นยา



ตั้งวันนัดพบแพทย์



ตั้งเวลาพ่นยา
ช่วยให้ไม่ลืมยา
ใช้ยาได้สม่ำเสมอ

เตือนเวลาพ่นยา

ช่วยให้ไม่ลืมพ่นยา
ใช้ยาได้อย่างต่อเนื่อง

เตือนวันนัดพบแพทย์

ช่วยให้ไม่พลาดนัดหมาย
รับการรักษาอย่างต่อเนื่อง

ควบคุมอาการหืดได้ดีขึ้น

ลดความเสี่ยงการหอบรุนแรง
และการนอนโรงพยาบาล



"การพ่นยาสม่ำเสมอวันนี้
ช่วยลดอาการหอบ
ในอนาคต"

ทำไมการตั้งเตือนถึงสำคัญ?

ผู้ป่วยโรคหืดจำเป็นต้อง

- ใช้ยาสม่ำเสมอ
- พบแพทย์ตามนัด
- ติดตามอาการต่อเนื่อง

เพราะแม้อาการดีขึ้น
โรคหืดยังจำเป็นต้องรักษาต่อเนื่อง



ให้แอปช่วยเตือน เพื่อการดูแลที่ครบถ้วน
ทั้งยาฉุกเฉินและการดูแลทุกวัน

ตั้งเวลา/วันนัด → รับการแจ้งเตือน → ดูแลอย่างต่อเนื่อง
อาการหืดดีขึ้น



ประโยชน์ของแอปพลิเคชัน

Better Control • Better Outcomes





สำหรับบุคลากรทางการแพทย์ (Healthcare Providers)

ประวัติอาการแม่นยำมากขึ้น
ช่วยให้ได้รับข้อมูลที่ครบถ้วนและถูกต้อง

ตัดสินใจรักษาได้ดียิ่งขึ้น
วางแผนการรักษาได้เหมาะสมและตรงจุด

การดูแลต่อเนื่องที่ดีขึ้น
ติดตามอาการและการรักษาได้อย่างต่อเนื่อง



สำหรับผู้ป่วยและครอบครัว (Patients)

จัดการตนเองได้ดีขึ้น
เข้าใจโรคและดูแลตนเองได้อย่างถูกต้อง

ลดการกำเริบและการไปฉุกเฉิน
ควบคุมอาการได้ดี ลดความเสี่ยงจากการกำเริบ

คุณภาพชีวิตดีขึ้น
ใช้ชีวิตได้อย่างมั่นใจ ทำกิจกรรมได้มากขึ้น

ลดความเสี่ยงของการเสียชีวิต
ป้องกันภาวะแทรกซ้อนรุนแรงและอันตรายถึงชีวิต



แอปพลิเคชัน **Asthma Care** เชื่อมต่อการดูแลที่ดีขึ้น
เพื่อชีวิตที่ดีขึ้นของทั้งผู้ป่วยและบุคลากรทางการแพทย์



ดูแลหืดได้ตีขึ้น
ชีวิตดีขึ้น ❤

Asthma Care

ดาวน์โหลดแอป

Asthma Care ❤

แอปช่วยดูแลผู้ป่วยโรคหืด
ได้ทุกที่ ทุกเวลา



ดาวน์โหลดง่าย ๆ เพียง 3 ขั้นตอน ❤

1. เปิด App Store หรือ Google Play
2. พิมพ์ค้นหา “Asthma Care”
3. กดดาวน์โหลด แล้วเริ่มใช้งานได้เลย!

ดาวน์โหลดได้แล้ววันนี้

สำหรับ iOS

Download on the App Store

สำหรับ Android

GET IT ON Google Play

ทำไมต้องใช้ Asthma Care?

- ประเมินอาการและแผนการดูแลได้ทันที
- ตั้งเตือนพ่นยาและนัดหมายอัตโนมัติ
- ให้ความรู้ เข้าใจง่าย ใช้งานสะดวก
- ช่วยให้คุณและคนในครอบครัว ดูแลหืดได้ดีขึ้นทุกวัน



ดูแลหืดวันนี้ เพื่ออนาคตที่หายใจได้เต็มปอดของคุณและคนที่คุณรัก ❤