

تبواىจากการติดเชื้อไวรัสตับอกเสบเอป้องกันได้

พญ.ศุภณา ชื่นสกุล

พ่อลูกอ่อน' تبواى'ยังแย! ต้มน้ำขวดเดียวกันติดไวรัส

ส่งกำลังใจ! พ่อของหนุ่ม "พ่อลูกอ่อน" ป่วย تبواى เผย ลูกชายอาการยังแย ระบุ 1 วันแพทย์ให้เลือด 6 ถุง พึ่งเครื่องช่วยหายใจ คาดใช้แก้วน้ำดื่ม-หลอด-ช้อน ร่วมกันติดเชื้อไวรัส

ศุกร์ที่ 3 กุมภาพันธ์ 2560 เวลา 13.09 น.

จากข่าวที่เผยแพร่ในสื่อต่างๆ ในระยะนี้เกี่ยวกับการมีภาวะ تبواىจากการติดเชื้อไวรัสซึ่งติดต่อทางการใช้แก้วน้ำดื่ม-หลอด-ช้อนร่วมกันนั้น คงจะทำให้หลายคนรู้สึกต้องระมัดระวังตัวมากขึ้นในการรับประทานอาหาร การบริโภคน้ำดื่มรวมถึงใส่ใจสุขอนามัยส่วนตัวของตัวเองกันมากขึ้น บทความนี้จะกล่าวถึงความรู้เกี่ยวกับโรคไวรัสตับอกเสบเอ ที่เป็นสาเหตุหนึ่งของภาวะ تبواى และการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันตนเองจากการติดเชื้อไวรัสตับอกเสบเอ

ไวรัสตับอกเสบเอเป็นไวรัสที่ติดต่อกันโดยคนสู่คนโดยการติดต่อกันที่อยู่ที่อยู่ในอุจจาระเข้าสู่ปาก หลังจากเชื้อเข้าสู่ร่างกายจะแบ่งตัวและฟักตัวใช้เวลาประมาณประมาณ 2-4 สัปดาห์ ในระยะแรกที่รับเชื้อเข้าสู่ร่างกายจะมีไวรัสปริมาณมาก และปริมาณไวรัสจะลดลงเมื่อต้นเริ่มทำงานผิดปกติและผู้ป่วยแสดงอาการป่วยพร้อมกับตรวจพบภูมิคุ้มกันในระยะสโลหิต ระยะเวลาที่จะเกิดการแพร่เชื้อได้สูงสุดเกิดช่วงครึ่งหลังของระยะฟักตัว จนถึงประมาณ 2-3 วันหลังจากเริ่มมีอาการตัวเหลือง และหมดระยะติดต่อหลังจากที่มีอาการตัวเหลืองประมาณ 1 สัปดาห์ โดยทั่วไปการติดเชื้อไวรัสตับอกเสบเอมักเกิดตั้งแต่อายุน้อยและมักไม่มีอาการในเด็กเล็ก แต่มีมีอาการในเด็กโตและผู้ใหญ่ อาการของการติดเชื้อไวรัสตับอกเสบเอ ประกอบด้วยเบื่ออาหาร ไข้ปวดเมื่อย คลื่นไส้ อาเจียนนำมาก่อน 1 อาทิตย์ ต่อมามีปัสสาวะสีเข้ม ตัวเหลือง ตาเหลือง จุกแน่นบริเวณใต้ชายโครงขวา อาการต่างๆจะค่อยๆดีขึ้นและหายไป 3-4 สัปดาห์

โดยความรุนแรงของโรคมัตั้งแต่อาการไม่รุนแรงและหายดีใน 1-2 สัปดาห์ (พบเป็นส่วนมากของการติดเชื้อ) จนถึงในรายที่มีอาการรุนแรงจนถึงขั้นมี تبواىได้พบเฉลี่ยร้อยละ 0.5 เมื่อผู้ป่วยหายจากโรคจะมีภูมิคุ้มกันต่อไวรัสตับอกเสบเอไปตลอดชีวิต โดยการรักษาไม่มียาฆ่าเชื้อหรือการรักษาเฉพาะโรค เนื่องจากภูมิคุ้มกันของร่างกายจะสามารถกำจัดเชื้อออกไปได้เอง การรักษาเป็นเพียงประคับประคองและป้องกันภาวะแทรกซ้อนต่างๆ เช่น การขาดน้ำ ระดับน้ำตาลในเลือดต่ำ ภาวะเลือดออก รวมถึงเจาะเลือดเฝ้าระวังภาวะ تبواى ซึ่งภาวะแทรกซ้อนต่างๆสามารถเกิดได้มากขึ้นในผู้ป่วยที่เดิมมีตับทำงานไม่ดีอยู่เดิม หรือมีการใช้ยาที่มีผลต่อการทำงานของตับปริมาณมาก เช่น ยาพาราเซตามอล หรือผู้ที่ดื่มแอลกอฮอล์มาเป็นระยะเวลาเวลานานก่อนป่วย

การระบาดของโรคสัมพันธ์กับการปนเปื้อนเชื้อในน้ำและอาหารที่ปนเปื้อนจากผู้เตรียมอาหารที่เป็นพาหะ รวมทั้งรับประทานอาหารที่ไม่ได้ทำให้สุก หรือมีการจับต้องอาหารภายหลังปรุงสุก รวมทั้งนม สลัด หอยปรุงไม่สุกที่เก็บจากน้ำบริเวณที่ปนเปื้อนเชื้อ ดังนั้นคำแนะนำเพื่อป้องกันตนเองจากการติดเชื้อไวรัสตับอักเสบเอจึงเน้นเรื่องสุขนิสัยส่วนบุคคลที่ดี โดยเน้นการล้างมือด้วยสบู่ทุกครั้งก่อนรับประทานอาหาร รวมถึงก่อนการประกอบอาหาร และหลังจากการใช้ห้องน้ำทุกครั้ง การกำจัดอุจจาระให้ถูกสุขลักษณะ การบริโภคหอยและสัตว์น้ำที่มีเปลือกที่เก็บจากบริเวณที่มีเชื้อไวรัส ควรทำให้สุกก่อนรับประทาน ร่วมกับควรระมัดระวังปริมาณใช้พาราเซตามอลเพื่อแก้ปวดลดไข้ขณะมีอาการไม่สบาย

ไวรัสตับอักเสบบีมีวัคซีนป้องกันโรคสามารถฉีดได้ตั้งแต่อายุ 2 ปีขึ้นไปโดยวัคซีนฉีด 2 ครั้งห่างกัน 6 เดือน ภูมิคุ้มกันที่เกิดขึ้น สามารถป้องกันได้ นานมากกว่า 10 ปี สำหรับผู้ที่สัมผัสใกล้ชิดผู้ป่วยภายใน 2 สัปดาห์ หรือผู้ที่เดินทางไปในพื้นที่ที่มีความชุกของโรคสูงควรฉีดควรรฉีด Immunoglobulin (IG) หรือวัคซีนไวรัสตับอักเสบบีก่อนเดินทาง ซึ่งจะให้ผลในการป้องกันได้ 4 สัปดาห์หลังฉีด

จากบทความที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่าโรคไวรัสตับอักเสบบีที่เป็นสาเหตุหนึ่งของภาวะตับวายตามข่าวที่เผยแพร่ในสื่อต่างๆ สามารถป้องกันได้ด้วยการมีสุขลักษณะในชีวิตประจำวันที่ดีและมีวัคซีนฉีดเพื่อป้องกันโรค หากท่านมีข้อสงสัยเกี่ยวกับโรคหรือวัคซีนเพิ่มเติมควรปรึกษาแพทย์หรือสถานพยาบาลใกล้บ้าน

