

รวมฮิตโรคเด่น-เด็กเสี่ยงเป็นมากที่สุดในหน้าฝน!

นำเสนอเมื่อ : 30 มิ.ย. 2552

จากสภาพอากาศในระยะนี้ ประเทศไทยยังคงอยู่ในช่วงฤดูฝนพำ ที่กระจายความเปียกชื้นไปสู่ทุกพื้นที่ของประเทศ และถือเป็นฤดูระบาดของเชื้อไวรัส และแบคทีเรียหลายชนิด เป็นสาเหตุหลักของการเกิดโรคต่างๆ ตามมา โดยเฉพาะในเด็ก ย่อมมีความเสี่ยงที่จะเกิดโรคได้สูงมาก เพราะระบบภูมิคุ้มกันในร่างกายยังไม่แข็งแรง และสมบุรณ์อาจนำมาซึ่งการติดเชื้อ และเกิดโรคต่างๆ ได้ง่าย สังเกตได้จากโรงพยาบาลหลายแห่ง จะมีเด็กเข้ารับรักษาโรคในหน้าฝนจำนวนมาก เช่น โรคติดเชื้อทางเดินหายใจ

ด้วยความเสี่ยงดังกล่าว ทางทีมงาน Life and Family จึงรุดหน้าไปสัมภาษณ์ “นพ.พรเทพ สวนดอก” กุมารแพทย์สาขาโรคติดเชื้อ ศูนย์การแพทย์โรงพยาบาลกรุงเทพ ในประเด็นโรคเด่นหน้าฝนที่เด็กเสี่ยงเป็นมากที่สุด เพื่อเป็นข้อมูลการป้องกัน ให้กับคุณพ่อ และคุณแม่ ได้รู้เท่าทัน และลดความเสี่ยงของโรคที่จะเกิดขึ้นกับลูกหลานตามมาได้อย่างเข้าใจ

กับเรื่องนี้ “นพ.พรเทพ” กล่าวกับทีมงานว่า ช่วงหน้าฝน เด็กจะป่วยค่อนข้างมาก ซึ่งเป็นเรื่องปกติ แต่สิ่งที่เป็นห่วงก็คือ ปัจจุบันเชื้อไวรัส หรือเชื้ออื่นๆ ได้มีการกลายพันธุ์ ทั้งจากโรคเดิมที่กลับมาเป็นใหม่ ซึ่งมีความรุนแรง และการดื้อยามากขึ้น หรือโรคใหม่ที่เกิดจากเชื้อเดิม และเชื้อใหม่ที่เกิดจากการกลายพันธุ์ เป็นต้น

อย่างไรก็ดี คุณหมอพรเทพได้แจ้งโรคเด่นที่เด็กเป็นมากที่สุดในหน้าฝน พร้อมทั้งอธิบายความสำคัญ สาเหตุ และวิธีการป้องกันโรค เพื่อให้คุณพ่อคุณแม่ป้องกันได้ทันเวลาที่ และสังเกตอาการได้อย่างเท่าทัน โดยมีโรคเด่นในหน้าฝนดังต่อไปนี้ เริ่มจาก



1. โรคไขหวัดใหญ่-โรคฮิตในหน้าฝน

โรคไขหวัดใหญ่ หรือ Influenza เป็นโรคที่พบบ่อยในคนทุกเพศทุกวัย พบได้เกือบทั้งปี เพราะไทยอยู่ในเขตร้อนชื้น แต่จะเป็นมากในช่วงฤดูฝน ซึ่งบางปีอาจจะพบการระบาด ซึ่งเป็นสาเหตุอันดับต้นๆ ของอาการไข้ที่เกิดขึ้นเฉียบพลัน แพทย์มักจะให้การวินิจฉัยเด็กที่มีอาการตัวร้อนมา 2-3 วัน โดยไม่มีอาการอย่างอื่นชัดเจนว่าเป็นไขหวัดใหญ่ ซึ่งบางครั้งก็อาจพบการผิดพลาดได้

“ไขหวัดใหญ่แตกต่างจากไขหวัดธรรมดาตรงที่เป็นสาเหตุทำให้เกิดโรคแทรกซ้อน และอาจเป็นอันตรายถึงชีวิตได้ อาการหลักๆ เด็กจะมีไข้ ปวดหัว ปวดเมื่อยตามตัว และกลามเนื้อ ไอ หรือเจ็บคอ ซึ่งเด็กอายุน้อยกว่า 5 ขวบ ผู้สูงวัยที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป หรือผู้ที่มีภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่อง จะมีโอกาสเสี่ยง และมีอาการรุนแรงมากกว่ากลุ่มอื่น” คุณหมอเล่าถึงอาการ

ปัจจุบันประเทศไทยพบไขหวัดสายพันธุ์ใหม่อย่างต่อเนื่อง ไม่ว่าจะเป็นไข้หวัดนก และไข้หวัดใหญ่ 2009 โดยเฉพาะชนิดหลังที่คุณพ่อคุณแม่กังวล และกลัวว่าจะเกิดกับลูก ในเรื่องนี้คุณหมอแจงว่าเป็นเพียงโรคที่กลายพันธุ์มาจากเชื้อไวรัสหวัดใหญ่ตามฤดูกาลทั่วไป เพียงแต่รับเชื้อมาจากสัตว์ เช่นนก หรือหมู ฉะนั้นความรุนแรงของโรคไม่แตกต่างกันมากนัก แต่จะติดเร็วกว่าก็เท่านั้น เนื่องจากร่างกายของคนไม่เคยมีภูมิต่อโรคดังกล่าวมาก่อน ทำให้ติดและเป็นกันง่าย

อย่างไรก็ดี การฉีดวัคซีนป้องกันโรคไขหวัดใหญ่ ควรฉีดประมาณ 1-2 เดือนก่อนฤดูการระบาดของโลกในทุกๆ ปี และสามารถฉีดได้ในเด็กอายุตั้งแต่ 6 เดือนขึ้นไป การป้องกันที่ดีที่สุด คือ คนป่วยพยายามหลีกเลี่ยงไม่ใหเชื้อแพร่กระจายไปสู่คนอื่น รวมถึงใส่หน้ากาก ล้างมือ และทานอาหารที่ถูกสุขอนามัย จะเป็นการป้องกันโรคไขหวัดใหญ่ที่จะเกิดขึ้นได้เป็นอย่างดี

2. โรคมือเท้าปาก (Hand-Foot and Mouth disease)

เกิดจากเชื้อไวรัส (Enterovirus 71, Coxsackiev) พบได้ประปรายตลอดทั้งปี แต่จะพบมากในฤดูฝน สำหรับกลุ่มอาการของโรค เด็กจะมีไข้ ผื่น ตุ่มน้ำใสตามฝ่ามือ ฝ่าเท้า แผลในปาก กระพุ้งแก้ม ลิ้น เหงือก บางรายอาจมีผื่นที่ขา และก้นรวมด้วย พบมากในเด็กอายุ 6 เดือน ถึง 3 ปี (อนุบาลถึงประถม) อาการมักหายได้เองภายใน 3-10 วัน ติดต่อทางการไอจาม น้ำลาย หรืออุจจาระ มีระยะฟักตัว 3-6 วัน พบเชื้อทางน้ำลาย 2-3 วัน ก่อนมีอาการ จนถึง 1-2 สัปดาห์หลังมีอาการ

“ถ้าเป็นแล้ว เด็กบางคนจะรับประทานอาหาร และน้ำไม่ค่อยได้ เพราะเจ็บปากมาก ซึ่งแม้แต่น้ำลายก็ไม่ยอมกลืน ทำให้เกิดภาวะขาดน้ำ ดังนั้นอย่าให้เด็กมีไข้สูงเกินไป เพราะอาจจะช็อกได้ บางรายอาจมีภาวะแทรกซ้อนตามมา โดยเฉพาะเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี เช่น สมออักเสบ เยื่อหุ้มสมองอักเสบ คุณพ่อคุณแม่ต้องสังเกตอาการ เมื่อผิดปกติต้องรีบพาพบแพทย์ทันที” คุณหมอบอกถึงอาการ

สำหรับการป้องกัน ผู้ปกครองควรดูแลลูกในเรื่องอาหาร น้ำดื่ม และถ้าไม่จำเป็นไม่ควรให้ลูกไปอยู่ในสถานที่แออัด และควรมีกระชอนน้ำ หรือแกวน้ำสวนตัวให้ลูกไปใช้ที่โรงเรียนด้วย รวมถึงปลุกฝัง และฝึกให้ลูกใช้ช้อนกลางขณะรับประทานอาหารทุกครั้งไม่ว่าจะที่โรงเรียน หรือที่บ้านก็ตาม

ภาพประกอบจากอินเทอร์เน็ต

3. โรคไข้เลือดออก-มันมากับยุงลาย

เป็นโรคที่มี “ยุงลาย” เป็นพาหะนำโรค มีโอกาสเป็นได้ทั้งเด็ก และผู้ใหญ่ไม่ว่าจะอยู่ในกรุงเทพฯ หรือต่างจังหวัด ถ้าได้รับเชื้อแล้วจะมีไข้สูงเกิน 3 วันขึ้นไป ตา และหน้าจะเริ่มแดง มีความรู้สึกอ่อนเพลีย และปวดท้อง

“โรคนี้อาจเกิดขึ้นได้ทั้งปี โดยเฉพาะในหน้าฝน เพราะโอกาสที่น้ำจะขังมีได้มาก เพราะฉะนั้นอาการที่ให้สงสัยเลยว่า ลูกคุณอาจจะเป็นไข้เลือดออกคือ มีไข้สูงมาก กินยาลดไข้เท่าไรก็ไม่ได้ผล ปวดหัว ปวดกระบอกตา หรือปวดเมื่อยตามตัว มีอาการตาแดง หน้าแดง ปากแดง เป็นต้น” คุณหมอเผยถึงอาการ

นอกจากนี้ยังส่งผลให้เกิดภาวะตับอักเสบ ทำให้คนไข้มีอาการปวดท้อง โดยเฉพาะตรงบริเวณชายโครงด้านขวา ซึ่งเป็นตำแหน่งของตับ นั่นเพราะตัวตับโต ขณะเดียวกันจะมีการอาเจียนร่วมด้วย และมีภาวะขาดน้ำ ซึ่งอาการเหล่านี้ ถ้ามาพบแพทย์ได้ทันจะคาดการณ์ได้ว่า ลูกคุณมีกลุ่มอาการตรงกับไข้เลือดออก และแพทย์จะทำการตรวจสอบต่อไป เช่น รัศชนที่ความดันระดับหนึ่งเพื่อจุดที่มีเลือดออกว่าเกิดขึ้นใดหรือไม่ เป็นต้น

การป้องกันที่ดีคือ อย่าให้ยุงกัด และอย่าให้ยุงกัด ด้วยการจำกัดแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลายให้หมดสิ้น และอย่ารอให้เกิดอาการที่รุนแรงก่อนแล้วจึงมาพบแพทย์ เช่น เป็นไข้สูงเกิน 3 วัน ซึ่ก หรือมีปัญหาเลือดออกง่าย ต้องรีบพาลูกมาพบแพทย์ทันที

4. โรคอีสุกอีใส-โรคลดความมั่นใจในเด็ก

หลายครอบครัวคงคุ้นเคยกับโรคนี้นี้ดี เพราะเป็นโรคที่เกิดขึ้นบ่อย และเป็นกันบ่อย แต่มักจะเป็นในบางช่วง เมื่อเป็นแล้วมักจะติดกันเป็นทอดๆ โดยเฉพาะการติดต่อกันจากเพื่อนที่โรงเรียน กลุ่มอาการของโรค ผุป่วยจะมีไข้ เป็นผื่นแดง และมีตุ่มน้ำใสเกิดขึ้นตามตัว โดยเริ่มจากบริเวณท้อง ลามไปตามต้นแขน ขา และใบหน้า หลังจากนั้นจะเกิดเป็นสะเก็ด และแผลเป็นขึ้นได้ มักหายได้เองประมาณ 2-3 สัปดาห์

“พยายามดูแลรักษาร่างกายให้แข็งแรง เพราะโรคนี้อาจเกิดขึ้นไม่ตรงตามวัย บางรายเป็นตอนเด็ก หรือบางรายอาจเป็นตอนโต ซึ่งถ้าเป็นในตอนโต จะมีอาการ และการขึ้นตุ่มที่รุนแรงกว่า ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับภาวะของร่างกายด้วย การป้องกันอย่าลูกเขาใกล้ผุป่วย ล้างมือบ่อยๆ เป็นต้น” คุณหมอให้คำแนะนำ

อย่างไรก็ดี ปัจจุบันมีวัคซีนป้องกันโรคอีสุกอีใส ซึ่งมีประสิทธิภาพค่อนข้างดี เริ่มฉีดในเด็กตั้งแต่ 1 ขวบเป็นต้นไป และจะกระตุ้นอีกครั้งในตอน 4 ขวบ ซึ่งเป็นวัคซีนเสริม ยังไม่กำหนดเป็นมาตรฐานที่เด็กทุกคนจะต้องฉีด

5. โรคท้องเสีย หรืออุจจาระร่วง

โรคท้องเสีย เกิดขึ้นเพราะลำไส้อักเสบจากการติดเชื้อโรตาไวรัส ซึ่งมาจากของเล่น อาหาร หรือของใช้ใกล้ตัวเด็กที่ไม่สะอาด โดยเฉพาะเด็กเล็กที่รู้เท่าไม่ถึงการณ์ และไม่เข้าใจเรื่องของสุขอนามัย จึงมักนำของเล่น หรือของใช้ที่มีเชื้อนี้เข้าปากโดยไม่รู้ตัว จากนั้นจะถูกขับออกทางอุจจาระของผุป่วย เกิดการแพร่ระบาดได้ง่าย ซึ่งมีการศึกษาวิจัยพบว่า ในเด็กแรกเกิดถึงอายุ 5 ขวบแทบทุกคนจะเคยติดเชื้อนี้มาแล้ว

คุณหมอบอกต่อว่า “ไวรัสโรตาเป็นเชื้อที่ก่อให้เกิดโรคอุจจาระร่วงในเด็กทารก และเด็กเล็กอายุน้อยกว่า 2 ปี โดยจากสถิติทั่วโลก และในประเทศไทยพบว่า ไวรัสโรตาเป็นสาเหตุหลักทำให้เด็กป่วย และเสียชีวิตด้วยโรคอุจจาระร่วงถึงปีละประมาณ 6 แสนคน

“อาการส่วนใหญ่ จะพบว่ามีอาการท่วงเสีย อาเจียน บางรายจะมีไข้สูง กินได้น้อย งอแง ร่างกายเกิดภาวะขาดน้ำ ดังนั้นเด็กทารกควรให้กินนมแม่จะช่วยไ้ระดับหนึ่ง และดูแลสุขลักษณะการกิน การเล่นให้เหมาะสม ต้องสะอาด และปลอดภัย ขณะเดียวกันไม่ควรพาเด็กเขาเนอสเซอรี่เร็วเกินไป เพราะเด็กที่อยู่ด้วยกันเยอะๆ การแพร่กระจายของเชื้อจะมีได้ง่าย” คุณหมอแนะนำ

อย่างไรก็ดี ปัจจุบันมีวัคซีนป้องกันที่มีประสิทธิภาพ และปลอดภัย ซึ่งได้รับอนุมัติใช้ทั้งหมด 2 ชนิด คือวัคซีนที่มีส่วนประกอบของเชื้อโรตา 1 สายพันธุ์ และ 5 สายพันธุ์ ซึ่งเป็นวัคซีนชนิดรับประทาน (หยอด) ที่มีข้อมูลความปลอดภัย และสามารถเริ่มให้กับทารกอายุตั้งแต่ประมาณ 6-12 สัปดาห์ การต้องเริ่มให้ในช่วงอายุดังกล่าวนี้ เป็นเพราะในช่วงสัปดาห์แรกๆ เด็กทารกจะยังได้รับภูมิคุ้มกันที่สร้างจากรก และการกินนมแม่ การสร้างภูมิคุ้มกันต่อไวรัสโรตา จึงควรเริ่มต้นในช่วงอายุประมาณ 2 เดือน ซึ่งเด็กอาจจะเริ่มมีโอกาสสัมผัสกับเชื้อโรคที่อยู่รอบๆ ตัวแล้ว

6. โรคไอพีดี (IPD) และปอดบวม

โรคไอพีดี หรือที่เรียกว่า Invasive Pneumococcal Disease คือโรคติดเชื้อชนิดรุนแรงที่มีสาเหตุจากเชื้อแบคทีเรียชื่อ “นิวโมคอคคัส” ทำให้เกิดการติดเชื้อในกระแสเลือดและที่เยื่อหุ้มสมอง ซึ่งมีความรุนแรง และอาจทำให้เด็กพิการ หรือเสียชีวิตได้ โดยเฉพาะในเด็กเล็กอายุต่ำกว่า 2 ปี

ถ้าติดเชื้อที่ระบบประสาท เช่น เยื่อหุ้มสมองอักเสบ เด็กจะมีไข้สูง ปวดศีรษะรุนแรง คลื่นไส้ อาเจียน คอแข็ง เด็กเล็กจะมีอาการงอแง ซึม และชักได้ ส่วนการติดเชื้อในกระแสเลือด เด็กจะมีไข้สูง งอแง ภาวะรุนแรงอาจทำให้ช็อก และเสียชีวิตได้ อย่างไรก็ตามมีอาการดังกล่าวควรรีบพามาพบแพทย์ทันที

นอกจากนี้เจ้าเชื้อ “นิวโมคอคคัส” ยังเป็นสาเหตุหลักของโรคปอดบวม หรือปอดอักเสบได้อีกด้วย ซึ่งจากข้อมูลการประเมินขององค์การอนามัยโลก และยูนิเซฟพบว่า ปอดบวมเป็นโรคที่คร่าชีวิตเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี เป็นอันดับ 1 ของโลก โดยมีเด็กที่เสียชีวิตจากโรคนี้นับถึง 2 ล้านคนต่อปี ซึ่งมากกว่าโรคเอดส์ มาลาเรีย และหัดรวมกัน

“ปัจจุบันมีวัคซีนฉีดให้เด็กอายุต่ำกว่า 2 ปี เนื่องจากเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อสูง ส่วนในเด็กทารกควรเริ่มฉีดเมื่ออายุได้ 2 เดือนขึ้นไป และฉีดเข็มต่อไปเมื่ออายุได้ 4, 6 และ 12-15 เดือน โดยเด็กเล็กที่มีอายุต่ำกว่า 5 ปี ที่มีโรคประจำตัวเรื้อรัง หรือมีภูมิคุ้มกันบกพร่อง เป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงสูง วัคซีนจึงมีส่วนสำคัญ สำหรับการป้องกัน ควรเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และสร้างสุขอนามัยที่ดีกับลูก เป็นตัวช่วยที่สำคัญที่สุด” คุณหมอกล่าวเสริม

สุดท้าย “นพ.พรเทพ สวนดอก” ได้ฝากทิ้งท้ายถึงโรคที่เกิดขึ้นกับเด็กในหน้าฝนว่า เด็กทุกคนมีโอกาสเจ็บป่วยได้ง่าย โดยเฉพาะในหน้าฝน ถ้าลูกมีอาการผิดปกติ เช่น มีไข้สูง กินอาหารได้น้อย อาเจียน อ่อนเพลียง่าย มีภาวะขาดน้ำ หรือมีปัญหาเรื่องระบบทางเดินหายใจ เช่น ไอบอย หายใจเร็ว และกินอาหารได้น้อย ควรรีบพามาพบแพทย์ทันที เพราะถ้าวินิจฉัยโรคเร็ว ความรุนแรงของโรค และโอกาสที่รักษาให้หายจะมีแนวโน้มสูง

อย่างไรก็ดี โรคภัยไข้เจ็บ ล้วนสร้างความไม่สบายกาย และไม่สบายใจให้กับตัวเด็ก รวมไปถึงตัวคุณพ่อ คุณแม่เอง เพื่อป้องกันโรคเกิดโรค พ่อแม่ควรใส่ใจเรื่องสุขอนามัยของลูก ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการล้างมือก่อนกินอาหาร การเล่น และการดูแลสุขภาพ ทั้งนี้เพื่อป้องกันโรคต่างๆ ที่จะตามมา อันจะส่งผลกับตัวลูกในภายหลังได้ นี่เป็นวิธีการป้องกันเบื้องต้นที่ทุกครอบครัวสามารถนำไปปฏิบัติได้ทุกบ้านครับ

แหล่งที่มา : ASTVผู้จัดการออนไลน์