

ทำความรู้จัก "ไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009"

นางอารีย์ แก้วเขียว

นักวิชาการสิ่งแวดล้อม ชำนาญการ

สำนักงานสิ่งแวดล้อมภาคที่ 6 นครบุรี

ไข้หวัดชนิดนี้ ได้ระบาดตั้งแต่เดือนมีนาคม พ.ศ. 2552 เดิมถูกเรียกว่า "ไข้หวัดหมู" ต่อมาจึงเปลี่ยนชื่อตามสถานที่แพร่ระบาดเริ่มแรกเป็น "ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ที่แพร่ระบาดในประเทศเม็กซิโก" และปัจจุบันองค์การอนามัยโลก (WHO) ได้ประกาศชื่อเรียกโรคนี้อย่างเป็นทางการว่า "ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 ชนิด A H1N1"

ไข้หวัดดังกล่าวเป็นไข้หวัดสายพันธุ์ใหม่จากเชื้อไวรัสชนิด A สายพันธุ์ H1N1 ที่มีสารพันธุกรรมของไวรัสของคน หมู และนกผสมกัน แต่มีความแตกต่างจากไข้หวัดดั้งเดิมที่พบในหมูที่เกิดขึ้นได้ตามฤดูกาล อีกทั้งลักษณะสายพันธุ์ ไม่คล้ายคลึงกับไข้หวัดใหญ่ในคน ไวรัสสายพันธุ์นี้เป็นการกลายพันธุ์ของเชื้อในตัวคน ไม่ใช่จากหมูสู่คน สาเหตุที่แพร่กระจายอย่างรวดเร็ว เนื่องจากคนไม่มีภูมิคุ้มกันโรคชนิดนี้ตามธรรมชาติ และวัคซีนสำหรับโรคนี้จะต้องใช้เวลาหลายเดือนในการพัฒนาขึ้นมา

การติดต่อโรคไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009

เชื้อไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009 มีการติดต่อเหมือนกับโรคไข้หวัดใหญ่ในคนทั่วไป และเชื้อจะมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา โดยระยะฟักเชื้อของไข้หวัดใหญ่ 2009 นั้นอยู่ที่ประมาณ 3-7 วัน หากผู้ป่วยได้รับเชื้อมากระยะฟักตัวก็จะเร็ว ซึ่งทั้งนี้จะขึ้นอยู่กับตัวผู้ป่วยด้วยว่าสุขภาพร่างกายแข็งแรงมากน้อยแค่ไหน

ทั้งนี้เชื้อโรคจะอยู่ในเสมหะ น้ำมูก น้ำลายของผู้ป่วย และสามารถแพร่กระจายไปยังผู้อื่นด้วยการไอ หรือจามรดกันในระยะใกล้ชิด รวมทั้งติดต่อกันทางลมหายใจ หากอยู่ในใกล้ชิดผู้ติดเชื้อ และสามารถติดต่อได้จากมือ หรือสิ่งของที่มีเชื้อปนเปื้อนอยู่ ทั้งนี้เชื้อโรคจะเข้าสู่ร่างกายทางจุกและตา เช่น การแคะจุก การขยี้ตา ซึ่งสามารถแพ้เชื้อได้ ตั้งแต่ผู้ติดเชื้อยังไม่ปรากฏอาการ หรือหลังจากปรากฏอาการไข้แล้ว



ขณะที่นักวิชาการขององค์การอนามัยโลก ระบุว่า ไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009 มีอัตราการแพร่ระบาดมากกว่าโรคซาร์ส และไข้หวัดนก แต่อัตราการเสียชีวิตมีน้อยกว่า คืออยู่ที่ร้อยละ 5-7 ขณะที่โรคไข้หวัดนกมีอัตราการเสียชีวิตสูงถึงร้อยละ 60

อาการของโรคไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009

เมื่อเชื้อไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009 เข้าสู่ร่างกายจะมีระยะฟักตัวประมาณ 1 สัปดาห์ ก่อนจะปรากฏอาการที่คล้ายกับผู้ป่วยโรคไข้หวัดใหญ่ธรรมดา แต่มีอาการรุนแรงกว่าและรวดเร็วกว่า นั่นคือ มีไข้สูงราว 38 องศาเซลเซียส ปวดเมื่อยตามร่างกาย ตามข้อ ไอ มีน้ำมูก มีเสมหะ ปอดบวม เบื่ออาหาร บางรายอาจท้องเสีย คลื่นไส้ อาเจียน จากนั้นเชื้อจะแพร่เข้าสู่กระแสโลหิต จึงทำให้เกิดเยื่อหุ้มสมองอักเสบ ผู้ป่วยจะมีการทรงตัวผิดปกติ เดินเอนไปเอนมาเหมือนคนเมาสุรา นอกจากนี้อาจสูญเสียการได้ยินจนถึงขั้นหูหนวกได้ และอาจเป็นอันตรายถึงชีวิตหากไม่ได้รับการรักษาอย่างทันที่

ระยะติดต่อ

ระยะติดต่อหมายถึงระยะเวลาที่เชื้อสามารถติดต่อไปยังผู้อื่น ระยะเวลาที่ติดต่อกันคือ 1 วันก่อนเกิดอาการ ห้าวันหลังจากมีอาการ ในเด็กอาจแพร่เชื้อ 6 วันก่อนมีอาการ และแพร่เชื้อได้ นาน 10 วัน

โรคแทรกซ้อนที่สำคัญ

ผู้ป่วยที่ติดเชื้อไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009 มีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคปอดอักเสบตามมา รวมถึงหัวใจวาย และอาจทำให้เกิดเยื่อหุ้มสมองอักเสบ ซึ่งโรคแทรกซ้อนนี้สามารถฆ่าชีวิตได้ หากผู้ติดเชื้อไข้หวัดใหญ่ อยู่ในกลุ่มเสี่ยง เช่น เด็กเล็ก, ผู้สูงอายุ และหญิงตั้งครรภ์ รวมถึงผู้ที่เป็โรคเบาหวาน และติดยาเสพติด เป็นต้น

ผู้ป่วยควรจะพบแพทย์เมื่อไร

ผู้ที่เดินทางกลับมาจากต่างประเทศ หรือมีประวัติสัมผัสกับผู้ที่ต้องสงสัยติดเชื้อไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009 แล้วพบว่าตัวเองมีไข้สูง 38.5 องศา มีไข้ยาวนานเกิน 7 วัน เจ็บหน้าอก ปวดท้อง อาเจียน มีจุดเลือดตามตัว ตาเหลือง เจ็บคอมาก มีเสมหะสีเขียวๆ เหลืองๆ ผิวสีม่วง หรือได้พยายามรักษาตัวเองแล้ว แต่ยังไม่หาย ควรไปพบแพทย์เพื่อตรวจร่างกาย ด้วยวิธี PCR ซึ่งการตรวจด้วยวิธีนี้สามารถหาเชื้อไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ได้ภายใน 24 ชั่วโมง และควรเข้ารับการรักษาในห้องตรวจพิเศษ Negative Pressure เพื่อป้องกันการกระจายของเชื้อไวรัสต่อไปยังผู้อื่น





การรักษาโรคไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009

องค์การอนามัยโลก ระบุว่า การฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่ ยังไม่สามารถป้องกัน และรักษาโรคไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009 นี้ได้ แต่จากผลการทดสอบในห้องทดลองทางวิทยาศาสตร์บ่งชี้ว่า ไวรัสสายพันธุ์ใหม่นี้ สามารถรักษาได้ด้วยยาปฏิชีวนะ คือ

1. "โอเซลทามิเวียร์" (ชื่อทางการค้าว่า ทามิฟลู) เป็นยาที่สามารถใช้ได้ตั้งแต่เด็กอ่อนถึงผู้ใหญ่ มีตัวยาทั้งที่เป็นเม็ดและเป็นน้ำ แต่มีผลข้างเคียง ที่พบบ่อยที่สุด คือ อาการคลื่นไส้ อาเจียน นอกจากนี้ในเด็กอาจมีอาการปวดท้อง เลือดกำเดาออก ปัญหาเรื่องหู และโรคตาแดง

2. "ซานามิเวียร์" (ชื่อทางการค้าว่า รีเลนซา) เป็นยาที่ใช้ได้เฉพาะในผู้ป่วยอายุมากกว่า 5 ปี และไม่แนะนำให้ใช้ในคนที่ เป็นโรคปอดเรื้อรัง เช่น โรคหืด หรือผู้ป่วยในสถานพยาบาล และผู้ที่มีอาการแพ้สารแลคโตส ตัวยามีลักษณะเป็นแบบชนิดพ่นเท่านั้น ผลข้างเคียงของยานี้คือ เพิ่มความเสี่ยงของการหายใจลำบาก ในเด็กวัยเล็กและวัยรุ่น อาจมีความเสี่ยงสูงขึ้นจากอาการชัก อาการสับสน ความประพฤตินิสิตผิดกติ ซึ่งอาจเกิดจากไข้หวัดใหญ่ในระยะแรก

ทั้งนี้ ยาทั้งสองชนิด สามารถป้องกันเชื้อไวรัสไม่ให้แตกตัว แต่ต้องรับประทานใน 48 ชั่วโมง เพราะมีโอกาสที่เชื้อไวรัสจะกลายพันธุ์ได้อีกในอนาคต อย่างไรก็ตาม องค์การอนามัยโลกกำลังเร่งผลิตวัคซีนเพื่อป้องกัน และรักษาโรคไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009 นี้ อยู่ ซึ่งยังคงต้องใช้เวลา อย่างน้อย 5-6 เดือน เพื่อให้ได้วัคซีนที่ใช้รักษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

การป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009

ปัจจุบันยังไม่มีวัคซีนใดๆ ที่ใช้ป้องกันเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 นี้ เนื่องจากการคิดค้นวัคซีนสำหรับไข้หวัดใหญ่จากไวรัสสายพันธุ์ใหม่ๆ จะต้องใช้เวลาในการศึกษา ค้นคว้าพอสมควร เพื่อให้แน่ใจว่าจะได้วัคซีนที่ใช้ได้ผล ซึ่งถ้าจะให้ได้วัคซีนที่สมบูรณ์ ก็ต้องใช้เวลาอย่างน้อยห้าถึงหกเดือน ดังนั้น การปฏิบัติตัวเบื้องต้นที่จะช่วยหลีกเลี่ยงและป้องกันสุขภาพจากการได้รับเชื้อ คือ

- หลีกเลี่ยงการอยู่ใกล้ชิดกับผู้ที่มีอาการไข้ และมีอาการไอหรือจาม หรือใช้หน้ากากอนามัยปิดจมูกและปากไว้
- หมั่นล้างมือด้วยน้ำสะอาดและสบู่บ่อยๆ และล้างให้ทั่วถึง
- รักษาสุขภาพให้เป็นนิสัยด้วยการนอนพักผ่อนให้เพียงพอ
- รับประทานอาหารที่มีสารอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย
- ออกกำลังกายเป็นประจำ



ถ้าคุณได้รับเชื้อไข้หวัดที่ไม่ทราบว่าเป็นไข้หวัดสายพันธุ์ใดจะต้องทำอะไร?

- พักผ่อนอยู่ในบ้าน โดยไม่ควรออกไปทำงาน ไปโรงเรียน หรือไปในที่ชุมชน
- พักผ่อนและดื่มน้ำให้มากๆ
- ใช้กระดาษทิชชูปิดปากและจมูกเมื่อคุณไอหรือจาม และทิ้งทิชชูในถังขยะที่ปิดมิดชิด
- หมั่นล้างมือด้วยน้ำสะอาด และสบู่บ่อยๆ และล้างให้สะอาดทั่วถึง
- หากมีอาการไข้สูงหลายวันและยังไม่หาย ควรรีบไปพบแพทย์



วัคซีนโรคไข้หวัดใหญ่

วัคซีนสำหรับรักษาโรคไข้หวัดใหญ่ อาจไม่สามารถป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ได้ แต่ก็ป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ ที่จะเกิดขึ้นตามฤดูกาลได้ ซึ่งอาจจะช่วยป้องกันไม่ให้ไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล ผสมกับไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ จนกลายเป็นพันธุ์ที่รุนแรงมากกว่าเดิม

ทั้งนี้วัคซีนไข้หวัดใหญ่เป็นวัคซีนชนิดฉีด และเป็นวัคซีนเชื้อตาย จำนวน 3 สายพันธุ์ คือ ชนิดเอ 2 สายพันธุ์ และชนิดบี 1 สายพันธุ์ ทุกปีจะมีการผลิตวัคซีนไข้หวัดใหญ่ขึ้นมาใหม่ โดยองค์การอนามัยโลก จะคาดเดาว่า ในปีนั้นจะมีเชื้อไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใดระบาด และแยกผลิตเป็นสองสูตร สำหรับประเทศในซีกโลกเหนือ และประเทศในซีกโลกใต้

วัคซีนโรคไข้หวัดใหญ่นี้ สามารถฉีดได้ในเด็ก ตั้งแต่อายุ 6 เดือนขึ้นไป โดยฉีดเข้ากล้ามเนื้อ สำหรับเด็กที่อายุน้อยกว่า 9 ปี หากไม่เคยฉีดวัคซีนมาก่อนในปีแรก ให้ฉีด 2 เข็ม โดยห่างกัน 1 เดือน จากนั้นให้ฉีด 1 เข็ม ในแต่ละปี หากเป็นเด็กโตหรือผู้ใหญ่ ให้ฉีดวัคซีนปีละครั้ง

โดยทั่วไปการฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่สามารถป้องกันโรคได้ร้อยละ 60-90 หรือหากเป็นขึ้นมา อาการของโรคก็จะไม่รุนแรงนัก ทั้งนี้หลังจากฉีดวัคซีนแล้ว อาจมีอาการปวดบวมแดงเฉพาะที่ หรืออาจมีไข้หรือปวดเมื่อยตามตัว นาน 1-2 วัน

แม้ว่าโรคไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009 จะมีอัตราการเสียชีวิตของผู้ติดเชื้อไม่มากนัก และผู้ติดเชื้อในประเทศไทยจะได้รับการรักษาจนหายแล้วก็ตาม แต่อย่างไรเราก็ควรต้องติดตามข่าวสารอย่างใกล้ชิด เพื่อสามารถเตรียมการป้องกัน และเฝ้าระวังได้อย่างถูกต้อง ซึ่งวิธีการป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009 ที่ดีที่สุด ก็คือการรักษาสุขภาพให้แข็งแรง และล้างมือบ่อยๆ เพื่อกำจัดเชื้อโรคออกไปนั่นเอง

ระดับการเตือนภัยขององค์การอนามัยโลก (WHO) อันเนื่องมาจากการระบาดของเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่

องค์การอนามัยโลกได้แบ่งระดับการเตือนภัยการระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่ออกเป็นหกระดับตามสถานการณ์ความรุนแรงที่ปรากฏ โดยทั้งหกระดับนี้อาจแบ่งได้เป็นสามช่วง คือ ช่วงแรก ระดับ 1-3 เป็นช่วงการเตรียมความพร้อมเพื่อวางแผนการปฏิบัติงาน ช่วงที่สอง ระดับ 4-6 เป็นช่วงลงมือปฏิบัติงาน และช่วงที่สาม เป็นช่วงหลังเกิดเหตุการณ์การระบาดของโรคสูงสุด โดยรายละเอียดการเตือนภัยแต่ละระดับเป็นดังนี้

ระดับ 1 ไม่พบเชื้อไวรัสของสัตว์ติดต่อมาสู่คน

ระดับ 2 พบเชื้อไวรัสระบาดในสัตว์และมีโอกาสจะติดต่อมาสู่คน

ระดับ 3 พบเชื้อไวรัสในสัตว์ หรือเชื้อไวรัสที่ผสมกันของสัตว์และคน ติดต่อจากสัตว์สู่คนหรืออาจติดต่อจากคนสู่คน เช่น คนที่เป็นโรคแพร์เชื้อแก่ผู้ช่วยที่ดูแลใกล้ชิด แต่เกิดขึ้นในวงจำกัด ไม่ขยายเป็นโรคระบาดสู่ชุมชน

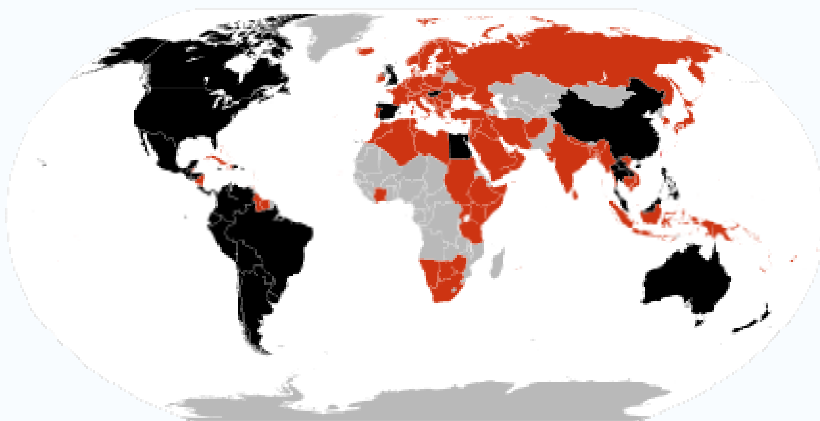
ระดับ 4 เชื้อไวรัสติดต่อจากคนสู่คน และแพร่ระบาดเป็นวงกว้างในระดับชุมชน




ระดับ 5 เชื้อไวรัสติดต่อจากคนสู่คน และแพร่ระบาดไปอย่างน้อยสองประเทศในภูมิภาคเดียวกัน

ระดับ 6 เชื้อไวรัสติดต่อจากคนสู่คน และแพร่ระบาดไปยังต่างภูมิภาคกันอย่างน้อยหนึ่งประเทศ หรือ แพร่ระบาดไปทั่วโลก

ระดับการระบาด

ระดับการระบาดของเชื้อโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ในปัจจุบันอยู่ในระดับ 6 (ระบาดทั่วโลก) และ 138 ประเทศที่มีผู้ติดเชื้อ จำนวนรวมกว่า 113,148 คน (ข้อมูล ณ วันที่ 13/07/52)



-  คือ ประเทศที่มีการระบาดซึ่งมีการรับรองอย่างเป็นทางการแล้ว และมีผู้เสียชีวิต
-  คือ ประเทศที่มีการระบาดซึ่งมีการรับรองอย่างเป็นทางการแล้ว
-  คือ ประเทศที่มีการระบาดตามที่ยังไม่มีการรับรอง

ที่มา :

<http://www.vcharkarn.com/varticle/38631>

<http://th.wikipedia.org>

<http://hilight.kapook.com/view/36397>



กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ