

โรคไข้เลือดออกกระบาด - สาเหตุ อาการ ระวัง ป้องกัน รู้ทันยุงลาย
เกร็ดความรู้เรื่องไข้เลือดออก



โรคไข้เลือดออก เป็นโรคที่แพร่ระบาดในฤดูฝนพบได้ทั้งในเด็กและผู้ใหญ่ เกิดจากเชื้อไวรัสโดยมียุงลายเป็นพาหะนำโรค เมื่อยุงลายที่มีเชื้อไวรัสกัดคน จะถ่ายทอดเชื้อให้คนทำให้เกิดอาการ ผู้ป่วยที่มีอาการรุนแรงจะมีการช็อค ซึ่งถ้าไม่ได้รับการรักษาที่ถูกต้องและทันเวลาอาจเสียชีวิตได้ โดยมีอาการเลือดออกตามมา เป็นโรคอันตรายที่เป็นปัญหาทางสาธารณสุขในพื้นที่ประเทศเขต ร้อนชื้น โดยมียุงลายเป็นพาหะนำโรค เพื่อให้เกิดความ “ตระหนัก” ถึงความสำคัญของโรค การให้ความรู้และความเข้าใจที่ถูกต้อง จะมีส่วนช่วยให้ผู้ป่วยที่สงสัยว่า

จะเป็นไข้เลือดออกและผู้ดูแลรู้จักวิธีการดูแลรักษาเบื้องต้นที่บ้าน รู้สัญญาณอันตราย ซึ่งต้องรีบนำผู้ป่วยไปพบแพทย์ ตลอดจนรู้แนวทาง และช่วยเหลือกันในการป้องกันไม่ให้เกิดโรค

ข้อมูลจากระบบรายงานการเฝ้าระวังโรค ๕๐๖ สำนักระบาดวิทยา รายงานถึงสถานการณ์โรคไข้เลือดออกในปี พ.ศ.๒๕๕๙ ณ วันที่ ๒๐ ธันวาคม ๒๕๕๙ พบผู้ป่วยโรคไข้เลือดออก (Dengue fever: DF, Dengue haemorrhagic fever: DHF, Dengue shock syndrome: DSS) สะสมรวม ๖๐,๙๖๔ ราย อัตราป่วย ๙๓.๑๘ : แสนคน จำนวนผู้ป่วยลดร้อยละ ๕๗.๓๖ เมื่อเทียบกับปี พ.ศ. ๒๕๕๘ ณ ช่วงเวลาเดียวกัน ผู้ป่วยเสียชีวิต ๖๐ ราย อัตราป่วยตาย เท่ากับ ร้อยละ ๐.๑๐ จะเห็นได้ว่าคนมีการระวังและป้องกันอันตรายจากยุงลายที่เป็นพาหะนำโรคไข้เลือดออกกันมากขึ้น แต่ก็ยังต้องเฝ้าระวังกันอย่างใกล้ชิด เพราะไข้เลือดออกไม่มีทางรักษา และทำให้เสียชีวิตได้ หากไม่รู้จักรักษาเบื้องต้น

สาเหตุ

เกิดจากการติดเชื้อ ไวรัสเดงกี โดยมี ๔ ชนิดคือ เดงกี-๑, เดงกี-๒, เดงกี-๓ และเดงกี-๔ ทำให้คนเรามีโอกาสที่จะป่วยจากโรคไข้เลือดออกได้หลายครั้ง มีพาหะนำโรคที่สำคัญคือ ยุงลาย เมื่อยุงลายที่มีเชื้อไวรัสเดงกี กัด จะส่งเชื้อให้คน ทำให้เกิดการติดเชื้อตามมา ยุงลายมักออกหากินตอนกลางวัน และวางไข่ในน้ำสะอาดที่ขังนิ่ง

อาการ

แบ่งเป็น ๓ ระยะได้แก่ ระยะไข้ ระยะวิกฤต และระยะพักฟื้น อาการที่สำคัญในระยะไข้

๑. ระยะไข้

คือ อาการไข้สูงลอยประมาณ ๓๙ - ๔๐°C นาน ๒-๗ วัน มักมีหน้าแดง ปวดศีรษะ ปวดตา ปวดเมื่อยตามตัว ปวดกระดูก คลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร ปวดท้อง และอาจมีภาวะเลือดออกร่วมด้วย โดยอาการของผู้ป่วยไข้เลือดออกส่วนใหญ่ จะไม่ปรากฏพร้อมๆ กัน จึงต้องเฝ้าติดตามเป็นระยะๆ

๒. ระยะวิกฤต

เมื่อผู้ป่วย มีอาการอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น มีอาการเพลีย ซึม ไม่ดื่มน้ำ ไม่รับประทานอาหาร ไม่มีกิจกรรมตามปกติ เมื่อไข้ลง (บางรายจะกระหายน้ำมาก) อาเจียน ปวดท้องมาก เลือดออกผิดปกติ มีอาการช็อก (IMPENDING SHOCK) คือมือเท้าเย็น กระสับกระส่าย ร้องกวนมากในเด็กเล็ก ตัวเย็น เหงื่อออก ตัวลาย สีผิวคล้ำลง ปัสสาวะน้อยลง หรือไม่ปัสสาวะ ๔-๖ ชม. ความประหลาดเปลี่ยนแปลง เช่น พูดไม่รู้เรื่อง เพ้อ เอะอะไวยวาย เป็นระยะอันตรายของโรค เข้าสู่ระยะช็อก แม้อยู่ในภาวะช็อก ผู้ป่วยจะมีสติ พูดไม่รู้เรื่อง ต้องรีบนำส่งโรงพยาบาลที่ใกล้ที่สุดทันที และกระตุ้นให้ผู้ป่วยดื่มน้ำเกลือแร่หรือน้ำผลไม้ใส่เกลือเล็กน้อย โดยให้จิบครั้งละน้อยๆ บ่อยๆ ไม่ควรดื่มแต่น้ำเปล่าอย่างเดียว

ภาวะช็อกส่วนใหญ่เกิดจากการรั่วของพลาสมาออกนอกหลอดเลือด ทำให้ความเข้มข้นของเลือดเพิ่มขึ้น และบางรายอาจถึงขั้นมีความดันโลหิตต่ำหรือที่เรียกว่าช็อกตามมา นอกจากนั้นภาวะช็อกอาจเกิดจากการที่เลือดออกในอวัยวะสำคัญได้แก่ เลือดออกในกระเพาะอาหาร ประจำเดือนมามากกว่าปกติ และเลือดออกจากแผลผ่าตัดใน

ผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัด ภาวะช็อก อาจทำให้เกิดภาวะล้มเหลวของอวัยวะต่างๆ โดยเฉพาะไตและตับ ซึ่งส่งผลรุนแรงถึงขั้นทำให้ผู้ป่วยเสียชีวิตได้

๓. ระยะพักฟื้น

กรณีผู้ป่วยรับการรักษาแล้วแพทย์ให้กลับบ้านได้ ควรดูแลและปฏิบัติตนต่อไปคือไม่ควรให้ถูกยุงกัดภายใน ๕ วันแรกของโรค เพราะผู้ป่วยยังมีไวรัสอยู่ในเลือดทำให้แพร่เชื้อไปให้คนอื่นได้ หากมีคนในบ้านมีไข้สูง ให้พามาตรวจ ควรเฝ้าสังเกตอาการอย่างใกล้ชิด ระวังระวังภาวะเลือดออกต่อไปอีกประมาณ ๑ สัปดาห์ ควรหลีกเลี่ยงการเคาะ ฆนุก การแปรงฟัน การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาที่มีความรุนแรงหากมีอาการผิดปกติควรรีบพามาพบแพทย์ทันที ให้ยาลดไข้พาราเซตามอล ควรหลีกเลี่ยงยาแอสไพริน หรือ ยากลุ่ม NSAID เช่น ไอบูโพรเฟน เนื่องจากทำให้เกิดเลือดออกทางเดินอาหารมากขึ้น หรือมีผลต่อดับได้ แนะนำให้

การรักษา

ในปัจจุบันยังไม่มีวิธีการรักษาโรคไข้เลือดออก มีเพียงรักษาตามอาการเท่านั้น ดังนั้นการป้องกัน กำจัดลูกน้ำ ภาชนะใส่น้ำภายในบ้านควรปิดฝาให้มิดชิด และอีกวิธีหนึ่งคือ การฉีดวัคซีนป้องกันไข้เลือดออก ซึ่งในตอนนี้วัคซีนป้องกันไข้เลือดออกตัวแรกของโลก ได้เข้าสู่ประเทศไทยแล้วซึ่งวัคซีนนี้สามารถใช้ได้ในเด็กอายุตั้งแต่ ๙ ปีถึง ๔๕ ปี และพบว่านอกจากจะสามารถป้องกันโรคไข้เลือดออกได้แล้วยังสามารถลดการเกิดไข้เลือดออกชนิดรุนแรงได้ถึง ๙๓.๒% และสามารถลดการนอนโรงพยาบาลโรคไข้เลือดออกได้ ๘๐.๘%

ยังไม่มียาต้านไวรัส เป็นการรักษาตามอาการให้เช็ดตัวด้วยน้ำธรรมดาเวลามีไข้ เช็ดนาน ๑๐-๑๕ นาที กินยาลดไข้พาราเซตามอลได้ เมื่อมีไข้ โดยให้ห่างกัน ไม่น้อยกว่า ๔-๖ ชม. งดแอสไพรินเด็ดขาด ดื่มน้ำมากๆ ให้อาหารอ่อน ย่อยง่าย งดอาหารที่มีสีแดง ดำ และน้ำตาล ติดตามอาการอันตราย และไปพบแพทย์ตามนัด โดยเฉพาะในระยะไข้ลงที่ผู้ป่วยยังไม่สามารถทำกิจกรรมตามปกติได้ หรืออาการยังไม่ดีขึ้นเหมือนปกติ

กรณีผู้ป่วยรับการรักษาแล้วแพทย์ให้กลับบ้านได้ ควรดูแลและปฏิบัติตนต่อไปนี้

ผู้ป่วยที่เป็นไข้เลือดออกไม่ควรให้ถูกยุงกัดภายใน ๕ วันแรกของโรค เพราะผู้ป่วยยังมีไวรัสอยู่ในเลือดทำให้แพร่เชื้อไปให้คนอื่นได้ หากมีคนในบ้านมีไข้สูง ให้พามาตรวจควรเฝ้าสังเกตอาการอย่างใกล้ชิด หากมีอาการผิดปกติ ควรรีบพามาพบแพทย์ทันที ให้ยาลดไข้พาราเซตามอล ควรหลีกเลี่ยงยาแอสไพริน หรือ ยากลุ่ม NSAID เช่น ไอบูโพรเฟน เนื่องจากทำให้เกิดเลือดออกทางเดินอาหารมากขึ้น หรือมีผลต่อดับได้ กำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลายทั้งที่บ้าน ที่ทำงาน และที่โรงเรียน

การป้องกัน

ควรรอนอนในมุ้ง หรือในห้องติดมุ้งลวดที่ปลอดภัย ไม่เล่นในมูมมิด หรือบริเวณที่ไม่มีลมพัดผ่านห้องเรียน หรือห้องทำงานควรมีแสงสว่างทั่วถึง มีลมพัดผ่าน ไม่มีแหล่งเพาะพันธุ์ยุง เช่น แจกันดอกไม้ควรเปลี่ยนน้ำทุกวัน พืชต่างควรปลูกในดินกำจัดยุงในบริเวณมุมอับภายในบ้าน ตู้เสื้อผ้า บริเวณรอบ ๆ บ้าน ทุกสัปดาห์กำจัดลูกน้ำ ภาชนะใส่น้ำภายในบ้านปิดฝาให้มิดชิด ถ้าไม่สามารถปิดได้ ให้ใส่ทรายอะเบทหรือใส่ปลาหางนกยูง จานรองขาตู้กับข้าว จานรองกระถางต้นไม้ ใส่เกลือหรือน้ำส้มสายชูหรือผงซักฟอก สัปดาห์ละครั้ง วัสดุที่เหลือใช้รอบ ๆ บ้าน เช่น กระป๋อง กะลา ยางรถยนต์เก่า ฯลฯ ให้คว่ำหรือทำลายเสีย

วัคซีนป้องกันโรคไข้เลือดออก

ปัจจุบันมีวัคซีนโรคไข้เลือดออก ๔ สายพันธุ์(DEN ๑-๔) แนะนำให้ฉีดในกลุ่มอายุ ๙-๔๕ ปี ฉีด ๓ เข็ม (เดือนที่ ๐,๖ และ ๑๒ เดือน) ในผู้ที่เคยมีการติดเชื้อมาก่อน ไม่แนะนำให้ฉีดในผู้ที่ไม่เคยมีการติดเชื้อมาก่อนจากงานวิจัย ทวีปเอเชียแปซิฟิกและแถบละตินอเมริกาในอาสาสมัครอายุ ๙-๑๖ ปี พบว่า วัคซีน CYD-TDV มีประสิทธิภาพสูง ในการป้องกันไข้เลือดออกเดงกี ดังนี้

สามารถป้องกันโรคไข้เลือดออกเดงกีทุกสายพันธุ์ได้ ๖๕%

ลดการนอนโรงพยาบาลได้ถึง ๘๐.๘%

ป้องกันการติดเชื้อไวรัสเดงกีได้ถึง ๙๒.๙%

ผู้ที่ไม่สามารถฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้เลือดออกเดงกี ได้แก่ผู้ที่แพ้หรือไวต่อการแพ้ต่อสารออกฤทธิ์หรือ ส่วนประกอบอื่น ๆ ในวัคซีนป้องกันโรคไข้เลือดออก ผู้ที่เกิดการแพ้หลังได้รับวัคซีนไข้เลือดออกเข็มแรก โดยอาการ แพ้ที่เกิดขึ้น ได้แก่ ผื่นคัน หายใจถี่หอบ หน้าและลิ้นบวม ผู้ที่กำลังป่วยด้วยโรคใดก็ตามที่ทำให้มีไข้ ตั้งแต่ระดับต่ำ จนถึงไข้สูง หรือกำลังเจ็บป่วยแบบเฉียบพลัน แพทย์จะทำการเลื่อนนัดการฉีดวัคซีนออกไปก่อนจนกว่าจะหายเป็น ปกติ ผู้ที่มีภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่อง เช่น ความผิดปกติทางพันธุกรรม การติดเชื้อเอดส์(HIV) หรือรับยากกดภูมิคุ้มกัน เช่น ยา Prednisone หรือเทียบเท่า ๒๐ มก.หรือ :๒ มก/กก. ของน้ำหนักตัวเป็นเวลา ตั้งแต่ ๔ สัปดาห์ขึ้นไปเป็น ต้น สตรีมีครรภ์หรืออยู่ระหว่างช่วงให้นมบุตร

๕ป ปราบยุ้งลาย ป้องกันไข้เลือดออก

ป๑ ปิด ภาชนะเก็บกักน้ำให้มิดชิด

ป๒ เปลี่ยน น้ำในภาชนะต่าง ๆ ทุก ๗ วัน เพื่อตัดวงจรลูกน้ำ

ป๓ ปล่อย ปลากินลูกน้ำในภาชนะใส่น้ำถาวร เช่น อ่างบัว

ป๔ ปรับปรุง สิ่งแวดล้อมให้โปร่งลมพัดผ่านได้ไม่ให้งามเกาะพัก

ป๕ ปฏิบัติ ตามทั้ง ๔ป ข้างตนเป็นประจำจนเป็นนิสัย

ถ้าผู้ป่วยมีไข้สูงติดต่อกันเกิน ๓ วัน ให้พาไปพบแพทย์ เพื่อการวินิจฉัยโรคที่ถูกต้อง ระวังไม่ให้ยุงกัดในเวลา กลางวัน และ กำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ยุ้งลายโดยการปิดฝาภาชนะเก็บน้ำให้มิดชิด กางมุ้ง ทายากันยุง