

ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่

เป็นโรคที่แพร่ติดต่อระหว่างคนสู่คน พบที่ประเทศเม็กซิโก และสหรัฐอเมริกาแล้วแพร่ไปยังอีกหลายประเทศทั่วโลก

เชื้อสาเหตุ

เกิดจากเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด **เอ เอชเอ็น1 (A/H1N1)** เป็นเชื้อตัวใหม่ที่ไม่เคยพบมาก่อน เกิดจากการผสมสารพันธุกรรมระหว่างเชื้อ ไข้หวัดใหญ่ของ คน สุนัข และนก

การแพร่ติดต่อ

การแพร่ติดต่อจากคนหนึ่งไปยังอีกคนหนึ่ง เกิดขึ้นได้ง่าย เกิดจากการถูกผู้ป่วยไอจามรดโดยตรง หรือหายใจเอาฝอยละอองเสมหะ น้ำมูก น้ำลายในระยะ 1 เมตร เนื่องจากเชื้อไวรัสอยู่ในเสมหะ น้ำมูก น้ำลาย แต่บางรายอาจได้รับเชื้อทางอ้อมผ่านทางมือหรือสิ่งของ เครื่องใช้ที่ปนเปื้อนเชื้อ เช่น แก้วน้ำ ลูกบิดประตู โทรศัพท์ ผ้าเช็ดมือ เป็นต้น เชื้อจะเข้าสู่ร่างกายทางจมูก ตา ปาก ผู้ป่วยอาจเริ่มแพร่เชื้อ ได้ตั้งแต่ 1 วันก่อนป่วย ช่วง 3 วัน แรกจะแพร่เชื้อได้มากที่สุด ระยะแพร่เชื้อมักไม่เกิน 7 วัน

อาการป่วย

ผู้ป่วยส่วนใหญ่จะเริ่มมีอาการหลังจากได้รับเชื้อไวรัส 1-3 วัน น้อยรายที่นานถึง 7 วัน อาการป่วยใกล้เคียงกันกับโรคไข้หวัดใหญ่ที่เกิดขึ้นทั่วไป เช่น มีไข้ ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ อ่อนเพลีย ไอ เจ็บคอ อาจมีอาการเบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน หรือท้องเสียด้วย ผู้ป่วยส่วนใหญ่มีอาการไม่รุนแรง หายป่วยได้โดยไม่ต้องนอนรักษาในโรงพยาบาล อาการจะทุเลาและหายป่วยภายใน 5-7 วัน แต่บางรายที่มีอาการปอดอักเสบรุนแรง จะมีอาการหายใจเร็ว เหนื่อย หอบ หายใจลำบาก ซึ่งอาจทำให้เสียชีวิตได้

การรักษา

ผู้ป่วยที่มีอาการรุนแรงต้องรีบไปโรงพยาบาลทันทีแพทย์จะพิจารณาให้ยาต้านไวรัสคือ **ยาโอลเซลทามิเวียร์ (oseltamivir)** เป็นยาชนิดกิน หากผู้ป่วยได้รับยาภายใน 2 วัน หลังเริ่มป่วย จะให้ผลการรักษาดี

ผู้ป่วยที่อาการไม่มาก เช่น ไข้ต่ำ ๆ ตัวไม่ร้อนจัดและยังรับประทานได้ อาจไปพบแพทย์ที่คลินิก หรือขอรับยาและคำแนะนำจากเภสัชกรใกล้บ้าน และดูแลรักษาที่บ้าน ได้โดย

- รับประทานยารักษาตามอาการ เช่น ยาลดไข้ พาราเซตามอล ยาละลายเสมหะ วิตามิน เป็นต้น และเช็ดตัวลดไข้เป็นระยะด้วยน้ำสะอาดไม่เย็น
- ดื่มน้ำสะอาดและน้ำผลไม้ไม่มาก ๆ งดดื่มน้ำเย็น
- พยายามรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ให้ได้มากพอเพียง เช่น โจ๊ก ข้าวต้ม ไข่ ผัก ผลไม้ เป็นต้น
- ไม่จำเป็นต้องรับประทานยาปฏิชีวนะ ยกเว้นติดเชื้อแบคทีเรียแทรกซ้อน ซึ่งต้องรับประทานยาจนหมด แพทย์สั่ง เพื่อป้องกันไม่ให้เชื้อดื้อยา
- ให้อ่อนหลับพักผ่อนให้เพียงพอในห้องที่มีอากาศถ่ายเทดี

การป้องกันไม่ให้ติดเชื้อ



- หลีกเลี่ยงการคลุกคลีกับผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่
- หากต้องดูแลผู้ป่วยควรสวมหน้ากากอนามัย และให้ผู้ป่วยสวมหน้ากากอนามัยด้วย หลังดูแลผู้ป่วยทุกครั้ง ควรล้างมือด้วยน้ำ และสบู่ให้สะอาดทันที
- ไม่ใช่แก้วน้ำ หลอดดูดน้ำ ช้อนอาหารผ้าเช็ดมือ ผ้าเช็ดหน้าร่วมกับผู้อื่น โดยเฉพาะผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่
- ใช้ช้อนกลางทุกครั้ง เมื่อรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่น
- หมั่นล้างมือบ่อยๆ ด้วยน้ำและสบู่ หรือ เจลแอลกอฮอล์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งหลัง ไอ จาม
- รักษาสุขภาพให้แข็งแรง โดยรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ รวมทั้งไข่ นม ผัก และผลไม้ ดื่มน้ำสะอาดและนอนหลับพักผ่อนให้พอเพียง ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ หลีกเลี่ยงบุหรี่และสุรา

“กินร้อน ใช้ช้อนกลาง ล้างมือ”



การป้องกันไม่ให้แพร่เชื้อ

- หากป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่ ควรหยุดงาน หยุดเรียน เป็นเวลา 3-7 วัน ซึ่งจะช่วยลดการแพร่ระบาดได้มาก
- หลีกเลี่ยงการคลุกคลีใกล้ชิดกับผู้อื่น
- ล้างมือเมื่อสัมผัสบุคคลหรือวัตถุที่สงสัย
- สวมหน้ากากอนามัย เมื่ออยู่กับผู้อื่น
- หรือใช้ทิชชูปิดจมูกปากทุกครั้ง ไอจาม ทิ้งทิชชูลงในถังขยะที่มีฝาปิด แล้วล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำและสบู่



ขอคำแนะนำหรือติดตามข้อมูล เพิ่มเติมที่

โรงพยาบาลร้อยเอ็ด-ชนบุรี

โรงพยาบาลที่ใกล้บ้าน

ศูนย์ปฏิบัติการ กรมควบคุมโรค

โทร. 02-5903333

[http:// beid .ddc.moph .go.th](http://beid.ddc.moph.go.th)

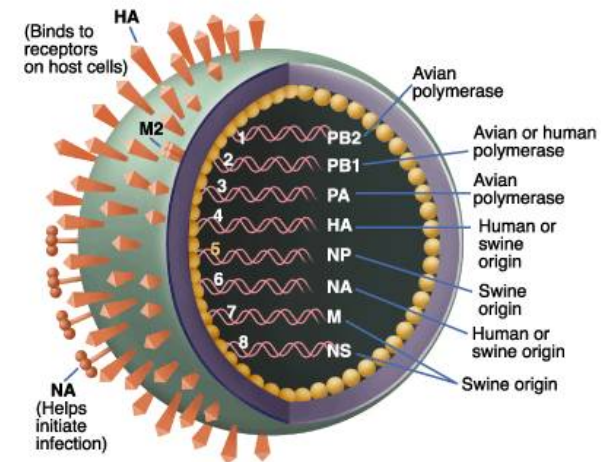
www.vcharkarn.com/varticle/38748

สำนักงานโรคติดต่ออุบัติใหม่ กรมควบคุมโรค

กระทรวงสาธารณสุข

ไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล

สายพันธุ์ใหม่



โรงพยาบาลร้อยเอ็ด-ชนบุรี

โทร. 0-4352-7191-9 โทรสาร. 0-4352-7208-9

คุณภาพมาตรฐาน บริการประทับใจ

เจ็บป่วย ถูกเงิน บริการตลอด 24 ชั่วโมง