

# .....ไขหวัดใหญ่.....



โดย ผศ.พญ.ไกลตา ศรีสิงห์

## โรคไขหวัดใหญ่และไขหวัดต่างกันอย่างไร

**โรคไขหวัดใหญ่** เป็นการติดเชื้อไวรัสที่ชื่อ Influenza virus เป็นการติดเชื้อทางเดินระบบหายใจ เช่น จมูก คอ หลอดลม และปอด เชื้ออาจจะลามเข้าปอดทำให้เกิดโรคปอดบวม/ปอดอักเสบ

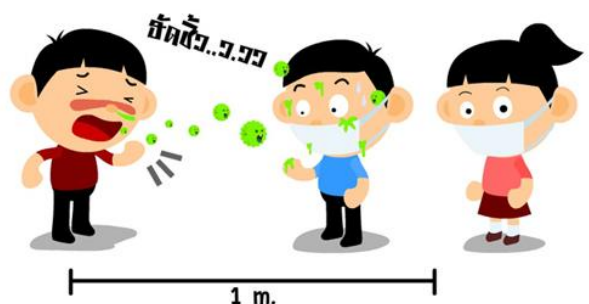
ผู้ป่วยจะมีไข้สูงมาก ประมาณ 39-40 องศาเซลเซียสตั้งแต่วันแรก มีอาการปวดศีรษะ ปวดกระบอกตา ปวดตามตัว ปวดกล้ามเนื้ออย่างมาก บางรายอาจมีอาการระบบอื่นร่วมด้วย เช่น ท้องเสีย อาเจียน เป็นต้น โดยโรคนี้จะพบมากทุกอายุโดยเฉพาะในเด็กจะพบมากเป็นพิเศษ

อัตราการเสียชีวิตมักพบมากในผู้ที่มีอายุน้อยกว่า 2 ปี หรือ มากกว่า 60 ปี หรือผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจ โรคปอด โรคตับ โรคไต โรคภูมิคุ้มกันบกพร่อง เป็นต้น

**สำหรับโรคไขหวัด** เป็นการติดเชื้อไวรัสได้หลายชนิด เช่น rhinovirus, parainfluenza virus เป็นต้น ผู้ป่วยมีอาการไม่รุนแรง มีน้ำมูกไหล ไอ เสมหะ ไข้ไม่สูงมาก และไม่ค่อยมีภาวะแทรกซ้อน

### การติดต่อโรคไขหวัดใหญ่

- ติดต่อโดยการไอหรือจาม
- สัมผัสเสมหะของผู้ป่วยทางแก้วน้ำ ผ้า จูบ
- สัมผัสทางมือที่ปนเปื้อนเชื้อโรค



### อาการของโรคไขหวัดใหญ่

อาการของไขหวัดใหญ่จะเหมือนกับไขหวัด แต่ไขหวัดใหญ่จะรุนแรงกว่า ไข้สูงกว่า อาการที่สำคัญได้แก่

- ผู้ป่วยจะมีอาการอ่อนเพลียอย่างเฉียบพลัน
- เบื่ออาหาร คลื่นไส้
- ปวดศีรษะอย่างรุนแรง
- ปวดแขนขา ปวดข้อ ปวดรอบกระบอกตา
- ใช้สูง 39-40 องศาในเด็ก ผู้ใหญ่ใช้ประมาณ 38-40 องศา
- เจ็บคอแดง มีน้ำมูกไหล
- ไอแห้งๆ ตาแดง
- ในเด็กอาจจะมีอาการคลื่นไส้อาเจียน
- อาการไข้ คลื่นไส้อาเจียนจะหายใน 2-3 วัน แต่อาการน้ำมูกไหลคัดจมูกอาจจะอยู่ได้ 1 สัปดาห์



- สำหรับผู้ที่มีอาการรุนแรงมักจะเกิดในเด็กอายุน้อยกว่า 2 ปี หรือผู้สูงอายุ หรือผู้ที่มีโรคประจำตัว

- อาจพบว่ามีการอักเสบของเยื่อหุ้มหัวใจ ผู้ป่วยจะมีอาการเจ็บหน้าอก เหนื่อยหอบ
- อาจจะมีเยื่อหุ้มสมองอักเสบ ผู้ป่วยจะปวดศีรษะ ซึมลง หมดสติ
- ระบบหายใจอาจจะมีอาการของโรคปอดบวม/ปอดอักเสบ จะหอบหายใจเหนื่อยจนถึงหายใจวาย
- โดยทั่วไปไข้หวัดใหญ่จะหายในไม่กี่วัน แต่ก็มีบางรายซึ่งอาจจะมีอาการปวดข้อและไอได้ถึง 2 สัปดาห์

### ระยะติดต่อโรคไข้หวัดใหญ่

- ระยะติดต่อหมายถึงระยะเวลาที่เชื้อสามารถติดต่อไปยังผู้อื่น

- ระยะเวลาที่ติดต่อกับคนอื่นคือ 1 วันก่อนเกิดอาการ
- ห้าวันหลังจากมีอาการ
- ในเด็กอาจจะแพร่เชื้อ 6 วันก่อนมีอาการ และแพร่เชื้อได้นาน 10 วัน

## การวินิจฉัยโรคไข้หวัดใหญ่

การวินิจฉัยว่าเป็นไข้หวัดใหญ่จะอาศัยระบาดวิทยา โดยเฉพาะช่วงที่มีการระบาด และอาการของผู้ป่วย การวินิจฉัยที่แน่นอนต้องทำการตรวจดังนี้

1. นำเอาเสมหะจากจมูกหรือคอไปเพาะเชื้อไวรัส
2. เจาะเลือดผู้ป่วยหาภูมิ 2 ครั้งโดยครั้งที่สองห่างจากครั้งแรก 14 วัน
3. การตรวจหา Antigen
4. การตรวจโดยวิธี PCR, Immunofluorescent



## โรคแทรกซ้อนที่สำคัญ

1. ผู้ป่วยอาจมีอาการกำเริบของโรคที่เป็นอยู่ เช่น หัวใจวาย หรือ หายใจวาย
2. มีการติดเชื้อแบคทีเรียซ้ำ เช่น ปอดบวม ฝีในปอด
3. เชื้ออาจทำให้เกิดเยื่อหุ้มสมองอักเสบ
4. หูอักเสบ

## การรักษาโรคไข้หวัดใหญ่

ผู้ป่วยที่เป็นโรคไข้หวัดใหญ่ส่วนใหญ่จะหายเอง หากมีอาการไม่มากอาจจะดูแลเองที่บ้าน วิธีการดูแลมีดังนี้

- ให้ออนพักไม่ควรจะออกกำลังกาย
- ให้ดื่มน้ำเกลือแร่หรือดื่มน้ำผลไม้
- รักษาตามอาการ หากมีไข้ให้ใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดตัว หากไข้ไม่ลงให้รับประทาน paracetamol ไม่แนะนำให้ aspirin ในคนที่อายุน้อยกว่า 20 ปี เพราะอาจทำให้เกิดกลุ่มอาการที่เรียกว่า Reye syndrome



- ถ้าไอมากก็รับประทานยาแก้ไอ แต่ในเด็กเล็กไม่ควรซื้อยารับประทานเอง
- ในช่วงที่มีการระบาดให้หลีกเลี่ยงที่แออัด เช่น ห้างสรรพสินค้า โรงภาพยนตร์
- เวลาไอหรือจามต้องใช้ผ้าเช็ดหน้าปิดปากและจมูก
- ควรสวมหน้ากากปิดปากและจมูก เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อสู่ผู้อื่น
- หากเป็นเด็กควรงดไปโรงเรียนจนกว่าจะหาย

### ผู้ป่วยควรจะพบแพทย์เมื่อไหร่ ??????

#### ❖ ผู้ป่วยเด็กควรปรึกษาแพทย์เมื่อมีอาการดังต่อไปนี้

- ไข้สูงและเป็นมานาน
- ให้อาหารแล้วไข้ยังไม่ลง 38.5 องศา
- หายใจหอบหรือหายใจลำบาก
- มีอาการมากกว่า 7 วัน
- ผิวน้ำตาลเหลือง
- เด็กดื่มน้ำหรือรับประทานอาหารไม่พอ
- เด็กซึม หรือไม่เล่น
- เด็กไข้ลด แต่อาการไม่ดีขึ้น

#### ❖ สำหรับผู้ใหญ่ที่เป็นไข้หวัดใหญ่หากมีอาการดังต่อไปนี้ให้พบแพทย์

- ไข้สูงและเป็นมานาน
- หายใจลำบาก หรือหายใจหอบ
- เจ็บหรือแน่นหน้าอก
- หน้ามืดเป็นลม
- สับสน
- อาเจียน รับประทานอาหารไม่ได้



กลุ่มผู้ป่วยเหล่านี้ถือเป็นกลุ่มที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคแทรกซ้อน ควรจะพบแพทย์เมื่อเป็นไข้หวัดใหญ่

- ผู้ที่มีโรคเรื้อรังประจำตัว เช่น โรคตับ โรคหัวใจ โรคไต โรคปอด โรคเบาหวาน
- คนท้อง
- คนที่มีอายุมากกว่า 50 ปี
- เด็กเล็กอายุน้อยกว่า 2 ปีหรือทารก
- ผู้ป่วยโรคเอดส์
- ผู้ที่พักในสถานเลี้ยงคนชรา
- เจ้าหน้าที่ทางการแพทย์
- เจ้าหน้าที่ที่ดูแลผู้สูงอายุหรือดูแลคนป่วย



❖ ผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่ที่มีอาการเหล่านี้ควรจะรักษาในโรงพยาบาล

- มีอาการขาดน้ำไม่สามารถดื่มน้ำได้อย่างเพียงพอ
- เสมหะมีเลือดปน
- หายใจลำบาก หายใจหอบ
- ริมฝีปากเปลี่ยนเป็นสีม่วงเขียว
- ไข้สูงมากเพื่อ

### การรักษาในโรงพยาบาล

- แพทย์จะให้ยาเกลือสำหรับผู้ที่ดื่มน้ำไม่พอ
- ผู้ป่วยเหล่านี้ควรจะได้รับยา ต้านไวรัส เพื่อให้หายเร็วและลดความรุนแรงของโรค ควรจะให้ใน 48 ชม.หลังจากมีไข้ และให้ต่อ 5-7 วัน ยานี้ไม่ได้ลดโรคแทรกซ้อน
- ให้ยาลดน้ำมูกหากมีน้ำมูก
- ถ้าไม่มีโรคแทรกซ้อนไม่ควรให้ยาปฏิชีวนะ

ผู้ป่วยส่วนใหญ่อาการจะหายใน 2-3 วันไข้จะหายใน 7 วันอาการอ่อนเพลียอาจจะอยู่ได้ 1-2 สัปดาห์

## การป้องกัน

- ล้างมือบ่อยๆ
- อย่าเอามือเข้าปาก
- อย่าใช้ของส่วนตัว เช่น ผ้าเช็ดตัว ผ้าเช็ดหน้า แก้วน้ำ ร่วมกับผู้อื่น
- หลีกเลี่ยงการสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วย
- ให้พักที่บ้านเมื่อเวลาป่วย
- เวลาไอจามใช้ผ้าปิดปากปิดจมูก
- หลีกเลี่ยงที่ชุมชนเมื่อมีการระบาด
- การฉีดวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่เป็นวิธีที่ได้ผลดีที่สุด สามารถลดอัตราการติดเชื้อ ลดอัตราการนอนโรงพยาบาล ลดโรคแทรกซ้อน ลดการหยุดงานหรือหยุดเรียน



## การฉีดวัคซีน

การป้องกันไข้หวัดใหญ่ที่ดีที่สุดคือการฉีดวัคซีน ซึ่งทำจากเชื้อที่ตายแล้วโดยฉีดปีละครั้ง หลังฉีด 2 สัปดาห์ภูมิคุ้มกันสูงพอที่จะป้องกันการติดเชื้อ

ผู้ที่ต้องได้รับการฉีดวัคซีน มีดังต่อไปนี้

- ผู้ที่มีอายุมากกว่า 50 ปี, อายุ 6 เดือน-2 ปี
- ผู้ที่มีโรคเรื้อรังประจำตัว เช่น โรคไต โรคหัวใจ โรคตับ โรคปอดเรื้อรัง โรคหอบหืด
- ผู้ป่วยโรคเบาหวาน
- ผู้ป่วยโรคเอดส์

- หญิงตั้งครรภ์ตั้งแต่ 3 เดือนขึ้นไป และมี  
การระบาดของไข้หวัดใหญ่
- ผู้ที่อาศัยในสถานเลี้ยงคนชรา
- เจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่ดูแลผู้ป่วยเรื้อรัง
- นักเรียนที่อยู่รวมกัน
- ผู้ที่จะไปเที่ยวยังที่ระบาดของไข้หวัดใหญ่
- ผู้ที่ต้องการลดการติดเชื้อ



#### **ยาต้านไวรัสไข้หวัดใหญ่เพื่อรักษา**

- Amantadine and Rimantadine เป็นยาที่ใช้ในการป้องกันและรักษาไวรัสไข้หวัดใหญ่  
ชนิด A ไม่ครอบคลุมชนิด B
- Zanamivir Oseltamivir เป็นยาที่รักษาได้ทั้งไวรัสไข้หวัดใหญ่ทั้งชนิด A, B
- การให้ยาภายใน 2 วันหลังเกิดอาการจะลดระยะเวลาเป็นโรค

#### **จะใช้ยาต้านไวรัสรักษาไข้หวัดกับคนกลุ่มใด**

เราจะใช้ยากับคนกลุ่มเสี่ยงที่จะเกิดโรคแทรกซ้อนจากไข้หวัดใหญ่ และยังไม่ได้รับการฉีด  
วัคซีน และอยู่ในช่วงที่มีการระบาดของโรคกลุ่มที่ควรจะได้รับยารักษาได้แก่

- คนที่อายุมากกว่า 65 ปี
- เด็กอายุน้อยกว่า 24 เดือน
- คนท้อง
- คนที่มีโรคประจำตัวหรือกลุ่มเสี่ยง เช่นโรคไต โรคตับ โรคหัวใจ โรคปอดเรื้อรัง โรคหอบ  
หืด โรคภูมิคุ้มกันต่ำ ฯลฯ

**ไข้หวัดใหญ่**  
Influenza

