

โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

COPD (ซี โอ พี ดี) คืออะไร

Chronic หมายถึง เรื้อรัง

Obstructive หมายถึง อุดกั้น

Pulmonary หมายถึง ปอด

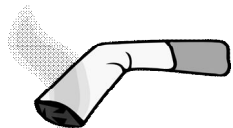
Disease หมายถึง โรค

COPD หรือโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง เป็นโรคที่มีการอุดกั้นทางเดินหายใจที่ไม่สามารถรักษาให้กลับมาเป็นปกติได้ การอุดกั้นทางเดินหายใจจะดำเนินไปอย่างต่อเนื่องซ้ำ ๆ

โรคนี้เกิดขึ้นจากการสูบบุหรี่หรือสูดเอามลพิษเข้าไปในปอดแล้วทำให้เกิดการอักเสบขึ้นในหลอดลมและเนื้อปอด ทำให้มีการทำลายเนื้อปอดและทำให้ความยืดหยุ่นของปอดลดลง

COPD หรือปอดอุดกั้นเรื้อรัง มีอาการอย่างไร

ในระยะแรกผู้ป่วยมักจะไม่มีอาการ หลังจากสูบบุหรี่มาได้ระยะหนึ่งจะเริ่มมีอาการไอเรื้อรังมีเสมหะ ซึ่งระยะแรกอาจจะมีอาการไอเฉพาะช่วงเช้าเมื่อเป็นมากขึ้นจะมีอาการเหนื่อยง่าย แน่นหน้าอก หายใจลำบาก บางครั้งหายใจมีเสียงวี๊ด



จะรู้ได้อย่างไรว่าเป็นโรคนี้

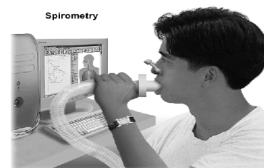
ประวัติ

- ผู้ป่วยมีประวัติการสูบบุหรี่และ/หรือสัมผัสมลพิษเป็นประจำ
- ผู้ป่วยมีอาการหอบเหนื่อย และ/หรือไอเรื้อรัง มีเสมหะ โดยเฉพาะในช่วงเช้า
- ผู้ป่วยมีอาการแน่นหน้าอก หรือหายใจมีเสียงวี๊ด

การตรวจสมรรถภาพ (Pulmonary function test)

การตรวจสมรรถภาพของปอดนั้นจะช่วยให้ทราบว่า เป็น COPD หรือโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง หรือไม่ และเป็นมากน้อยเพียงใด คนที่สูบบุหรี่หรือสัมผัสมลพิษมาก ๆ ควรจะได้รับการตรวจสมรรถภาพปอดทุกคน ซึ่งจะสามารถตรวจพบโรคในระยะเริ่มแรกได้ ทำให้เป็นผลดีต่อการรักษา

การตรวจสมรรถภาพปอดทำได้ง่าย ๆ โดยใช้เครื่องสไปโรมิเตอร์ (spirometer) ในที่ ๆ ไม่มีเครื่องสไปโรมิเตอร์ อาจจะใช้เครื่องพีคโฟว์มิเตอร์ (peak flow meter) แทนได้



การรักษา

สมัยก่อนคิดว่าโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังนี้ไม่มีวิธีรักษา แต่ในปัจจุบันมีความก้าวหน้าทางวิทยาการมากขึ้นทำให้ถือว่าโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังเป็นโรคที่ป้องกันได้ และเป็นโรคที่รักษาได้ โดยเป้าหมายของการรักษาโรคคือ

- คงสมรรถภาพการทำงานของปอดไว้ให้เสื่อมลงช้าที่สุด
- บรรเทาอาการของโรคให้ลดน้อยลง
- ป้องกันการกำเริบของโรค
- ทำให้คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยดีขึ้น

การรักษาโรคประกอบด้วย

1. หยุดสูบบุหรี่ จะชะลอการเสื่อมของสมรรถภาพปอด ดังนั้น ผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังจะต้องหยุดสูบบุหรี่อย่างเด็ดขาดจะทำให้สามารถมีชีวิตที่ยืนยาวขึ้น
2. การใช้ยารักษา ยาที่ใช้ในการรักษาโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังมีทั้งยากิน และยาสูดพ่น ยาสูดพ่นจะได้ผลดีกว่าและอาการข้างเคียงน้อยกว่า ยากิน ยาที่ใช้แบ่งเป็น
 - ยาขยายหลอดลม ใช้เพื่อบรรเทาอาการ ช่วยให้อาการและสมรรถภาพการทำงานของผู้ป่วยดีขึ้น

การรักษา (ต่อ)

-ยาต้านการอักเสบ สามารถลดการกำเริบของโรค ทำให้สมรรถภาพปอดของผู้ป่วยดีขึ้นและช่วยให้สภาวะสุขภาพโดยรวมดีขึ้น

-ยาผสมระหว่างขยายหลอดลมชนิดออกฤทธิ์ยาวกับยาต้านการอักเสบ ซึ่งจะบรรเทาอาการของโรคให้น้อยลงขณะเดียวกันสามารถลดการกำเริบของโรคทำให้สมรรถภาพปอดดีขึ้นและช่วยให้อายุขัยของผู้ป่วยดีขึ้นด้วย

-ยาอื่น ๆ เช่น วัคซีนไข้หวัดใหญ่ ยาละลายเสมหะ

3. การเพิ่มสมรรถภาพโดยการออกกำลังกาย การออกกำลังกายจะทำให้ผู้ป่วยเหนื่อยน้อยลงและทำงานได้มากขึ้น ผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังควรจะทำออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ

4. การให้ออกซิเจน ผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังระยะท้าย ๆ มีสมรรถภาพปอดลดลงมากทำให้ผู้ป่วยขาดออกซิเจนได้ จำเป็นจะต้องให้ออกซิเจน

คุณมีอาการดังต่อไปนี้หรือไม่

1. ไอมากติดต่อกันเป็นเวลานาน
 ใช่ ไม่ใช่
2. มีเสมหะเกือบทุกวัน
 ใช่ ไม่ใช่
3. รู้สึกเหนื่อยง่ายกว่าคนในวัยเดียวกัน
 ใช่ ไม่ใช่
4. คุณมีอายุมากกว่า 40 ปี
 ใช่ ไม่ใช่
5. คุณสูบบุหรี่หรือเคยสูบบุหรี่
 ใช่ ไม่ใช่

ถ้าตอบว่าใช่ตั้งแต่ 3 ข้อขึ้นไป คุณมีโอกาสเป็น COPD ควรปรึกษาแพทย์ เพื่อตรวจสมรรถภาพปอด

ข้อมูลจาก แกล็กโซสมิทไคลน์ (ประเทศไทย)

จำกัด

โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง (COPD)

COPD



ด้วยความปรารถนาดีจากกลุ่มงานเภสัชกรรม

โรงพยาบาลอุดรดิตถ์

โทร. 055-411064 ต่อ 1124 , 1154

โรคหืดคืออะไร

โรคหืดเป็นโรคของหลอดลมไวต่อสิ่งกระตุ้นผิดปกติ เมื่อเจอสิ่งกระตุ้นหลอดลมจะหดเกร็ง ทำให้หลอดลมเล็กลง ผู้ป่วยจะมีอาการไอ หายใจลำบากและหายใจมีเสียงวี๊ด

โรคหืดไม่ใช่โรคติดต่อ แต่อาจจะถ่ายทอดทางกรรมพันธุ์จากพ่อแม่ไปสู่ลูกหลานได้

โรคหืดเกิดขึ้นได้อย่างไร

สาเหตุที่ทำให้เกิดโรคหืดยังไม่ทราบแน่ชัด แต่พบว่าการอักเสบในหลอดลมทำให้หลอดลมคนไข้โรคหืดไวต่อสิ่งกระตุ้นผิดปกติ การอักเสบนี้อาจจะเกิดได้จากการสัมผัสกับสารภูมิแพ้ เช่น ขนสุนัข ขนแมว ไรฝุ่น เนื่องจากหลอดลมคนไข้โรคหืดไวต่อสิ่งกระตุ้น ดังนั้น เมื่อเจอสิ่งกระตุ้นหลอดลมจะหดตัว ทำให้คนไข้เกิดอาการไอ หายใจลำบาก มีเสียงวี๊ดเป็น ๆ หาย ๆ ได้

จะรู้ได้อย่างไรว่าเป็นโรคหืด

จะสงสัยว่าเป็นโรคหืดเมื่อ

1. มีอาการไอ หอบ หายใจมีเสียงวี๊ด เป็น ๆ หาย ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้ามีอาการตอนกลางคืน
2. มีอาการไอเรื้อรังโดยเฉพาะถ้าไอเวลากลางคืน ก็ต้องสงสัยว่าอาจจะ เป็นโรคหืดได้
3. มีอาการไอเรื้อรังหลังจากการเป็นไข้หวัด

การวินิจฉัยว่าเป็นโรคหืดสามารถทำได้โดย

-การตรวจสมรรถภาพปอด โดยการเป่าลม แรง ๆ เข้าไปในเครื่องตรวจสมรรถภาพปอด การตรวจสมรรถภาพจะบอกได้ว่าผู้ป่วยมีหลอดลมตีบมากน้อยเพียงใด ถ้าหลอดลมตีบก็จะเป่าลมได้น้อย คนไข้โรคหืดควรได้รับการตรวจสมรรถภาพปอดทุกคน เพื่อวินิจฉัยว่าเป็นโรคหืดจริงหรือไม่ ถ้าเป็นโรคหืดจริง โรครุนแรงระดับไหน นอกจากนี้การตรวจสมรรถภาพปอดยังใช้ในการติดตามผลของการรักษาว่าดีขึ้นมากน้อยเพียงไหนหลังการรักษาแล้วสมรรถภาพปอดจะกลับมาเป็นปกติหรือยัง

-นอกจากนี้ก็มีวิธีการตรวจสมรรถภาพปอดแบบง่าย ๆ ที่ผู้ป่วยสามารถทำเองได้ที่บ้านก็โดยการใช้เครื่องวัดความเร็วสูงสุดของลม หรือพีคโฟว์มิเตอร์ (peakflow meter) ซึ่งจะช่วยให้ผู้ป่วยในการประเมินความรุนแรงของโรคหืดได้ โดยวิธีการตรวจทำโดยให้ผู้ป่วยสูดลมให้เต็มปอดแล้วเป่าออกให้แรงที่สุด ค่าที่วัดได้จะเป็นค่าความเร็วสูงสุดของลมที่เป่าออกได้ หน่วยเป็นลิตร/นาที่ ถ้าหลอดลมตีบค่าที่เป่าจะต่ำ ถ้าหลอดลมไม่ตีบค่าที่เป่าได้จะได้อีกมาก

-การวัดความไวของหลอดลมต่อสิ่งกระตุ้น บางครั้งผู้ป่วยไม่มีอาการหอบ การตรวจสมรรถภาพปอดอาจจะอยู่ในเกณฑ์ปกติ ทำให้วินิจฉัยโรคหืดไม่ได้ในกรณีเช่นนี้เราก็จะวินิจฉัยโรคหืดได้โดยการวัดความไวของหลอดลมต่อสิ่งกระตุ้น ผู้ป่วยโรคหืดจะมีหลอดลมที่ไวต่อสิ่งกระตุ้นมากกว่าคนปกติ วิธีการวัดความไวของหลอดลมก็ทำได้ไม่ยากโดยการใช้ผู้ป่วยวัดสมรรถภาพปอดแล้วให้สูดดมสารกระตุ้น ซึ่งในคนปกติจะไม่เกิดหลอดลมตีบแต่คนไข้โรคหืดจะมีหลอดลมไวต่อสิ่งกระตุ้น ดังนั้นจะเกิดหลอดลมตีบ การวัดความไวของหลอดลม นอกจากช่วยวินิจฉัยโรคหืดแล้วยังช่วยประเมินความรุนแรงของโรคหืดและใช้ในการติดตามการรักษาได้ด้วย

การรักษา

สาเหตุของโรคหืด คือ มีหลอดลมอักเสบทำให้หลอดลมไวต่อสิ่งกระตุ้น ดังนั้น เวลาเจอสิ่งกระตุ้นหลอดลมจะตีบทำให้เกิดการหอบ หายใจมีเสียงวี๊ด เรียกว่า จับหืด เมื่อเรารักษาหลอดลมอักเสบให้ดีขึ้น หลอดลมก็จะไม่ไวต่อสิ่งกระตุ้น พอเจอสิ่งกระตุ้นก็จะไม่หอบ คนใช้โรคหืดก็จะกลับมาเป็นคนปกติได้ ดังนั้น การรักษาโรคหืดมีดังนี้

1. หลีกเลี่ยงสิ่งกระตุ้นที่จะทำให้หลอดลมอักเสบ สิ่งกระตุ้นที่ทำให้เกิดการอักเสบของหลอดลมที่สำคัญคือ สารภูมิแพ้ ได้แก่ ไรฝุ่น ขนสัตว์ แมลงสาบ เกสรดอกไม้ เชื้อรา ดังนั้น คนใช้โรคหืด ควรทำความสะอาดบ้านให้สะอาด ปราศจากฝุ่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งห้องนอน

2. ใช้ยารักษา ยารักษาโรคหืดแบ่งเป็น 2 ชนิด คือ

2.1 ยารักษาโรค เป็นยาที่ลดการอักเสบของหลอดลมที่สำคัญได้แก่ ยาพ่นสเตียรอยด์ ซึ่งจะต้องใช้ยาทุกวันเป็นเวลานาน เพื่อจะลดการอักเสบของหลอดลมเมื่อหลอดลมอักเสบดีขึ้น หลอดลมจะไม่ไวต่อสิ่งกระตุ้น อาการหอบก็จะหายไปที่สุด

ยาพ่นสเตียรอยด์เป็นยาที่ปลอดภัย เพราะขนาดยาที่ใช้จะต่ำมาก ไม่เหมือนกับการกินยา สเตียรอยด์ซึ่งจะมีโทษมาก โทษของพ่นสเตียรอยด์ที่

อาจจะพบได้ เช่น เสียงแหบ และมีฝ้าขาวในปากจากเชื้อรา ซึ่งป้องกันได้ โดยการบ้วนปากทุกครั้ง หลังพ่นยา

2.2 ยาขยายหลอดลมหรือยาบรรเทาอาการ ที่สำคัญคือ ยาพ่นขยายหลอดลมเบต้าทูอะโกนิส (β_2 agonist) จะบรรเทาอาการเวลาหอบ เราจะใช้เฉพาะเวลาที่มีอาการเท่านั้น อาการข้างเคียงของยากลุ่มนี้คือ อาจจะมีใจสั่น มือสั่น บ้าง

ยาที่ใช้ในการรักษาโรคหืดมีทั้งยากิน ยาฉีด ยาพ่น ยาพ่นเป็นยาที่ดีเพราะเป็นยาที่ใช้เฉพาะที่ จึงได้ผลดีและปริมาณยาที่ใช้จะมีขนาดต่ำมาก ทำให้มีอาการข้างเคียงน้อยกว่ายากิน ดังนั้น ในปัจจุบันการรักษาโรคหืดจึงนิยมใช้ยาชนิดสูดพ่นเป็นหลัก

นอกจากนี้ ปัจจุบันมีการรวมเอาการรักษาและยาขยายหลอดลมไว้ในหลอดลมเดียวกันทำให้เกิดความสะดวกในการใช้ และรักษาได้ผลดีกว่าการใช้ยาเดี่ยว ๆ

3. การติดตามการรักษา กับแพทย์อย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้แพทย์ประเมินความรุนแรงของโรคและปรับเปลี่ยนการรักษาให้เหมาะสมและดูอาการข้างเคียงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากการรักษา

ข้อมูลจาก แกล็กโซสมิทไคลน์

(ประเทศไทย) จำกัด

คู่มือโรคหืด

ASTHMA



ด้วยความปรารถนาดีจากกลุ่มงานเภสัชกรรม

โรงพยาบาลอุดรดิตถ์

โทร. 055-411064 ต่อ 1124 , 1154

การใช้ยาพ่นจุ่ม AVAMYS

การเตรียมเครื่องมือสำหรับการใช้ยาครั้งแรก

1. เขย่าขวดยาแรง ๆ

ในขณะที่ปิดฝาขวด

ประมาณ 10 วินาที

ขั้นตอนนี้มีความสำคัญ

เพราะ Avamys มีลักษณะ

เป็นยาแขวนตะกอนชั้น ๆ การเขย่าขวดช่วยทำให้น้ำยา

เหลวขึ้น เมื่อคุณใช้จะได้ยาที่เป็นฝอยละอองฟุ้งทั่ว

โพรงจมูก

2. เปิดฝาคกรอบขวดยา ใช้

นิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้บีบ

ฝาคกรอบยาด้านข้างแล้วดึง

ออกในแนวตั้ง

3. กดเป็นยาด้านข้าง ถือ

ขวดยาตั้งตรงและกดเป็น

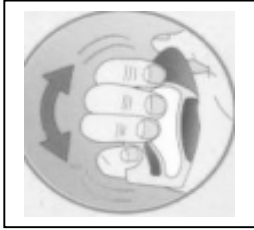
ยาด้านข้าง อย่างน้อย 6

ครั้ง เพื่อพ่นละอองเล็ก ๆ

ของยา

ในขณะนี้ เครื่องมือพ่นยา

อยู่ในสภาพที่พร้อมใช้งานแล้ว



การพ่นยาในแต่ละครั้ง

1. เขย่าขวดยาแรง ๆ

2. เปิดฝาคกรอบขวดยา

3. สั่งน้ำมูก เพื่อให้รูจมูก

โล่ง แล้วก้มศีรษะไป

ด้านหน้าเล็กน้อย

4. หันส่วนปลายของหัวพ่นยาออกทางด้านข้างของจมูก

ให้ห่างจากจุดกึ่งกลางของ

สันจมูก

5. กดเป็นยาในขณะที่สูดลม

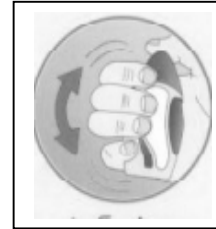
หายใจเข้าทางจมูก

6. นำปลายหัวพ่นยาออก

พร้อมกับหายใจออกทางปาก

7. ทำซ้ำข้อ 4 ถึงข้อ 6 เพื่อพ่น

ยาในรูจมูกอีกข้างหนึ่ง



8. ทำซ้ำตั้งแต่ข้อ 4 ถึงข้อ 7 หากแพทย์สั่งให้พ่นยาในรู
จมูกข้างละ 2 ครั้ง

9. ทำความสะอาดและปิดฝาคกรอบขวดยา

ทำความสะอาดเครื่องพ่นยาทุกครั้ง

1. เช็ดทำความสะอาดหัวพ่นยาและด้านในของฝาค
กรอบยาด้วยกระดาษทิชชูที่แห้งสะอาดแต่ไม่ต้องใช้น้ำ

2. ปิดฝาคกรอบขวดยาทุกครั้งหลังการใช้งานเพื่อ
ป้องกันฝุ่น



ถ้าเครื่องมือไม่สามารถทำงานได้

-ตรวจสอบว่าเครื่องมือยังมียาอยู่ ถือยาและมองผ่านช่องหน้าต่างของเครื่องมือในที่มีแสงส่องสว่าง ถ้ายาอยู่ในระดับต่ำมาก อาจจะทำให้เครื่องมือไม่สามารถพ่นยาละอองยาออกมาได้

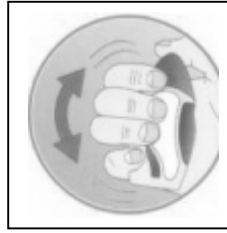
-ตรวจสอบเครื่องมือว่าชำรุดเสียหายหรือไม่ ถ้าคิดว่าปลายท่อยาอุดตัน ห้ามใช้ของมีคมหรือเข็มทำความสะอาด

-ลองทำตามคำแนะนำสำหรับการเตรียมเครื่องมือขึ้นต้นอีกครั้ง หากเครื่องมือยังคงไม่สามารถทำงานได้ให้นำยากลับมาปรึกษาเภสัชกร



ข้อควรจำ

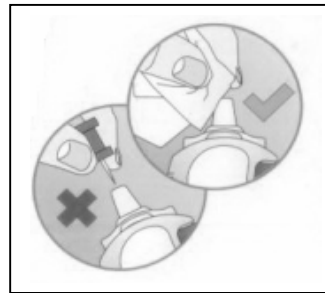
เขย่าขวดยาแรง ๆ ทุกครั้ง



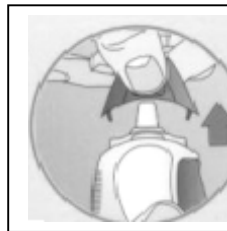
ถือขวดยาให้มันกดเป็น
ยาในขณะที่ปลายท่ออยู่
ในโพรงจมูก



ห้ามใช้ของ
แหลมหรือของมี
คมทำความสะอาด
สะอาดปลายท่อ
ยา



ทำความสะอาดและปิด
ครอบขวดยาทุกครั้งหลัง
การใช้งาน



คำแนะนำในการใช้ยาพ่นจมูก

AVAMYS®



เพื่อให้ได้ผลดีที่สุดจากการใช้ยาพ่นจมูก avamys ใช้ยา

เป็นประจำตามคำแนะนำแพทย์

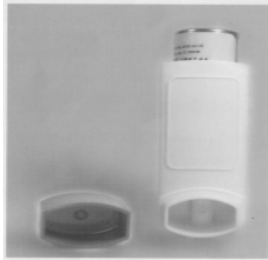
ด้วยความปรารถนาดีจากกลุ่มงานเภสัชกรรม

โรงพยาบาลอุตรดิตถ์

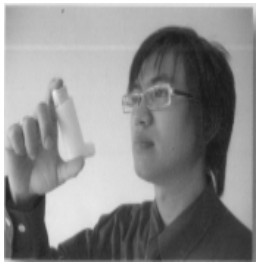
โทร. 055-411064 ต่อ 1124 , 1154

ขั้นตอนการสูดยา MDI โดยวิธีการหุบปาก (close mouth)

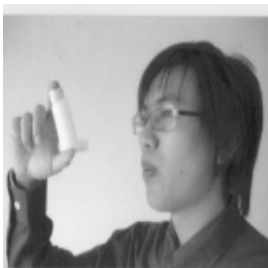
1. เปิดฝาครอบออก



2. เขย่ากระบอกยา 2-3 ครั้ง



3. ถือกระบอกพ่นยาตั้งขึ้นให้อยู่ระหว่างนิ้วชี้และนิ้วหัวแม่มือ โดยให้นิ้วหัวแม่มือรองด้านล่างได้ปากกระบอกพ่นดังรูป



4. หายใจออกให้สุด

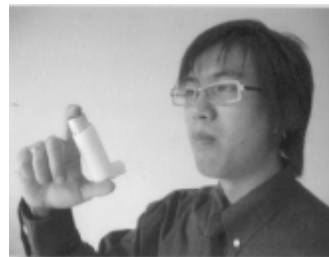
5. ใช้ริมฝีปากอมรอบปากกระบอกพ่นให้สนิท



6. หายใจเข้าทางปากช้า ๆ ลึก ๆ พร้อมกับกดส่วนบนของกระบอกพ่นลงให้สุด 1 ครั้ง ตัวยาจะถูกพ่นเข้าสู่ลำคอทันที



7. กลั้นหายใจประมาณ 10 วินาที จากนั้นเอาหลอดยาพ่นออกจากปาก



8. ค่อย ๆ ผ่อนลมหายใจออก

9. ถ้าจะพ่นซ้ำ ให้เว้นระยะห่างอย่างน้อย 10 วินาที แล้วจึงเริ่มทำตามข้อ 2-7

ใช้แล้วมาทำความสะอาดกัน

ควรทำอย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง

1. ดึงหลอดยาออกจากกระบอกพลาสติกและเปิดฝาครอบปากกระบอกพ่นยาออก
2. ล้างกระบอกพลาสติกและฝาครอบปากกระบอกพ่นยาด้วยน้ำอุ่นให้สะอาด
3. เช็ดให้แห้งทั้งภายในและภายนอกบรรจุหลอดยาและฝาครอบปากกระบอกพ่นไว้ตามเดิม



ข้อแนะนำเพิ่มเติม

-ก่อนสูดพ่นยาหากมีเสมหะควรกำจัดเสมหะออกจากลำคอก่อน

-ยาพ่นที่มีส่วนผสมของยาขยายหลอดลมชนิดออกฤทธิ์สั้น ได้แก่ ซาลบูตามอล(เวนโทลิน) บีโรคูอล ใช้เพื่อบรรเทาอาการหืดฉับพลันเมื่อมีอาการหอบเหนื่อย

-ยาพ่นที่มีส่วนผสมของยาสเตียรอยด์ ส่วนใหญ่ต้องใช้ยาเป็นประจำทุกวันตามแพทย์สั่ง และหลังสูดพ่นยาเสร็จเรียบร้อย ให้กลั้วปากและคอด้วยน้ำสะอาดแล้วบ้วนทิ้ง เพื่อลดการเกิดเชื้อราในช่องปาก



ข้อแนะนำเพิ่มเติม (ต่อ)

1. ไม่ควรปรับลดหรือเพิ่มยาเอง โดยที่แพทย์ไม่ทราบ
2. หากมีปัญหาใด ๆ ที่ไม่สามารถใช้ยาตามที่แพทย์สั่งได้ เช่น มีอาการผิปกติหลังพ่นยา ให้แจ้งแพทย์ทุกครั้งที่มาใช้บริการ
3. หากขาดนัดก่อนนัด ซึ่งอาจทำให้ผู้ป่วยขาดการรักษาโรค ให้มาพบแพทย์เพื่อให้แพทย์สั่งยาให้ เพื่อที่ผู้ป่วยใช้ยาอย่างต่อเนื่อง และมีประสิทธิภาพ

การใช้ยาสูดพ่นยาเทคนิคพิเศษ (Metered dose inhaler;MDI)



ด้วยความปรารถนาดีจากกลุ่มงานเภสัชกรรม

โรงพยาบาลอุตรดิตถ์

โทร. 055-411064 ต่อ 1124 , 1154