

วัคซีนที่ผู้ใหญ่ควรฉีด

นำเสนอเมื่อ : 28 พ.ค. 2551

พญ.สมศรี ประยูรวิวัฒน์ เรียบเรียง

นับตั้งแต่กระทรวงสาธารณสุขได้บรรจุวัคซีนพื้นฐาน หรือวัคซีนภาคบังคับไว้ในแผนสร้างเสริมภูมิคุ้มกันโรคของประเทศไทยเรา เริ่มเมื่อประมาณ 30 ปีมาแล้ว โดยค่อยๆ เพิ่มชนิดวัคซีนที่ค้นพบใหม่เข้าไปเรื่อยๆ จนครอบคลุมโรคสำคัญแทบทุกโรคในปัจจุบัน

ด้วยเหตุนี้ เด็กๆ แทบทุกคนล้วนได้รับวัคซีนกันถ้วนหน้า ส่งผลให้โรคติดต่อร้ายแรงชนิดต่างๆ ลดลงอย่างเห็นได้ชัด จนแพทย์รุ่นใหม่แทบไม่เคยเห็นโรคเหล่านี้แล้ว ตัวอย่างเช่นโรคคอตีบ ไอกรน อีกทั้งเราแทบไม่เคยเห็นผู้ที่พิการจากโรคโปลิโอในปัจจุบัน ยกเว้นก็แต่เด็กที่อุ้มโกลบีนที่ยังตามชายแดนที่วัคซีนยังไม่ถึง หรือผู้ที่ติดโรคจากประเทศเพื่อนบ้านตามชายแดนที่ระบบระบบสาธารณสุขยังไม่เจริญ



นับเป็นคุณูปการอันใหญ่หลวงของบรรดาผู้ค้นพบวัคซีนที่ให้คุณประโยชน์ต่อมวลมนุษยชาติ ช่วยลดอัตราเสียชีวิตและพิการในเด็กแรกคลอดจำนวนมากมายมหาศาลทั่วโลก

หลังจากใช้วัคซีนอย่างแพร่หลายมานานนับสิบปี เด็กที่ได้วัคซีนเหล่านี้เริ่มเติบโตเป็นผู้ใหญ่ เราจึงพบว่าเมื่อเวลาผ่านไป ภูมิคุ้มกันโรคที่เกิดจากการฉีดวัคซีนบางชนิดยังคงมีระดับสูงเพียงพอในการป้องกันโรค แต่สำหรับบางโรค ระดับภูมิคุ้มกันกลับค่อยๆ ลดลงลงไม่เพียงพอสำหรับการป้องกันโรคอีกต่อไป เราจึงเริ่มพบโรคเหล่านี้ประปรายในเด็กโตและผู้ใหญ่ เช่น คอตีบ ไอกรน บาดทะยัก หัด ฯลฯ เป็นเหตุให้ต้องฉีดวัคซีนกระตุ้นให้ใหม่

นอกจากนี้ผู้ที่เกิดก่อนที่มีการใช้วัคซีนภาคบังคับ และไม่เคยคิดเชื้อเหล่านี้ทางธรรมชาติมาก่อน เพราะเชื้อโรคที่อยู่ในธรรมชาติหายลดลงจากผลของการใช้วัคซีนกันอย่างกว้างขวาง จึงเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ไม่มีภูมิต้านทานต่อโรคเหล่านั้น อีกทั้งปัจจุบันมีการค้นพบวัคซีนใหม่ๆ สำหรับเด็กโตและผู้สูงอายุ วัคซีนจึงไม่ใช่สิ่งที่เฉพาะเด็กเล็กอีกต่อไป หากยังมีวัคซีนสำหรับเด็กโตและผู้ใหญ่ ประกอบด้วยวัคซีนหลายชนิด ดังต่อไปนี้...

• **วัคซีนคอตีบ ไอกรน บาดทะยัก (Diphtheria-Tetanus-Pertussis vaccine ย่อว่า DTP)** ผู้ที่ไม่เคยฉีดวัคซีนรวมคอตีบ ไอกรน บาดทะยักมาก่อน ควรฉีดวัคซีนรวมชนิดสำหรับเด็กโตและผู้ใหญ่ (dTap) ซึ่งผลิตขึ้นมาเพื่อลดผลข้างเคียงของวัคซีนนี้ โดยลดขนาดของวัคซีนคอตีบและใช้วัคซีนไอกรนชนิดไรเซลล์ (acellular pertussis) แทนน้ำเหลือง 1 ครั้ง โดยเฉพาะผู้ที่มีทารกแรกคลอดไม่นาน หญิงเพิ่งคลอดลูกที่คลอดแล้วทารกหลังคลอด เพื่อป้องกันการติดเชื้อเหล่านี้ในเด็กทารกที่ยังไม่มีภูมิคุ้มกันโรค ส่วนหญิงตั้งครรภ์และผู้ที่มีบาดแผลหรือทำงานเสี่ยงต่อการถูกบาดทะยักที่ไม่เคยฉีดวัคซีนนี้มาก่อน ควรรับวัคซีนป้องกันคอตีบ บาดทะยักชนิดสำหรับเด็กโตและผู้ใหญ่ (dT) โดยฉีด 3 ครั้ง ครั้งที่ 2 ห่างจากครั้งแรก 1-2 เดือน และครั้งที่ 3 ห่างจากครั้งที่สอง 6-12 เดือน และฉีดกระตุ้นทุก 10 ปี เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อสู่ผู้ที่ไม่มีภูมิคุ้มกัน โดยเฉพาะเด็กเล็กซึ่งมีอัตราการตายสูง ส่วนผู้ที่เคยฉีดวัคซีนชนิดใดชนิดหนึ่งมาก่อน ให้ฉีดต่อจนครบ 3 ครั้ง และกระตุ้นทุก 10 ปี

• **วัคซีนหัด หัดเยอรมัน คางทูม (Measles-Mumps-Rubella vaccine ย่อว่า MMR)** โดยปกติผู้ที่เคยฉีดวัคซีนครบ 2 ครั้งแล้ว ไม่จำเป็นต้องฉีดซ้ำอีก เนื่องจากระบบภูมิคุ้มกันสูงเพียงพอที่จะป้องกันโรคได้ตลอดชีวิต แต่ผู้ใหญ่ที่ยังไม่เคยป่วยเป็นโรคทั้ง 3 นี้มาก่อน รวมทั้งผู้ที่ไม่เคยได้รับวัคซีน หรือได้รับวัคซีนไม่ครบ 2 ครั้ง ควรได้รับวัคซีนรวมอย่างน้อย 1 ครั้ง หญิงวัยเจริญเจริญพันธุ์ที่ไม่เคยได้รับวัคซีนป้องกันโรคหัดเยอรมันมาก่อน ควรได้รับวัคซีนหัดเยอรมันหรือวัคซีนรวมหัด หัดเยอรมัน คางทูมอย่างน้อย 1 ครั้ง และหลีกเลี่ยงการตั้งครรภ์เป็นเวลา 3 เดือนหลังฉีดวัคซีน

• **วัคซีนอีสุกอีใส (Varicella vaccine)** อีสุกอีใสเป็นโรคที่ไม่รุนแรงในเด็กเล็ก แต่การติดเชื้อในหญิงมีครรภ์ช่วงก่อนคลอดอาจเป็นอันตรายต่อทารกแรกคลอด เพราะการติดเชื้อในทารกแรกคลอดมักมีภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรงและมีอัตราเสียชีวิตสูง ส่วนอีสุกอีใสในผู้ใหญ่อาจมีอาการรุนแรงและมีภาวะแทรกซ้อนได้ วัคซีนอีสุกอีใสสามารถป้องกันโรคได้ประมาณ 90% ส่วนอีก 10% ของผู้ที่ได้รับวัคซีน มีโอกาสเป็นโรคได้ แต่อาการมักไม่รุนแรงอย่างการติดเชื้อทางธรรมชาติ อีกทั้งวัคซีนยังลดการเกิดโรคอีสุกอีใสและการปวดเส้นประสาทหลังเป็นงูสวัด (post-herpetic neuralgia) ได้ด้วย จึงควรฉีดในผู้ที่ไม่เคยได้รับวัคซีนหรือไม่เคยเป็นอีสุกอีใสหรืองูสวัดมาก่อน โดยฉีด 2 ครั้งห่างกัน 4-8 สัปดาห์ หญิงวัยเจริญพันธุ์ควรหลีกเลี่ยงการตั้งครรภ์เป็นเวลา 1 เดือนหลังฉีดวัคซีน ผู้ที่สัมผัสโรคควรฉีดวัคซีนภายใน 72 ชั่วโมงหลังสัมผัสโรคจึงป้องกันได้ หากเกิน 5 วันไม่สามารถป้องกันโรคได้สามารถลดความรุนแรงของโรคได้

• **วัคซีนไวรัสตับอักเสบบี (Hepatitis B vaccine)** โรคนี้ติดต่อทางอาหารและน้ำดื่มที่ปนเปื้อนเชื้อ ในอดีตที่สุขอนามัยยังไม่ดี คนไทยส่วนใหญ่ติดเชื้อนี้ตั้งแต่วัยเด็ก ซึ่งมักมีอาการไม่รุนแรง จึงมีภูมิต้านทานโรคตั้งแต่เด็ก แต่ในปัจจุบันที่สุขอนามัยดีขึ้น อาจติดเชื้อเมื่อเป็นวัยรุ่นหรือผู้ใหญ่ ซึ่งมักมีอาการรุนแรงกว่าติดเชื้อแต่เด็ก การระบาดมักเกิดจากการปนเปื้อนเชื้อไวรัสในอาหารจากแม่ควรี ในระหว่างการเตรียมอาหาร ผู้ที่ไม่เคยติดเชื้อมาก่อน ซึ่งส่วนใหญ่คือวัยรุ่นที่เกิดก่อนวัคซีนภาคบังคับ หรือผู้ใหญ่ที่อายุต่ำกว่า 30 ปี เป็นกลุ่มที่ควรระวังไม่ติดเชื้อโดยธรรมชาติก่อน ควรได้รับวัคซีนป้องกันไวรัสตับอักเสบบี โดยฉีด 3 ครั้งห่างกัน 1 เดือนหลังฉีดวัคซีน ผู้ที่สัมผัสโรคควรฉีดวัคซีนภายใน 72 ชั่วโมงหลังสัมผัสโรคจึงป้องกันได้ หรือผู้อาศัยอยู่ในพื้นที่ที่มีผู้คนอยู่รวมกันอย่างแออัด โดยฉีด 2 ครั้งห่างกัน 6-12 เดือน เชื่อว่าจะมีภูมิคุ้มกันนานเกิน 10 ปี

• **วัคซีนไวรัสตับอักเสบบี (Hepatitis B vaccine)** ไวรัสตับอักเสบบีอาจทำให้ตับอักเสบรุนแรงจนเกิดภาวะตับล้มเหลว คนที่ติดเชื้อส่วนหนึ่งเมื่อหายจากตับอักเสบบีอาจกลายเป็นพาหะของโรค โดยสามารถแพร่เชื้อสู่ผู้อื่นได้ทางสารคัดหลั่ง เช่น ทางเพศสัมพันธ์ จากแม่สู่ลูกขณะคลอด ทางการให้เลือด หรือการใช้เข็มร่วมกัน เช่น เข็มฉีดยา เข็มที่ใช้ในการสัก มีดโกน แปรงสีฟัน ฯลฯ อีกทั้งผู้ที่ติดเชื้ออยู่ในร่างกายเป็นระยะเวลานานอาจเป็นตับอักเสบบีเรื้อรังและเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งตับในอนาคต จึงควรฉีดวัคซีนในผู้ที่ยังไม่เคยติดเชื้อและผู้ที่ไม่มีภูมิคุ้มกัน โดยเฉพาะผู้ที่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อสูง ได้แก่ บุคลากรทางการแพทย์ คนใกล้ชิดผู้ที่เป็นพาหะ ผู้รับการปลูกถ่ายอวัยวะ ฯลฯ โดยวัคซีนไวรัสตับอักเสบบีต้องฉีดทั้งหมด 3 ครั้ง ครั้งที่ 2 ห่างครั้งแรก 1 เดือน ครั้งที่ 3 ห่างครั้งแรก 6 เดือน หากเคยฉีดวัคซีนมาก่อนแต่ไม่ครบ 3 ครั้ง สามารถฉีดเข็มต่อไปได้เลย การฉีดวัคซีนในผู้ใหญ่ ภูมิคุ้มกันอาจเกิดขึ้นได้ช้าแต่หากฉีดในเด็ก อาจต้องฉีดกระตุ้นครั้งที่ 4 และมีบางคนที่ไม่ตอบสนองต่อวัคซีน ซึ่งพบประมาณ 1-3% ส่วนใหญ่ผู้ที่ได้รับวัคซีนครบ แม้ระดับภูมิคุ้มกันไม่ขึ้น แต่เมื่อได้รับเชื้อ เขามาในร่างกาย ระบบภูมิคุ้มกันตอบสนองอย่างรวดเร็วจนสามารถป้องกันการติดเชื้อได้

• **วัคซีนพิษสุนัขบ้า (Rabies vaccine)** ควรฉีดในผู้ที่มีความเสี่ยงในการติดเชื้อสูง ได้แก่ บุกรูปรุขมัย สัตวแพทย์ เจ้าหน้าที่ปฏิบัติภารกิจโรคพิษสุนัขบ้า คนเลี้ยงสุนัข ผู้ที่อาศัยอยู่ในแหล่งที่โรคนี้ชุกชุม มีโอกาสสัมผัสเชื้อโดยไม่รู้ตัวสูง ผู้ที่มีความเสี่ยงต่อการถูกกัดหรืออยู่ในพื้นที่ไม่สามารถเข้าถึงการรักษาอย่างถูกต้องหลังสัมผัสโรค ฯลฯ โดยฉีด 3 ครั้ง ในวันที่ 0, 7 และ 21 หรือ 28 ทำให้มีภูมิคุ้มกันช่วยป้องกันโรคเมื่อสัมผัสโรคโดยไม่รู้ตัว อีกทั้งเมื่อสัมผัสโรค ก็รักษาหายาก คือฉีดวัคซีนเข็มกระตุ้นเพียง 1-2 ครั้งก็เพียงพอและไม่จำเป็นต้องรักษาด้วยเซรัม (rabies immunoglobulin) ซึ่งมีราคาแพงและมีโอกาสแพ้สูง ส่วนผู้ที่สัมผัสเชื้อ เช่น ถูกสัตว์กัด และไม่ฉีดวัคซีนป้องกันโรคพิษสุนัขบ้าก่อน ฉีดได้ 2 วิธี คือฉีดเข้ากล้ามเนื้อ 5 ครั้ง ในวันที่ 0, 3, 7, 14 และ 30 หรือฉีดใต้ผิวหนัง 2 จุด 4 ครั้ง ในวันที่ 0, 3, 7 และ 30

• **วัคซีนไขหวัดใหญ่ (Influenza vaccine)** โดยทั่วไปไขหวัดใหญ่มักมีอาการรุนแรงกว่าไขหวัดและหายใน 5-7 วัน แต่การติดเชื้อในผู้ที่มีภูมิคุ้มกันต่ำ เด็กเล็ก ผู้สูงอายุ หญิงมีครรภ์ ผู้มีโรคเรื้อรังในระบบทางเดินหายใจ โรคหัวใจเรื้อรัง ฯลฯ อาจมีอาการรุนแรง เกิดภาวะแทรกซ้อนที่ไม่มียาต้านการเสียชีวิตสูง จึงแนะนำให้ฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่ในผู้สูงอายุ (อายุเกิน 65 ปี) ผู้มีโรคประจำตัวเรื้อรัง เช่น โรคหืด โรคหัวใจ โรคเบาหวาน โรคไตเรื้อรัง ภูมิคุ้มกันบกพร่อง เด็กเล็ก ฯลฯ นอกจากนี้ยังแนะนำให้ฉีดในผู้ที่มีความเสี่ยงสูงได้ เช่น บุคลากรทางการแพทย์ ผู้ที่เดินทางไปต่างประเทศ หรือดูแลเด็กเล็กในสถานรับเลี้ยงเด็ก ฯลฯ แนะนำให้ฉีดทุกปี เนื่องจากเชื้อไขหวัดใหญ่มีการเปลี่ยนแปลงสายพันธุ์ทุกปี โดยฉีดปีละ 1 ครั้ง ช่วงก่อนมีการระบาด ในประเทศไทยมีระบาด 2 ช่วงคือช่วงฤดูฝน และช่วงฤดูหนาว ทั้งนี้หาฉีดในผู้ที่แข็งแรงอย่างรุนแรง เนื่องจากไขหวัดเป็นส่วนหนึ่งในกระบวนการผลิตวัคซีนไขหวัดใหญ่

• **วัคซีนนิวโมคอคคัส (Pneumococcal vaccine)** เชื้อนิวโมคอคคัสเป็นแบคทีเรียที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเกิดโรคติดเชื้อในผู้ที่มีภูมิคุ้มกันต่ำ เด็กเล็ก ผู้สูงอายุ ฯลฯ โดยเฉพาะการติดเชื้อนิวโมคอคคัสชนิดกรูแล้า (Invasive pneumococcal disease ย่อว่า IPD) ทำให้ติดเชื้อในกระแสเลือด เยื่อหุ้มสมองอักเสบ ติดเชื้อที่ระบบทางเดินหายใจ ไตเนก ปอดอักเสบ หูชั้นกลางอักเสบ ไชนส์อักเสบ ปัจจุบันเชื้อโรคนี้ค่อยๆ เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ จนเป็นปัญหาในการรักษา อีกทั้งมีอัตราเสียชีวิตสูง การฉีดวัคซีนเป็นทางเลือกหนึ่งในการป้องกันการติดเชื้อรุนแรงในผู้ที่เป็นกลุ่มเสี่ยง ได้แก่ ผู้ที่มีภูมิคุ้มกันต่ำ ผู้ที่ไม่มีความรู้ (มากกว่า 65 ปี) ผู้มีโรคเรื้อรัง เช่น โรคเบาหวาน โรคหัวใจ โรคปอดเรื้อรัง โรคไตเรื้อรัง โรคตับแข็ง กะโหลกศีรษะร้าวจนมีการรั่วของน้ำไขสันหลังออกมาทางจมูก ฯลฯ ในผู้ใหญ่ฉีดวัคซีนชนิด 23-valent polysaccharide pneumococcal vaccine ซึ่งผลิตจากเชื้อนิวโมคอคคัสจำนวน 23 กลุ่มสายพันธุ์ (serotype) โดยฉีดเพียงครั้งเดียว แต่อาจฉีดกระตุ้นอีกครั้งหลังฉีดครั้งแรก 3-5 ปี

• **วัคซีนไวรัสหูด (Human Papillomavirus vaccine)** ไวรัสหูดเป็นเชื้อที่ติดต่อได้โดยทางเพศสัมพันธ์ การติดเชื้อไวรัสสายพันธุ์ (type) 6 และ 11 เป็นสาเหตุของโรคหูดหนองในกึ่งอวัยวะเพศ นอกจากนี้การติดเชื้อไวรัสหูดสายพันธุ์ต่างๆ อีกหลายสายพันธุ์ที่บริเวณปากมดลูก เป็นต้นเหตุของมะเร็งปากมดลูกถึง 99% ที่สำคัญคือไวรัสหูดสายพันธุ์ 16 และ 18 ที่เป็นสาเหตุ 70-75% ของมะเร็งปากมดลูก ดังนั้นการฉีดวัคซีนป้องกันไวรัสหูด สายพันธุ์ 16 และ 18 ส่งผลให้ป้องกันมะเร็งปากมดลูกได้ถึง 70-75% วัคซีนมี 2 ชนิด คือชนิดที่ป้องกันไวรัสหูด 2 สายพันธุ์ คือสายพันธุ์ 16, 18 และชนิดที่ป้องกันไวรัสหูด 4 สายพันธุ์ คือสายพันธุ์ 6, 11, 16, 18 ซึ่งสามารถป้องกันการหูดหนองในได้ 90% คอย แนะนำว่าควรฉีดวัคซีนป้องกันไวรัสหูดในเด็กหญิงก่อนที่จะเริ่มมีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อ คืออายุประมาณ 10-12 ปีขึ้นไป คือก่อนมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก หรือผู้ที่เคยมีเพศสัมพันธ์แล้วแต่ยังไม่ติดเชื้อ โดยฉีดทั้งหมด 3 ครั้ง ครั้งที่ 2 ห่างครั้งแรก 1-2 เดือน ครั้งที่ 3 ห่างครั้งแรก 6 เดือน

นอกจากนี้ยังมีวัคซีนที่ใช้ฉีดเมื่อเดินทางไปยังพื้นที่ที่สุขอนามัยไม่ดี หรือมีโรคนี้ชุกชุม ได้แก่ วัคซีนไขหวัดใหญ่ (Meningococcal vaccine) วัคซีนไทฟอยด์ (Typhoid vaccine) วัคซีนสมองอักเสบเจบี (Japanese encephalitis vaccine) วัคซีนไขหวัดเหลือง (Yellow fever vaccine) วัคซีนอหิวาตกโรค (Cholera vaccine) ซึ่งเลือกฉีดเป็นการทั่วไป แม้การฉีดวัคซีนจะลดความเสี่ยงและลดผลดีในการป้องกันโรค ทว่าวัคซีนบางชนิดอาจมีผลข้างเคียงที่แตกต่างกันไป อาจมีไข้ต่ำๆ ร้องไห้ อาเจียน ปวดเมื่อยตามตัว ชัก หรือมีอาการรุนแรงถึงขั้นช็อก (anaphylactic shock) จึงควรระมัดระวังในผู้ที่ประวัติแพ้รุนแรงมาก่อน เช่น ผู้ที่มีประวัติแพ้วัคซีนชนิดนั้นมาก่อน หรือแพ้ส่วนประกอบของวัคซีน เช่น แพ้ ยีสต์ ไข่ไก่ ผู้แพ้ neomycin, streptomycin, polymyxin B, erythromycin, kanamycin เจลาติน รุนแรง มีข้อห้ามในการฉีดวัคซีนบางชนิด

นอกจากนี้ยังมีข้อควรระวังที่แตกต่างกันไปของวัคซีนแต่ละชนิด เช่น บางชนิดไม่ควรใช้ในหญิงมีครรภ์โดยเฉพาะวัคซีนที่มีเชื้อตัวเป็น (live vaccine) แม้จะยังไม่มียารักษาโรคชนิดใดมีผลต่อทารกในครรภ์ก็ตาม วัคซีนบางชนิดหาซื้อในผู้ที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่อง หรือผู้ที่ได้รับยากดภูมิคุ้มกัน อีกทั้งผู้ที่เพิ่งได้รับเลือดหรือสารประกอบของเลือด อาจรบกวนการสร้างภูมิคุ้มกันตามหลังฉีดวัคซีน จึงควรเว้นระยะไปก่อนจนกว่าภูมิคุ้มกันตามธรรมชาติได้มาจากส่วนประกอบของเลือดลดลงไปแล้ว

ที่มา http://women.sanook.com/health/tips/tips_48267.php