

มูลนิธิส่งเสริมการศึกษาไร้พรมแดน

...ความรู้ความเข้าใจเพื่อแก้ไขวิกฤติสังคม...

Q & A

ไขปัญหา
“ไข้หวัดใหญ่”

โรคที่สร้างความสับสน
ในสังคม



สารพันคำถามคำตอบ

เกี่ยวกับ โรคไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล

ไข้หวัดนก และ ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009

Q&A ไขปัญหา “ใช้วัดใหญ่” โรคที่สร้างความสับสนในสังคม มูลนิธิส่งเสริมการศึกษาใช้วัดใหญ่

บรรณาธิการ ชีษณุ พันธุ์เจริญ, ประภาศรี จงสุขสันติกุล,
ดาริกา กิ่งเนตร, ประเสริฐ ทองเจริญ

ISBN 978-974-401-762-8

ลิขสิทธิ์ของมูลนิธิส่งเสริมการศึกษาใช้วัดใหญ่

พิมพ์ครั้งที่ 1 จำนวน 10,000 เล่ม พ.ศ. 2553

การผลิตและลอกเลียนแบบของหนังสือเล่มนี้ ไม่ว่ารูปแบบใดทั้งสิ้น
ต้องได้รับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษรจากมูลนิธิส่งเสริมการศึกษาใช้วัดใหญ่

ราคา 60 บาท

จัดจำหน่ายโดย มูลนิธิส่งเสริมการศึกษาใช้วัดใหญ่

โทร. 0-2703-2978, www.ift2004.org

ข้อมูลบรรณานุกรมหอสมุดแห่งชาติ

ชีษณุ พันธุ์เจริญ และคณะ

Q&A ไขปัญหา “ใช้วัดใหญ่” โรคที่สร้างความสับสนในสังคม –

กรุงเทพฯ: ภาพพิมพ์

64 หน้า

1. ใช้วัดใหญ่ I. วัดจีน

พิมพ์ที่

ออกแบบปกและศิลปกรรม

รวบรวมต้นฉบับ

ภาพพิมพ์

ออลสตีป ฟอร์เวิร์ด

นที สาครยุทธเดช

คำนำ

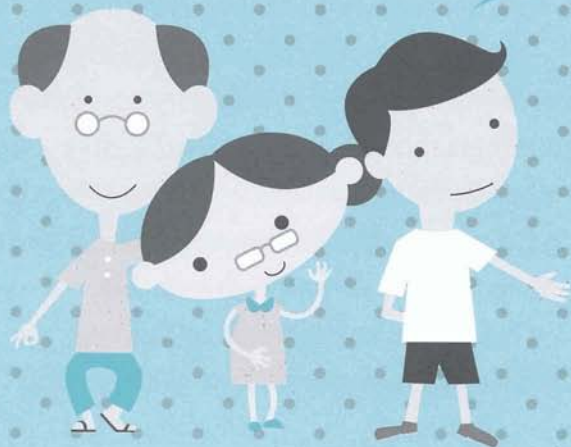
“โรคไข้หวัดใหญ่” ถือเป็นโรคติดต่อที่สร้างความสับสนและสร้างความตระหนักให้กับสังคมมากที่สุดโรคหนึ่ง เริ่มต้นจากไข้หวัดนก และตามมาด้วยไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 ข้อมูลและข่าวสารที่ออกสู่ประชาชนทำให้เกิดคำถามมากมายที่ต้องการคำตอบที่มีความชัดเจนและง่ายในการสื่อสารให้ผู้คนในสังคมเกิดความเข้าใจและมีความตระหนักต่อโรคดังกล่าว โดยมีความตระหนักไม่มากนัก

หนังสือ Q&A ไขปัญหา “ไข้หวัดใหญ่” โรคที่สร้างความสับสนในสังคม ถูกเรียบเรียงขึ้นในรูปแบบคำถามคำตอบที่พบบ่อยเกี่ยวกับโรคไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล ไข้หวัดนก และไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 เพื่อให้เกิดการถ่ายทอดความรู้ ให้เกิดความชัดเจนในรูปแบบง่าย ๆ เพื่อความเข้าใจที่ตรงกันระหว่างแพทย์และบุคลากรทางการแพทย์กับผู้ป่วยและผู้คนในสังคมอันจะช่วยลดความสับสนในสังคม ทำให้ผู้ให้บริการด้านสาธารณสุขและผู้คนในสังคมมีความสุขเพิ่มขึ้นและมีความห่างไกลจากภัยของไข้หวัดใหญ่

ชิษณุ พันธุ์เจริญ
ประกาศิต จงสุขสันติกุล
ดาริกา กิ่งเนตร
ประเสริฐ ทองเจริญ
พฤษภาคม 2553

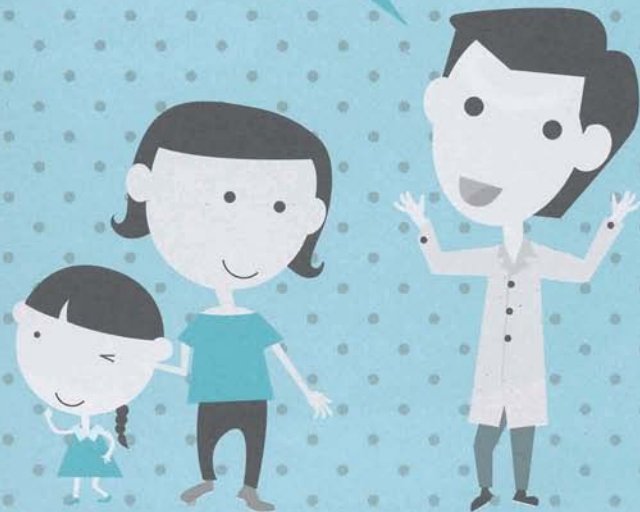
สารบัญ

ไขหวัดใหญ่ตามฤดูกาล
10-22



ไขหวัดนก
24-31

ไขหวัดใหญ่
สายพันธุ์ใหม่ 2009
32-53





ไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล

ไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาลหมายถึง ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ที่มีการระบาด (มีผู้ป่วยจำนวนมาก) ในบางฤดูกาลของแต่ละปี สำหรับประเทศไทยส่วนใหญ่จะระบาดในช่วงฤดูฝนและฤดูหนาว มักเรียกกันสั้นๆ และรู้จักกันทั่วไปในชื่อ “ไข้หวัดใหญ่”

ไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล...
ขนาดของปัญหา

ไข้หวัดใหญ่เป็นปัญหาทางสาธารณสุขไทยหรือไม่

ไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาลหรือที่เรียกกันสั้นๆว่า ไข้หวัดใหญ่ ถือว่าเป็นโรคติดต่อสำคัญที่เป็นปัญหาทางสาธารณสุขไทย เนื่องจากในแต่ละปีมีผู้ป่วยจำนวนมาก (คาดว่าปีละหลายแสนคน) และมีผู้ป่วยจำนวนมากน้อยที่ต้องเสียชีวิตจากโรคนี้ ซึ่งส่วนใหญ่เป็นผู้ป่วยที่มีโรคประจำตัว (เช่น โรคปอด โรคหัวใจ โรคไต) ผู้ป่วยสูงอายุ และผู้ป่วยเด็กเล็ก





ผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่ใช้เกณฑ์การวินิจฉัยอย่างไร

แต่เดิมรายงานผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่อาศัยการวินิจฉัยโรคจากแพทย์ซึ่งให้อาการของผู้ป่วยเป็นหลักซึ่งได้แก่ อาการไข้สูงและปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ ทำให้จำนวนของผู้ป่วยอาจมีความคลาดเคลื่อนไปมากในสองนัยกล่าวคือ จำนวนผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่ที่รายงานอาจต่ำกว่าที่เป็นจริง เนื่องจากผู้ป่วยที่ติดเชื้อไข้หวัดใหญ่มีอาการทางคลินิกที่แตกต่างกัน ผู้ป่วยส่วนหนึ่งอาจมีเพียงอาการไข้สูงหรือไข้ต่ำๆ ร่วมกับอาการหวัดเท่านั้น ผู้ป่วยเด็กอาจมีอาการทางคลินิกไม่ชัดเจนและไม่อาจบอกว่ามีอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ ในขณะที่อีกนัยหนึ่งผู้ป่วยที่มีอาการเข้าได้กับไข้หวัดใหญ่ (ไข้สูงและปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ) อาจเกิดจากเชื้อไวรัสอื่นๆ ที่ไม่ใช่เชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่ หรือแม้แต่เกิดจากเชื้ออื่นๆ ที่ไม่ใช่เชื้อไวรัสก็ได้

ทราบได้อย่างไรว่าผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่ที่รายงานเกิดจากเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่จริง

ในปัจจุบันมีการตรวจทางห้องปฏิบัติการเพื่อยืนยันว่าอาการของผู้ป่วยที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคไข้หวัดใหญ่เกิดจากเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่จริงหรือไม่ รวมทั้งมีการศึกษาวิจัยเพื่อประเมินการติดเชื้อไข้หวัดใหญ่ของประชากรในชุมชนขนาดใหญ่ในบางพื้นที่ของประเทศซึ่งสามารถยืนยันได้ว่า การติดเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่เป็นปัญหาทางสาธารณสุขไทยอย่างแท้จริง เพียงแต่จำนวนผู้ป่วยที่รายงานอาจคลาดเคลื่อนไปจากตัวเลขจริงบ้าง เนื่องจากผู้ติดเชื้อบางรายไม่มีอาการหรือมีอาการเพียงเล็กน้อย จึงไม่ได้รับการตรวจทางห้องปฏิบัติการเพื่อยืนยันว่าเป็นโรคไข้หวัดใหญ่



ไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล... ความสำคัญของปัญหา

กลุ่มเสี่ยงของไข้หวัดใหญ่คือ ผู้ป่วยหรือประชากรกลุ่มใด

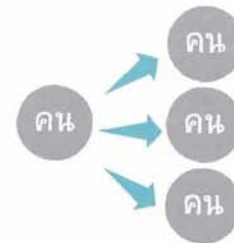
คนในกลุ่มเสี่ยงของไข้หวัดใหญ่ประกอบด้วย
① คนที่ไม่มีโรคประจำตัว ได้แก่ เด็กเล็กและผู้สูงอายุ
และ ② คนที่มีโรคประจำตัวบางอย่าง เช่น โรคหัวใจ
โรคปอดเรื้อรัง โรคเบาหวาน โรคไตเรื้อรัง โรคเอดส์

อะไรคือสาเหตุของไข้หวัดใหญ่

โรคไข้หวัดใหญ่มีสาเหตุจากเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่
กลุ่มเอ, กลุ่มบี และกลุ่มซี ซึ่งทำให้เกิดโรคไข้หวัดใหญ่
ในคน สามารถแยกได้เป็นหลายพันธุ์ตามโปรตีนเอช (H)
และโปรตีนเอ็น (N) ที่เปลือกหุ้มของเชื้อไวรัส

ไข้หวัดใหญ่มีการแพร่กระจายได้อย่างไร

ไข้หวัดใหญ่มีการแพร่กระจายจากคนสู่คน (แผนภูมิ) ผ่านทาง
ระบบทางเดินหายใจ โดยการไอจามรดกัน หรือสัมผัสกับสารคัดหลั่ง
(น้ำมูกและเสมหะ) ของผู้ป่วย



แผนภูมิแสดงการแพร่กระจายของ
เชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาลจากคนสู่คน

ไข้หวัดใหญ่ดูเหมือนจะเป็นโรคที่
สังคมไม่ค่อยให้ความสนใจมากนัก
จนกระทั่งมีการระบาดของเชื้อ
ไข้หวัดนกและไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์
ใหม่ 2009



ใช้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล... อาการของผู้ป่วย

อาการของผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่ เป็นอย่างไร

อาการที่สำคัญของผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่คือ ไข้สูง ซึ่งมักไม่พบในไข้หวัดธรรมดาทั่วไป ในเด็กเล็กมักมีน้ำมูกและไอร่วมด้วย และบ่อยครั้งอาจไม่มีไข้หรือมีไข้ต่ำๆ เท่านั้น ในเด็กโตและผู้ใหญ่มักมีอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อร่วมด้วย



ผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่มีภาวะแทรกซ้อนที่สำคัญอะไรบ้าง

ความน่ากลัวอย่างหนึ่งของโรคไข้หวัดใหญ่คือ การเกิดภาวะแทรกซ้อนซึ่งพบบ่อยในคนกลุ่มเสี่ยง ภาวะแทรกซ้อนที่สำคัญได้แก่ ภาวะแทรกซ้อนทางปอดซึ่งหมายถึงภาวะปอดอักเสบหรือปอดบวม และภาวะแทรกซ้อนทางสมองซึ่งหมายถึงภาวะสมองอักเสบ

ใช้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล... การวินิจฉัยโรค

ได้อย่างไรจึงจะรู้ว่าป่วยจากไข้หวัดใหญ่

การวินิจฉัยโรคไข้หวัดใหญ่อาศัยอาการของผู้ป่วยร่วมกับการตรวจทางห้องปฏิบัติการ อาการของผู้ป่วยที่สำคัญและใช้ประกอบการวินิจฉัยโรคคือ ไข้สูง ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ และอาการหวัด การตรวจทางห้องปฏิบัติการคือ การตรวจหาเชื้อไข้หวัดใหญ่กลุ่มเอ (ซึ่งพบบ่อยกว่ากลุ่มบี) ด้วยวิธีรวดเร็ว (Rapid influenza A test) และการตรวจด้วยวิธีพีซีอาร์ (PCR) นอกจากนั้นในสถาบันวิจัยขนาดใหญ่บางแห่งอาจใช้การเพาะเลี้ยงไวรัสเป็นการยืนยันการวินิจฉัยโรค



ใช้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล... การดูแลรักษาผู้ป่วย

มีแนวทางในการรักษา

ผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่เบื้องต้นอย่างไร

การรักษาผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่เบื้องต้นคือ การเช็ดตัวและใช้ยาพาราเซตามอลเพื่อลดไข้ หลีกเลี่ยงการใช้ยาากลุ่มแอสไพรินเพราะอาจทำให้เกิดกลุ่มอาการไรย์ซึ่งเป็นภาวะแทรกซ้อนทางสมองที่เกี่ยวข้องกับการใช้ยาในกลุ่มนี้ ใช้ยาลดน้ำมูกและยาแก้ไอละลายเสมหะตามอาการของผู้ป่วย ดื่มน้ำมากๆ รับประทานอาหารอ่อนๆ ที่มีประโยชน์ และพักผ่อนให้เพียงพอ

เมื่อใดต้องพบแพทย์ หากป่วย
หรือสงสัยว่าเป็นไข้หวัดใหญ่

หากดูแลรักษาผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่เบื้องต้นที่บ้านแล้วอาการไม่ดีขึ้นภายใน 2 วัน ควรพบแพทย์เนื่องจากอาจเกิดภาวะแทรกซ้อน หรือเกิดจากไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 อาการเจ็บป่วยมีสาเหตุจากโรคอื่นที่มีอาการคล้ายคลึงกัน เช่น ไข้เลือดออก

เมื่อใดต้องใช้ยาต้านไวรัส

ในการรักษาผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่

ยาต้านไวรัสไข้หวัดใหญ่ที่นิยมใช้คือ “โอเซลทามิเวียร์” หรือที่รู้จักกันในชื่อการค้าว่า “ทามิฟลู” และ “จีพีโอ เอ ฟลู” ซึ่งต้องอยู่ภายใต้การดูแลของแพทย์ ซึ่งจะพิจารณาใช้สำหรับผู้ป่วยที่มีอาการของโรครุนแรง มีภาวะแทรกซ้อน หรือเป็นผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงต่ออาการป่วยรุนแรง



ใช้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล... การป้องกัน

ป้องกันไข้หวัดใหญ่ได้อย่างไร

โอกาสในการติดเชื้อทุกชนิดอาจลดลง หรือถ้าติดเชื้อก็มักมีอาการไม่รุนแรง หากเราดูแลสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงอยู่เสมอและหลีกเลี่ยงการเข้าไปในที่ชุมชนซึ่งมีผู้คนจำนวนมากเป็นเวลานานโดยไม่จำเป็น และไม่อยู่ใกล้กับผู้ป่วยที่มีอาการไอ จาม

ป้องกันไม่ให้เชื้อไข้หวัดใหญ่ มีการแพร่กระจายได้อย่างไร

หนทางสำคัญที่ช่วยลดการแพร่กระจายของเชื้อคือ การล้างมือด้วยสบู่และน้ำหรือใช้แอลกอฮอล์เจล ใช้ผ้าหรือกระดาษทิชชูปิดปากและจมูกเวลาไอจาม และสวมหน้ากากอนามัยเวลาเป็นหวัด

วัคซีนไข้หวัดใหญ่มีประสิทธิภาพ และความปลอดภัยมากน้อยเพียงใด

ปัจจุบันมีวัคซีนไข้หวัดใหญ่ซึ่งสามารถป้องกันโรคได้ดี และมีความปลอดภัยสูง

ใช้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล... การใช้วัคซีนเพื่อป้องกัน

แนะนำให้ใช้วัคซีนไข้หวัดใหญ่กับใคร

โดยทั่วไปแนะนำให้ใช้วัคซีนไข้หวัดใหญ่สำหรับผู้ที่มีความเสี่ยงในการเกิดโรคที่รุนแรงหรือมีโอกาสูงในการเกิดภาวะแทรกซ้อน ผู้ที่ควรได้รับวัคซีนคือ เด็กเล็ก ผู้สูงอายุ ผู้ที่มีโรคประจำตัวบางอย่าง และบุคลากรทางการแพทย์ ส่วนบุคคลทั่วไปที่ต้องการฉีดวัคซีนก็สามารถให้ได้และย่อมได้รับประโยชน์จากวัคซีนโดยควรขอคำปรึกษาจากแพทย์

ทำไมต้องฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่ทุกปี

เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงสายพันธุ์ของไวรัสอยู่ตลอดเวลา ในแต่ละปีจึงต้องมีการผลิตวัคซีนใหม่เพื่อให้ตรงหรือใกล้เคียงกับสายพันธุ์ที่คาดว่าจะมีการระบาด ดังนั้นเพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการป้องกันโรค จึงควรฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่ทุกปี



แม้ว่าวัคซีนไข้หวัดใหญ่จะไม่สามารถป้องกัน
ไข้หวัดนกและไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009
ได้ แต่ยอดขายของวัคซีนไข้หวัดใหญ่ได้พุ่ง
สูงขึ้นอย่างไม่เคยปรากฏมาก่อน เมื่อมี
การระบาดของไข้หวัดนกและไข้หวัดใหญ่
สายพันธุ์ใหม่ 2009

ควรฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่ช่วงใดในแต่ละปี

เนื่องจากในประเทศไทยไข้หวัดใหญ่มักมีการแพร่ระบาดใน
ฤดูฝนและฤดูหนาว จึงควรฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่ก่อนฤดูฝน อย่างไร
ก็ตาม ในทางปฏิบัติสำหรับประเทศไทยหากต้องการวัคซีนไข้หวัดใหญ่
สามารถฉีดได้เลย โดยใช้วัคซีนที่มีใช้อยู่ในขณะนั้น

**วัคซีนไข้หวัดใหญ่สามารถป้องกันไข้หวัดนก
และไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 ได้หรือไม่
และมากนักน้อยเพียงใด**

วัคซีนไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาลไม่สามารถป้องกันโรคไข้หวัด
นกและโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009



ไข่วัดนก

ไข่วัดนก หมายถึง ไข่วัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ที่ทำให้เกิดโรคในสัตว์ปีก (เช่น นก ไก่ เป็ด ห่าน) ทำให้เกิดการระบาดและมีสัตว์ปีกล้มตายเป็นจำนวนมาก และอาจแพร่กระจายมายังสัตว์ชนิดอื่นรวมทั้งคนด้วย การติดต่อระหว่างคนสู่คนแม้จะเกิดได้ไม่บ่อยนัก แต่ทำให้หลายคนกลัวว่าเชื่อนี้จะเกิดการกลายพันธุ์และเกิดการระบาดใหญ่ในคนได้

ไข่วัดนก...
ทำไมจึงเป็นโรคที่น่ากลัว

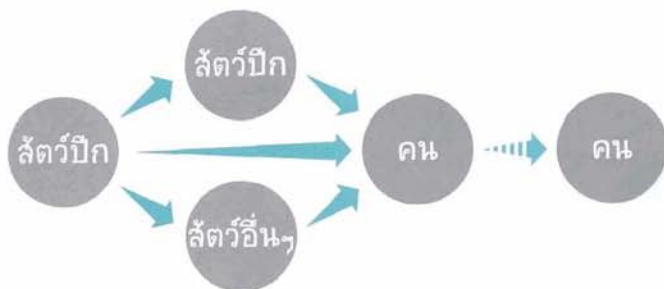
โรคไข่วัดนกในสัตว์ปีกและในคน
เป็นปัญหาระดับโลกและปัญหา
สำหรับประเทศไทยหรือไม่

โรคไข่วัดนกเกิดจากการติดเชื้อไวรัสไข่วัดใหญ่กลุ่มเอ เอช 5 เอ็น 1 ในช่วง 5-6 ปีที่ผ่านมา มีการระบาดของโรคไข่วัดใหญ่ในสัตว์ปีกและทำให้สัตว์ปีกล้มตายเป็นจำนวนมาก ส่งผลกระทบต่อสุขภาพเศรษฐกิจและสังคมอย่างมาก เชื้อไข่วัดนกสามารถแพร่กระจายเชื้อจากสัตว์ปีกไปยังสัตว์ชนิดอื่นรวมทั้งคนด้วย คนที่ป่วยเป็นไข่วัดนกมักมีอาการรุนแรงและอาจถึงขั้นเสียชีวิตได้



ใช้หวัดนกมีการแพร่กระจายอย่างไร

เชื้อใช้หวัดนกทำให้เกิดโรคไข้หวัดใหญ่ในสัตว์ปีกและสามารถแพร่กระจายได้อย่างรวดเร็ว ส่งผลให้สัตว์ปีกป่วยและล้มตายเป็นจำนวนมาก นอกจากนั้นเชื่อนี้ยังอาจติดต่อมาสู่คนหรือสัตว์ชนิดอื่นได้แม้จะไม่ง่ายนัก โดยการสัมผัสใกล้ชิดกับสัตว์ปีกที่ป่วยหรือตายด้วยโรค (แผนภูมิ)



แผนภูมิแสดงการแพร่ระบาดของเชื้อไข้หวัดนกจากสัตว์ปีกไปสู่สัตว์ปีกด้วยกัน ไปสู่สัตว์อื่นและคน และจากคนไปสู่คน

มีความเป็นไปได้ว่า ใช้หวัดนกจะมีการติดต่อมาสู่คนและแพร่กระจายระหว่างคนสู่คนได้ง่ายขึ้นและอาจนำมาซึ่งการระบาดใหญ่



ใช้หวัดนก...
อาการของสัตว์ปีก
และอาการในคน

อาการของสัตว์ปีกที่ป่วยเป็นไข้หวัดนกเป็นอย่างไร

สัตว์ปีกที่ป่วยเป็นไข้หวัดนกจะมีไข้ ชีพ ไม่กินอาหาร ไอจาม หายใจลำบาก น้ำตาไหล ขนยุ่ง หน้าและเหนียงบวมและมีสีแดงคล้ำ ท้องเสีย ชัก และตายอย่างรวดเร็ว

อาการของผู้ป่วยไข้หวัดนกเป็นอย่างไร

ผู้ป่วยไข้หวัดนกจะมีไข้สูง หนาวสั่น ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ อ่อนเพลีย ท้องเสีย ไอและหอบ อาการของผู้ป่วยในช่วงแรกจะแยกได้ยากจากโรคไข้หวัดตามฤดูกาลและไข้เลือดออก



ผู้ป่วยไข้หวัดนกมีภาวะแทรกซ้อนอะไรได้บ้าง

ในวันที่ 4-5 ของการเจ็บป่วย ผู้ป่วยไข้หวัดนกอาจมีอาการปอดอักเสบ ซึ่งเป็นภาวะแทรกซ้อนที่สำคัญและอาจทำให้เสียชีวิตได้

ไข้หวัดนก...
รู้ได้อย่างไร
ว่าเป็นไข้หวัดนก

โรคไข้หวัดนกวินิจฉัยได้อย่างไร

ผู้ที่มีอาการไข้ หนาวสั่น ปวดศีรษะ ปวดเมื่อย กล้ามเนื้อ ไอ หอบ หรือหายใจลำบาก ต้องรีบไปพบแพทย์ และแจ้งให้แพทย์ทราบหากทำงานในฟาร์มสัตว์ปีกหรือเลี้ยงเป็ดไก่ในบริเวณบ้าน ผู้ป่วยไข้หวัดนกส่วนใหญ่จะมีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับสัตว์ปีกที่ป่วยหรือตาย ซึ่งการตรวจทางห้องปฏิบัติการจะช่วยพิสูจน์ว่าการติดเชื้อไวรัสไข้หวัดนกจริงหรือไม่



ไข้หวัดนก...
ดูแลรักษาอย่างไร

โรคไข้หวัดนกมีแนวทางการรักษาอย่างไร

ผู้ป่วยที่สงสัยว่าอาจป่วยเป็นโรคไข้หวัดนก ควรรับการรักษาในโรงพยาบาลโดยเร็ว ผู้ป่วยจะได้รับการดูแลรักษาเป็นพิเศษในห้องแยกโรคติดเชื้อ แพทย์จะพิจารณาให้ยาโอเซลทามีเวียร์โดยเร็ว ผู้ป่วยต้องปิดปากและจมูก เวลาไอจาม สวมหน้ากากอนามัย และล้างมือบ่อยๆ เพื่อป้องกันการกระจายของเชื้อ



การรับมือกับปัญหาไข้หวัดนก
จำเป็นต้องอาศัยความรู้ความ
เข้าใจที่ถูกต้อง ความไม่ตื่น
ตระหนกจนเกินไป และความ
ร่วมมือร่วมใจของทุกคน

ไข้หวัดนก... ป้องกันได้อย่างไร

การป้องกันไข้หวัดนกในสัตว์ปีกและในคน

กรณีพบสัตว์ปีกป่วยหรือตายจำนวนมากโดยเฉพาะในช่วงที่มีการระบาดของไข้หวัดนก ต้องรีบแจ้งให้เจ้าหน้าที่ (ปศุสัตว์ สาธารณสุข อาสาสมัครสาธารณสุข กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน) ทราบและเก็บตัวอย่างซากสัตว์ที่ตายแล้วไปเพื่อพิสูจน์ทราบโดยเร็ว ส่วนสัตว์ปีกที่สงสัยว่าอาจป่วยหรือตายด้วยโรคไข้หวัดนกควรได้รับการทำลายโดยเร็วเพื่อหยุดการแพร่กระจายของเชื้อ

ผู้ดูแลผู้ป่วยที่สงสัยว่าอาจป่วยเป็นไข้หวัดนกควรสวมหน้ากากอนามัยและล้างมือบ่อยๆ เพื่อลดโอกาสในการรับเชื้อจากผู้ป่วย การใช้อาโรเซลทามิเวียร์ในคนที่สัมผัสกับเชื้อไข้หวัดนกอาจช่วยป้องกันโรคได้

การป้องกันโรคไข้หวัดนกทำได้โดยการหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับซากสัตว์ปีกโดยตรง ควรใช้อุปกรณ์ป้องกันร่างกาย เช่น สวมถุงมือ สวมหน้ากากอนามัย และล้างมือให้สะอาดหลังสัมผัสซากสัตว์ ทำลายซากสัตว์ปีกที่สงสัยว่าตายด้วยโรคไข้หวัดนกโดยการแยกหรือฝัง ไม่รับประทานสัตว์ปีกที่ป่วยหรือตาย และรับประทานสัตว์ปีกและไข่ที่ปรุงสุกเท่านั้น

การปรับปรุงลักษณะนิสัยส่วนตัวจะทำให้พวกเราปลอดภัยจากการติดเชื้อโรคต่างๆ รวมทั้งจากไข้หวัดนกด้วย



วัคซีนป้องกันไข้หวัดนกในสัตว์ปีกและในคน

วัคซีนป้องกันไข้หวัดนกในสัตว์ปีกมีใช้อย่างแพร่หลายในหลายประเทศ แต่มีข้อจำกัดในการใช้อยู่หลายประการ และยังไม่มีข้อมูลที่ยืนยันได้ว่าสามารถควบคุมการระบาดได้ รัฐบาลไทยไม่แนะนำให้ใช้วัคซีนเนื่องจากอาจทำให้สัตว์ปีกที่เป็นโรคไม่ตายและสามารถเป็นพาหะแพร่กระจายเชื้อต่อไป

วัคซีนป้องกันไข้หวัดนกสำหรับคนได้ผ่านการศึกษาวิจัยพัฒนาและทดสอบแล้ว ขณะนี้อยู่ระหว่างการขึ้นจดทะเบียนในประเทศไทย



ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009

ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 หมายถึง เชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่ชนิดเอ เอช 1 เอ็น 1 ที่มีความคล้ายคลึงกับสายพันธุ์ในเชื้อไข้หวัดใหญ่ของหมู

ไข้หวัดใหญ่
สายพันธุ์ใหม่ 2009...
กับวิกฤติของสังคม

ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 เป็นปัญหาระดับโลก และเป็นปัญหาสำหรับประเทศไทยหรือไม่

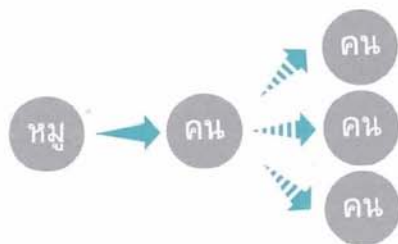
ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 มีการระบาดครั้งแรกในประเทศเม็กซิโก ในตอนแรกจึงมีชื่อเรียกว่า ไข้หวัดเม็กซิกัน ก่อนที่จะมีการแพร่ระบาดไปยังประเทศสหรัฐอเมริกา แคนาดา ประเทศต่างๆ ในทวีปยุโรป แล้วแพร่มายังประเทศต่างๆ ในทวีปเอเชียซึ่งรวมถึงประเทศไทยด้วย

การแพร่ระบาดของเชื้อนี้ในประเทศไทยเริ่มต้นจากผู้ที่ได้ติดเชื้อมาจากต่างประเทศ จากนั้นมีการแพร่ระบาดอย่างรวดเร็วในหมู่เด็กนักเรียนและไปสู่สมาชิกในครอบครัว และมีผู้ป่วยจำนวนหนึ่งต้องเสียชีวิตลง โดยมีรายงานข่าวของโรคนี้ผ่านสื่อต่างๆ อย่างใกล้ชิด ทำให้เกิดความตื่นตระหนกของผู้คนทั่วไปจนถึงขั้นเป็นปัญหาวิกฤติทางสังคม



ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 มีสาเหตุจากเชื้ออะไร และมีการ แพร่ระบาดอย่างไร

โรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 มีสาเหตุจากเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่ กลุ่มเอ เอช 1 เอ็น 1 เชื้อนี้มีสารพันธุกรรม บางอย่างคล้ายกับที่เคยพบในเชื้อไข้หวัด ใหญ่ของหมู ในตอนแรกจึงมีชื่อเรียกอีก ชื่อหนึ่งว่า ไข้หวัดหมู หรือ swine flu เชื้อตัวใหม่นี้มีการแพร่ระบาดจากคนสู่คน ในวงกว้าง (แผนภูมิ)

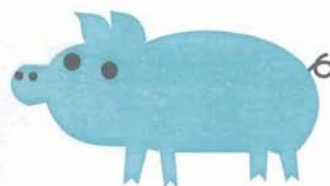


แผนภูมิแสดงการแพร่กระจาย
ของเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009

ไข้หวัดใหญ่
สายพันธุ์ใหม่ 2009...
อาการของผู้ป่วย

อาการของผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009 เป็นอย่างไร

อาการของผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 มีความ คล้ายคลึงกับไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล อาการที่สำคัญของผู้ป่วยคือ อาการไข้สูง มีอาการหวัด (น้ำมูก ไอ เจ็บคอ) และมีอาการปวดเมื่อย กล้ามเนื้ออย่างมาก ซึ่งเป็นอาการที่ไม่ค่อยพบในไข้หวัดทั่วไป ผู้ป่วย บางคนมีอาการอาเจียนและถ่ายเหลวร่วมด้วย อาการนี้อาจเป็นรุนแรง และนานกว่าไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล ผู้ป่วยเด็กมักไม่สามารถบอก อาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อได้ อย่างไรก็ตาม ผู้ติดเชือบางรายอาจ ไม่มีอาการ ไม่มีไข้หรือมีไข้ต่ำๆ อาจไม่มีอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ หรือไม่มีอาการหวัดก็ได้



ผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 มีภาวะแทรกซ้อนอะไรบ้าง

ภาวะแทรกซ้อนของผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 ที่สำคัญคือ โรคปอดอักเสบ และโรคสมองอักเสบ โดยโรคปอดอักเสบเป็นภาวะแทรกซ้อนที่พบได้บ่อยและเป็นสาเหตุที่สำคัญของการเสียชีวิตโดยเฉพาะในผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยง

ยาเชื้อไวรัสนี้ถูกส่งมาเพื่อ
ทดสอบความเข้มแข็งของ
สังคมไทย



ไข้หวัดใหญ่
สายพันธุ์ใหม่ 2009...
ความรุนแรงของโรค

โรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009

มีความรุนแรงของโรคน้อยเพียงใด

โรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 เป็นโรคที่มีความรุนแรงไม่มากนัก อาการของผู้ป่วยจะทุเลาและหายไปได้เอง ยกเว้นในกลุ่มผู้ป่วยที่เรียกกันว่า กลุ่มเสี่ยง ซึ่งหมายถึงกลุ่มคนที่ป่วยเป็นโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 แล้วอาจมีอาการรุนแรงหรือเกิดภาวะแทรกซ้อนได้บ่อย และอาจถึงขั้นเสียชีวิต

ผู้ป่วยประมาณหนึ่งในสามที่มีอาการของโรครุนแรง เกิดภาวะแทรกซ้อนทางปอดหรือเสียชีวิตได้ โดยไม่ได้เป็นผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยง



ใครคือกลุ่มเสี่ยงในการเกิด
โรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009

“กลุ่มเสี่ยง” สำหรับไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 ได้แก่ หญิงตั้งครรภ์ โรคอ้วน ผู้ที่มีโรคประจำตัว บางอย่าง เช่น โรคปอดเรื้อรัง โรคหัวใจ โรคเบาหวาน โรคไต โรคตับ โรคลมชัก และผู้ที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่อง เช่น โรคเอดส์ โรคมะเร็ง

สำหรับเด็กเล็กอายุต่ำกว่า 2 ปี และผู้สูงอายุ ตั้งแต่ 65 ปีขึ้นไปถือเป็นกลุ่มที่ควรได้รับการดูแล อย่างใกล้ชิด



ไข้หวัดใหญ่
สายพันธุ์ใหม่ 2009...
รู้ได้อย่างไรว่าติดเชื้อ

ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 วินิจฉัยได้อย่างไร

การวินิจฉัยโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 ต้องอาศัยอาการของผู้ป่วย ร่วมกับการตรวจทางห้องปฏิบัติการหรือห้องแล็บ

อาการของผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่ ไม่ว่าจะเกิดจาก เชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาลหรือไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009 มีความคล้ายคลึงกันมาก อาการ ที่สำคัญคือ ไข้สูง ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ และอาการหวัด โดยทั่วไปแพทย์ไม่สามารถใช้อาการของผู้ป่วยเพียง อย่างเดียวเพื่อบอกว่าผู้ป่วยติดเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009 จริงหรือไม่ ต้องใช้ผลการตรวจ ยืนยันทางห้องปฏิบัติการ

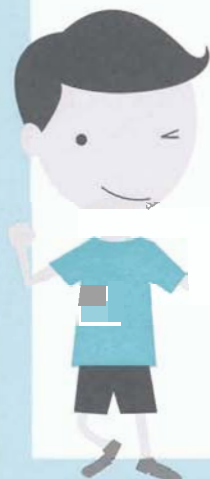


การส่งตรวจทางห้องปฏิบัติการเพื่อ พิสูจน์ว่าการติดเชื้อไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009 ต้องทำอะไร

เพื่อเป็นการยืนยันว่าผู้ป่วยติดเชื้อไข้หวัดใหญ่หรือไม่ แพทย์ต้องเก็บตัวอย่างจากน้ำเมือกในโพรงจมูกและลำคอของผู้ป่วยเพื่อส่งตรวจเพาะแยกเชื้อไวรัสทางห้องปฏิบัติการ

การยืนยันโรคไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009 ทำได้อย่างไร

เมื่อสงสัยว่าผู้ป่วยอาจติดเชื้อไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 จากอาการของผู้ป่วยร่วมกับประวัติการระบาดของเชื้อในพื้นที่ที่เขาอาศัยอยู่ ควรทำการยืนยันว่าผู้ป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 โดยอาศัยการตรวจทางห้องปฏิบัติการที่สำคัญ 2 วิธีคือ การตรวจหาเชื้อไข้หวัดใหญ่กลุ่มเอด้วยวิธีรวดเร็ว (Rapid influenza A test) และการตรวจด้วยวิธีพีซีอาร์ (PCR)



การตรวจหาเชื้อไข้หวัดใหญ่กลุ่มเอด้วยวิธี รวดเร็ว มีข้อดีและข้อด้อยอย่างไรในการ ช่วยยืนยันการติดเชื้อไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009

การตรวจหาเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่กลุ่มเอด้วยวิธีรวดเร็วเป็นการตรวจคัดกรองเบื้องต้นว่ามีการติดเชื้อไข้หวัดใหญ่หรือไม่ แต่ไม่ใช่วิธีมาตรฐานในการตรวจยืนยันการติดเชื้อไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 แต่ประหยัดค่าจ่ายกว่า วิธีนี้ทำได้ง่ายและได้ผลรวดเร็ว สถานพยาบาลบางแห่งใช้เป็นวิธีคัดกรองเบื้องต้นก่อนส่งตรวจด้วยวิธีพีซีอาร์ต่อไปหรือส่งตรวจทั้งสองวิธีร่วมกันเพื่อเป็นแนวทางในการดูแลรักษาผู้ป่วย ถ้าผลตรวจเป็นบวกอาจเป็นไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 หรือเป็นไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ก็ได้ ในขณะที่ผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่บางรายก็อาจตรวจได้ผลลบโดยวิธีการตรวจนี้





อาการของโรคไข้หวัดใหญ่
สายพันธุ์ใหม่ 2009 อาจ
รุนแรงกว่าไข้หวัดใหญ่ตาม
ฤดูกาลเล็กน้อยและมีการ
แพร่ระบาดได้ง่าย

การตรวจหาเชื้อไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 ด้วยวิธีพีซีอาร์ มีข้อดีและข้อด้อยอย่างไร ในการช่วยยืนยันการติดเชื้อมากบ้าง

การตรวจหาเชื้อไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009
ด้วยวิธีพีซีอาร์เป็นการตรวจหาเชื้อที่มีความเฉพาะเจาะจง
และเป็นวิธีมาตรฐาน ขั้นตอนในการตรวจมีความยุ่งยาก
ต้องเสียค่าใช้จ่ายสูง ต้องการผู้ชำนาญในการปฏิบัติงาน
และสามารถทำได้ในห้องปฏิบัติการขนาดใหญ่และมีความพร้อมเท่านั้น

การตรวจยืนยันว่าติดเชื้อไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ ใหม่ 2009 มีความจำเป็นมากน้อยเพียงใด

โดยทั่วไปหากสงสัยว่าผู้ป่วยอาจติดเชื้อไข้หวัด
ใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 แพทย์มักไม่ได้เก็บตัวอย่างเพื่อ
ตรวจทางห้องปฏิบัติการทุกราย ไม่ว่าจะเป็นการตรวจ
คัดกรองด้วยวิธีรวดเร็ว หรือการตรวจยืนยันด้วยวิธี
พีซีอาร์ มักเลือกส่งตรวจเฉพาะในผู้ป่วยที่มีอาการรุนแรง
มีภาวะแทรกซ้อน และก่อนเริ่มให้ยาโอเซลทามีเวียร์ใน
การรักษาผู้ป่วย

การเก็บตัวอย่างส่งตรวจทางห้องปฏิบัติการมาก
เกินความจำเป็นจะเป็นการสิ้นเปลือง ทำให้รายงานผล
การตรวจซึ่งมีความจำเป็นสำหรับผู้ป่วยบางกลุ่มเกิด
ความล่าช้า อีกทั้งมักไม่ได้เปลี่ยนแปลงมาตรฐานในการ
ดูแลรักษาผู้ป่วย และที่สำคัญอาจทำให้ผู้ป่วยส่วนหนึ่ง
เกิดความกังวลเพิ่มขึ้นเมื่อทราบว่าติดเชื้อไวรัสไข้หวัด
ใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009



ไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009... กับการดูแลรักษา

ผู้ป่วยที่สงสัยว่าอาจติดเชื้อไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009 ควรพบแพทย์เมื่อใด

ผู้ที่สงสัยว่าอาจติดเชื้อไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 และเป็นกลุ่มเสี่ยงในการเกิดโรคที่รุนแรงหรือเกิดภาวะแทรกซ้อน ควรปรึกษาแพทย์ตั้งแต่นั้นๆ

ผู้ป่วยที่มีอาการไข้สูงนานเกิน 2 วัน มีอาการไอมากหรือมีอาการเหนื่อยหอบ ควรปรึกษาแพทย์โดยเร็ว



ผู้ป่วยที่สงสัยว่าอาจติดเชื้อไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009 ควรปฏิบัติตนอย่างไร

ผู้ป่วยที่สงสัยว่าอาจติดเชื้อไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 แต่มีอาการไม่รุนแรง สามารถดูแลตนเองที่บ้านได้ การไปพบแพทย์ที่โรงพยาบาลโดยเฉพาะในช่วงที่มีการระบาดของโรคอาจเพิ่มความเสี่ยงในการรับเชื้อไข้หวัดใหญ่หรือเชื้อชนิดอื่นๆ เพิ่มเติม

ผู้ป่วยที่สงสัยว่าอาจติดเชื้อไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 ควรดูแลตนเองโดยพักผ่อนให้เพียงพอ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ดื่มน้ำมากๆ เช็ดตัวลดไข้ และใช้ยาเพื่อรักษาตามอาการ เช่น ยาแก้ปวดลดไข้พาราเซตามอล ยาคลายกล้ามเนื้อ ยารักษาหวัด (ยาลดน้ำมูก ยาแก้ไอขับเสมหะ) ควรหลีกเลี่ยงยาแก้ปวดลดไข้ในกลุ่มแอสไพริน

ผู้ป่วยที่สงสัยว่าอาจติดเชื้อไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 ควรหยุดเรียนหรือหยุดงานเพื่อป้องกันการแพร่เชื้อให้กับผู้คนในสังคม และเพื่อป้องกันการแพร่เชื้อให้กับสมาชิกในครอบครัวโดยเคร่งครัด ควรแยกนอน ปิดปากและจมูกด้วยกระดาษทิชชูทุกครั้งเมื่อไอจามหรือสวมด้วยหน้ากากอนามัยเมื่อต้องอยู่กับผู้อื่น และล้างมือบ่อยๆ



ไข้วัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009... กับการรักษาด้วยยาต้านไวรัส

เมื่อใดจึงต้องให้ยาต้านไวรัสในการรักษาผู้ป่วย ไข้วัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009

ผู้ป่วยไข้วัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 ส่วนใหญ่มีอาการไม่รุนแรงและหายได้เอง จึงไม่มีความจำเป็นต้องให้ยาต้านไวรัสไข้วัดใหญ่

โดยทั่วไปแนะนำให้ให้ยาต้านไวรัสไข้วัดใหญ่ทุกราย สำหรับผู้ป่วยไข้วัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 ที่เป็นผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยง ผู้ป่วยที่มีอาการของโรครุนแรง และผู้ป่วยที่มีภาวะแทรกซ้อนทุกรายโดยเร็วที่สุด ควรได้รับยาภายใน 2 วัน

การให้ยาต้านไวรัสไข้วัดใหญ่เกินความจำเป็นทำให้เกิดความสิ้นเปลือง เพิ่มความเสี่ยงจากอาการข้างเคียงของยาแม้จะพบได้น้อย และในอนาคตอาจทำให้เกิดเชื้อดื้อยาได้เพิ่มขึ้นซึ่งส่งผลให้ประสิทธิภาพของยาลดลง

ยาต้านไวรัสไข้วัดใหญ่มีข้อควรระวังอย่างไร

ยาโอเซลทามิเวียร์หรือที่รู้จักกันในชื่อการค้าว่า ทามิฟลู และจีพีโอ เอ ฟลู เป็นยาต้านไวรัสไข้วัดใหญ่ที่นิยมใช้และมีประสิทธิภาพสูงโดยเฉพาะถ้าให้ยากับผู้ป่วยเมื่อเริ่มมีอาการโดยเร็ว ยานี้เป็นยาชนิดรับประทาน โดยทั่วไปมักใช้นาน 5 วัน ผลข้างเคียงของยาที่พบบ่อยได้แก่ คลื่นไส้ อาเจียน พบเชื้อไข้วัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 ที่ติดต่อยาโอเซลทามิเวียร์น้อย ซึ่งแตกต่างจากเชื้อไข้วัดใหญ่ชนิดอื่นๆ ที่พบการดื้อยาเพิ่มขึ้นมาก

ยาซานามิเวียร์หรือที่รู้จักกันในชื่อการค้าว่า รีเลนซ่า อาจใช้เป็นยาเสริมในการรักษาผู้ป่วยไข้วัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 ที่มีอาการหนัก ให้ยาโอเซลทามิเวียร์ไม่ได้ผล หรือเกิดผลข้างเคียงหลังให้ยาโอเซลทามิเวียร์ ยาซานามิเวียร์เป็นยาผงที่ใช้สูดทางปาก ผลข้างเคียงของยาที่พบบ่อยได้แก่ ภาวะหลอดลมตีบ



ผู้ที่สัมผัสเชื้อไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009
ซึ่งยังไม่มีอาการใดๆ ควรได้รับยาต้านไวรัส
ไข้หวัดใหญ่หรือไม่ อย่างไร

ผู้ที่สัมผัสกับผู้ป่วยหรือผู้ที่สงสัยว่าเป็นไข้หวัดใหญ่
สายพันธุ์ใหม่ 2009 ควรได้รับการเฝ้าติดตามโดยใกล้ชิด
หากมีอาการที่เข้าได้กับอาการของผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่
สายพันธุ์ใหม่ 2009 จึงให้การรักษาตามแนวทางที่
เหมาะสม โดยทั่วไปไม่แนะนำให้ใช้ยาโอเซลทามิเวียร์ใน
เชิงป้องกันสำหรับผู้สัมผัสกับผู้ป่วยที่ยังไม่มีอาการใดๆ
ยกเว้นผู้ที่สัมผัสกับผู้ป่วยและเป็นกลุ่มเสี่ยงที่จะเกิดโรค
รุนแรงหรือเกิดภาวะแทรกซ้อน การใช้ยาต้านไวรัสไข้หวัด
ใหญ่อาจมีประโยชน์ในการป้องกันการเกิดโรคได้บ้าง



ไข้หวัดใหญ่
สายพันธุ์ใหม่ 2009...
แนวทางในการป้องกัน

ทำอย่างไรจึงจะสามารถป้องกันโรค ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 ได้

การป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่
2009 ทำได้ยาก เพราะเชื้อมีการแพร่ระบาดได้ง่ายและรวดเร็ว

มาตรการในการป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อไข้หวัดใหญ่สาย
พันธุ์ใหม่ 2009 ที่สำคัญคือ การล้างมือบ่อยๆ และการปิดปากปิดจมูก
เมื่อเป็นหวัดหรือเวลาไอจาม

ในช่วงที่มีการระบาดของเชื้อไข้หวัดใหญ่ ทุกคนควรล้างมือบ่อยๆ
เนื่องจากเชื้อไวรัสสามารถติดอยู่ตามอุปกรณ์ต่างๆ เช่น ลูกบิดประตู
ราวบันได การล้างมือด้วยแอลกอฮอล์เจลหรือเจลล้างมือต้องเสียค่า
ใช้จ่ายมากแต่สะดวกในการใช้ ส่วนการล้างมือด้วยน้ำและสบู่เป็นวิธี
การที่ประหยัดค่าใช้จ่าย แต่บางครั้งอาจไม่สะดวก รวมทั้งการล้างมือ
ควรปฏิบัติตามแนวทางที่เป็นมาตรฐานทั้งในแง่เทคนิค วิธีการในการ
ล้างมือ และระยะเวลาที่นานพอในการล้างมือ

ทุกคนควรรับผิดชอบต่อสังคมด้วยการปิดปากและจามเวลาไอ
จามหรือสวมหน้ากากอนามัย และผู้ป่วยที่เป็นหวัดควรป้องกันการแพร่
เชื้อโดยเคร่งครัด โดยไม่อยู่ใกล้ชิดกับคนอื่น หยุดงาน และหยุดเรียน

การล้างมือด้วยน้ำและสบู่ มีวิธีที่ถูกต้องอย่างไร และ ต้องล้างนานเท่าใด

การล้างมือด้วยน้ำและสบู่ควรล้าง
ให้นานพอและล้างให้ทั่วถึง ทั้งฝ่ามือ
หลังมือ ตามซอกและง่ามนิ้วทุกนิ้ว

การสวมหน้ากากอนามัย มีจุดมุ่งหมายอย่างไร และมีวิธีเลือกใช้อย่างไร

การสวมหน้ากากอนามัยมีเป้าหมายเพื่อ
ป้องกันการแพร่กระจายเชื้อจากผู้สวมใส่ใน
กรณีที่ป่วยเป็นไข้หวัดและมีอาการไอจาม ใน
ขณะเดียวกันก็มีประโยชน์สำหรับผู้ที่ยังไม่ป่วย
ในการลดการรับเชื้อจากผู้อื่น ดังนั้นในพื้นที่
ที่มีการระบาดมาก จึงแนะนำให้กลุ่มเสี่ยงป่วย
รุนแรงใช้เมื่อจำเป็นต้องเข้าไปในที่ชุมชน



เปลี่ยนความตื่นตระหนกให้กลายเป็นความตระหนักและความเข้าใจ
เราก็จะสามารถเรียนรู้ที่จะอยู่กับ
ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 ได้
อย่างปลอดภัยและเป็นสุข

วัคซีนไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 มีให้หรือยัง และมีความปลอดภัยแค่ไหน

วัคซีนไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009
เริ่มมีใช้ในประเทศไทยแล้ว ภาครัฐได้สั่งซื้อวัคซีน
มาใช้สำหรับบุคลากรทางการแพทย์และบุคคล
กลุ่มเสี่ยงป่วยรุนแรง โดยทั่วไปวัคซีนที่มีกระบวนการ
ผลิตเช่นเดียวกับวัคซีนไข้หวัดใหญ่ตาม
ฤดูกาล จึงน่าจะมีความปลอดภัยสูง แต่ต้อง
ติดตามอย่างใกล้ชิดหลังมีการใช้เพิ่มขึ้น

ไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009... อนาคตจะเป็นอย่างไร

“การแพร่ระบาดของไข้หวัดใหญ่
สายพันธุ์ใหม่ 2009 จะหยุดเมื่อใด
และโรคจะกลับมาใหม่หรือไม่

เป็นที่คาดหมายว่าไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์
ใหม่ 2009 จะมีการระบาดเป็นระลอกๆ และ
อาจกลายเป็นโรคประจำถิ่นในลักษณะของ
ไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาลต่อไป

ในอนาคตผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009
จะมีอาการของโรคและภาวะแทรกซ้อนอย่างไร
ผู้ป่วยจะเสียชีวิตมากขึ้นหรือน้อยลง

ผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 ในอนาคตไม่น่าจะ
มีความรุนแรงมากขึ้น การรู้จักโรคที่ดีขึ้นของแพทย์และผู้คน
ในสังคม พร้อมให้การรักษาอย่างเหมาะสม น่าจะทำให้อัตรา
เสียชีวิตของผู้ป่วยลดลง อย่างไรก็ตาม หากเชื้อไวรัสมีการ
ดื้อต่อยาต้านไวรัสอาจทำให้เกิดปัญหาในการรักษาผู้ป่วย
และอาจทำให้อัตราการเสียชีวิตของผู้ป่วยเพิ่มขึ้นได้

การรักษาผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009
ในอนาคตจะเปลี่ยนแปลงจากปัจจุบันหรือไม่
และผลการรักษาจะเป็นอย่างไร

ในอนาคตการรักษาผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009
น่าจะคงมีหลักการเช่นเดิมคือ

- 1 ผู้ป่วยที่สงสัยว่าอาจติดเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์
ใหม่ 2009 และไม่ในกลุ่มเสี่ยงอาจไม่จำเป็นต้อง
ตรวจพิสูจน์ทางห้องปฏิบัติการว่าติดเชื้อจริงหรือไม่
และสามารถดูแลรักษาตนเองที่บ้านได้ ยกเว้นมี
อาการรุนแรงหรือมีภาวะแทรกซ้อน ต้องรีบพบแพทย์
เพื่อพิจารณาให้ยาต้านไวรัสโอเซลทามิเวียร์ และอาจ
ต้องรับไว้รักษาภายในโรงพยาบาล
- 2 ผู้ป่วยที่สงสัยว่าอาจติดเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์
ใหม่ 2009 และอยู่ในกลุ่มเสี่ยงต้องรีบพบแพทย์และ
ควรตรวจพิสูจน์ทางห้องปฏิบัติการว่าติดเชื้อจริง
หรือไม่ ต้องรีบให้ยาต้านไวรัสโอเซลทามิเวียร์ และ
อาจต้องรับการรักษาในโรงพยาบาล



มูลนิธิ ส่งเสริมการศึกษา ไข้หวัดใหญ่



วัตถุประสงค์

เพื่อเป็นศูนย์กลางประสานงานและเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับไข้หวัดใหญ่ให้แก่บุคลากรทางการแพทย์และประชาชนทั่วไป ร่วมมือกับองค์กรทั้งภาครัฐและเอกชนในการแจ้งเตือนและป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่เพื่อดำเนินการ และร่วมมือกับองค์กรการกุศลเพื่อสาธารณประโยชน์โดยไม่ดำเนินการใดๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเมือง



หลักการและเหตุผล

ไข้หวัดใหญ่นับเป็นโรคที่อันตรายโรคหนึ่งที่มีการแพร่กระจายติดต่อกันได้อย่างง่ายดายและรวดเร็ว มีผลกระทบต่องูป่วยที่ต้องเจ็บป่วยทางร่างกายซึ่งจะต้องรักษาและพักผ่อนเป็นเวลาอย่างน้อย 1-2 สัปดาห์ และอาจเป็นอันตรายถึงชีวิตได้ในกลุ่มผู้ป่วยที่เป็นเด็ก ผู้สูงอายุ ผู้ที่มีโรคเรื้อรัง อีกทั้งก่อให้เกิดความสูญเสียทางเศรษฐกิจจากการหยุดงานและพักรักษาตัวเป็นเวลานาน

ในปัจจุบัน แพทย์ บุคลากรทางการแพทย์ และประชาชนทั่วไป ยังขาดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคไข้หวัดใหญ่อย่างถูกต้อง ทำให้พฤติการณ์ของโรคไข้หวัดใหญ่ในประเทศไทยในแต่ละปียังอยู่ในเกณฑ์สูง

การจัดตั้งมูลนิธิเกี่ยวกับไข้หวัดใหญ่จึงเป็นแนวทางหนึ่งซึ่งจะช่วยกระตุ้นให้แพทย์ บุคลากรทางการแพทย์ และประชาชนทั่วไป ได้ตระหนักถึงความสำคัญของโรคไข้หวัดใหญ่ และรณรงค์ให้ทุกคนรู้จักป้องกันตนเองไม่ให้ติดเชื้อไข้หวัดใหญ่ ซึ่งจะช่วยลดการเจ็บป่วยจากโรคไข้หวัดใหญ่ ลดการแพร่ระบาด และลดการสูญเสียทางเศรษฐกิจ อันจะเป็นประโยชน์ต่อประเทศชาติและสังคมโดยรวม



กิจกรรมของมูลนิธิส่งเสริม การศึกษาใช้หัวใจใหญ่

จัดประชุมใหญ่สามัญประจำปีอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง
จัดอบรมระยะสั้นทางวิชาการให้แก่แพทย์และ
บุคลากรทางการแพทย์ ตลอดจนจัดประชุมให้
ความรู้แก่ประชาชนทั่วไป เผยแพร่ข้อมูลข่าวสาร
เกี่ยวกับใช้หัวใจใหญ่ โดยผ่านทางสื่อต่างๆ เช่น
เอกสารแผ่นพับ หนังสือพิมพ์ วิทยุ และโทรทัศน์
ประสานงานในความร่วมมือทางด้านข้อมูล
ข่าวสาร และกิจกรรมระหว่างภาครัฐและเอกชน
ทั้งในและต่างประเทศ



ติดต่อ

มูลนิธิส่งเสริมการศึกษาใช้หัวใจใหญ่
เลขที่ 630 ซอยอาคารสงเคราะห์ (ซ. 23)
ถ. นวมินทร์ คลองจั่น บางกะปิ กรุงเทพฯ
โทร. 0-2703-2978
www.ift2004.org

บรรณานุกรม

ไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล

ชีษณุ พันธุ์เจริญ, ทวี โชติพิทยสุนนท์, ประเสริฐ ทองเจริญ. "ไข้หวัดใหญ่" โรคที่อาจร้ายกว่าที่คิด. กรุงเทพฯ: ธนาเพรส, 2552.

กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข และสำนักงานประกันสุขภาพแห่งชาติ. แนวทางการดำเนินงานโครงการให้วัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ พ.ศ. 2552. กรุงเทพฯ: องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, 2552.

จุไร วงศ์สวัสดิ์, ชีษณุ พันธุ์เจริญ, อูษา ทิสยากร. รับมืออย่างไรกับ... ไข้หวัดใหญ่. กรุงเทพฯ: ธนาเพรส, 2549.

ชีษณุ พันธุ์เจริญ, จรุงจิตร์ งามไพบูลย์. สื่อสารเพื่อความเข้าใจเรื่อง "วัคซีน". กรุงเทพฯ: ธนาเพรส, 2552.

ไข้หวัดนก

ประเสริฐ ทองเจริญ. สารพันปัญหาทุกคำถาม มีคำตอบ ไข้หวัดใหญ่ ไข้หวัดนก. กรุงเทพฯ: ประชาช่าง, 2547.

ภาวพันธ์ ภัทริกศล, ประเสริฐ เอื้อวรากุล. ไข้หวัดใหญ่ ไข้หวัดนก. กรุงเทพฯ: สมาคมไวรัสวิทยา, 2549.

ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009

กระทรวงสาธารณสุข. แนวทางปฏิบัติการดูแลผู้ป่วยที่ติดเชื้อหรืออาจติดเชื้อไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด A (H1N1). กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข, 2552.

คำแนะนำกระทรวงสาธารณสุข เรื่องไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิดเอ (เอช 1 เอ็น 1). ฉบับที่ 8. วันที่ 9 กรกฎาคม 2552.

คำแนะนำกระทรวงสาธารณสุข เรื่องไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ (เอช 1 เอ็น 1) 2009. ฉบับที่ 9. วันที่ 30 พฤศจิกายน 2552.

ชีษณุ พันธุ์เจริญ, ธันยวีร์ ภูธนกิจ, จรุงจิตร์ งามไพบูลย์. รับมืออย่างไรกับไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล ไข้หวัดนก และไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009. กรุงเทพฯ: ภาพพิมพ์, 2552.



QA

ไขปัญหา

๖๖ ไขหวัดใหญ่ ๙๙

โรคที่สร้างความสับสน
ในสังคม

สนับสนุนการจัดพิมพ์โดย
ศูนย์ความร่วมมือไทย-สหรัฐอเมริกา
สำหรับด้านสาธารณสุข

