

อย. เตือน เข้าหนาว ระวังไข้หวัดใหญ่ระบาด



ถึงแม้การระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่จะมีจำนวนลดน้อยลง แต่การเฝ้าระวังยังคงมีอยู่อย่างต่อเนื่อง ซึ่งกระทรวงสาธารณสุขได้จัดให้มีการฉีดวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาลรวม 3 สายพันธุ์ ฉีดให้ 7 กลุ่มเสี่ยงไปแล้ว 1,837,000 โดส คิดเป็นร้อยละ 87 และสำหรับวัคซีนไข้หวัดใหญ่ชุดใหม่มีการสั่งเพิ่มอีก 210,000 โดส ทางกระทรวงสาธารณสุขคาดว่าจะสามารถดำเนินการฉีดวัคซีนได้ตามเป้าหมายภายในระยะเวลาตามที่กำหนด เพราะการระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่นั้นจะระบาดในช่วงเดือนตุลาคม – กุมภาพันธ์ ซึ่งเป็นช่วงหน้าหนาว ซึ่งวิธีการติดต่อเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่จะติดต่อกันทางระบบหายใจ โดยจะได้รับเชื้อที่ออกมาปนเปื้อนอยู่ในอากาศเมื่อผู้ป่วยไอ จาม หรือพูด ในพื้นที่ที่มีคนอยู่รวมกันหนาแน่น เช่น โรงเรียน โรงงาน การแพร่เชื้อจะเกิดได้มาก นอกจากนี้การแพร่เชื้ออาจเกิดโดยการสัมผัสฝอยละอองน้ำมูก น้ำลายของผู้ป่วย จากมือที่สัมผัสฝอยละอองน้ำมูก น้ำลายของผู้ป่วย จากมือที่สัมผัสพื้นผิวที่มีเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่ แล้วใช้มือสัมผัสที่จมูกและปาก

ส่วนอาการของผู้ที่ป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่ อาการจะเริ่มหลังได้รับเชื้อ 1-4 วัน ผู้ป่วยจะมีไข้แบบทันทีทันใด ประมาณ 38 องศาเซลเซียสในผู้ใหญ่ ส่วนเด็กมักจะสูงกว่านี้ มีอาการปวดหัว หนาวสั่น ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ อ่อนเพลียมาก และอาจพบอาการคัดจมูก เจ็บคอ ถ้าป่วยเป็นระยะเวลานาน อาจจะมีอาการไอจากหลอดลมอักเสบ อาการจะรุนแรงและป่วยนานกว่าไข้หวัดธรรมดา ผู้ป่วยส่วนใหญ่จะหายเป็นปกติภายใน 1-2 สัปดาห์ แต่มีบางรายที่มีอาการรุนแรง เนื่องจากมีภาวะแทรกซ้อนที่สำคัญคือ ปอดบวม ซึ่งอาจทำให้เสียชีวิตได้ ผู้ที่เสี่ยงสูงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนหรือเสียชีวิตได้แก่

- หญิงตั้งครรภ์อายุครรภ์เกินกว่า 7 เดือน
- ประชาชนที่อ้วนน้ำหนักตัวมากกว่า 100 กิโลกรัม
- ผู้พิการทางสมอง

- ประชาชนอายุ 6 เดือนขึ้นไปที่มีโรคเรื้อรัง 10 โรค
- ผู้สูงอายุเกินกว่า 65 ปีขึ้นไป
- เด็กอายุตั้งแต่ 6 เดือน ถึง 2 ปี
- บุคลากรทางสาธารณสุขและผู้มีหน้าที่กำจัดซากสัตว์ปีกที่ยังไม่ได้ฉีดวัคซีน

สำหรับการรักษา ผู้ป่วยที่มีอาการเล็กน้อย เช่น มีอาการไอ มีน้ำมูก หรือมีไข้ต่ำ ๆ และรับประทานอาหารได้ อาจไปพบแพทย์ที่คลินิก หรือขอรับยาและคำแนะนำจากเภสัชกรใกล้บ้าน และสามารถดูแลรักษาที่บ้านได้โดยไม่ต้องไปโรงพยาบาล และควรทำความเข้าใจกับโรคนี้ เพื่อป้องกันไม่ให้แพร่เชื้อให้คนรอบข้าง และสามารถดำเนินวิถีชีวิตได้ตามปกติ ผู้ป่วยที่มีอาการรุนแรง หรือผู้ที่มีความเสี่ยงดังกล่าวควรรีบไปโรงพยาบาลทันที ซึ่งแพทย์จะพิจารณาให้การรักษาอย่างเหมาะสม รวมทั้งยาต้านไวรัส คือ ยาโอลเซลทามิเวียร์ (oseltamivir) ซึ่งเป็นยาชนิดกิน หากผู้ป่วยได้รับยาภายใน 2 วันหลังเริ่มป่วย จะให้ผลการรักษาดี และเพื่อเป็นการป้องกันไม่ให้เชื้อแพร่กระจาย ผู้ที่ป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่ควรหยุดเรียน หยุดงาน จนกว่าจะหายเป็นปกติ และหลีกเลี่ยงการคลุกคลีใกล้ชิด หรือใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่น ใช้กระดาษทิชชู ผ้าเช็ดหน้า ปิดปาก และจมูกทุกครั้ง ไอ จาม ล้างมือบ่อย ๆ ด้วยน้ำและสบู่ หรือใช้แอลกอฮอล์เจลทำความสะอาดมือและสวมหน้ากากอนามัยเมื่อจำเป็นต้องอยู่กับผู้อื่น