

คำถาม-คำตอบ เรื่อง โรคไข้หวัดใหญ่

สำนักโรคติดต่ออุบัติใหม่
ณ วันที่ 2 มีนาคม 2558

1. ไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาลคืออะไร?

ตอบ ไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล หรือที่เรียกว่า "ไข้หวัดใหญ่" เกิดจากเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่ มีการติดเชื้อระบบทางเดินหายใจ (เช่น จมูก คอ ปอด) ซึ่งแตกต่างจากการติดเชื้อระบบทางเดินหายใจอื่นๆ โรคไข้หวัดใหญ่สามารถทำให้เกิดการเจ็บป่วยที่รุนแรง และภาวะแทรกซ้อนที่คุกคามชีวิต โดยเฉพาะประชาชนกลุ่มเสี่ยงสมควรได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ทุกปีโดยร่างกายจะสร้างภูมิคุ้มกันต่อโรคไข้หวัดใหญ่ได้หลังจากการฉีดวัคซีนแล้ว 2 สัปดาห์

2. อาการของโรคไข้หวัดใหญ่ เป็นอย่างไร?

ตอบ ไข้หวัดใหญ่สามารถทำให้เกิดอาการเจ็บป่วยเล็กน้อยไม่รุนแรงจนถึงเจ็บป่วยรุนแรง และอาจนำไปสู่การเสียชีวิตได้ ไข้หวัดใหญ่แตกต่างจากไข้หวัดทั่วไป ไข้หวัดใหญ่จะทำให้มีอาการอย่างฉับพลัน โดยมักจะมีอาการดังนี้ มีไข้หรือไขหนาวสั่น เจ็บคอ น้ำมูกไหลหรือคัดจมูก ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อหรือร่างกาย ปวดศีรษะอ่อนเพลีย บางรายมีอาการอาเจียนและท้องเสีย โดยปกติจะพบมากให้เด็กมากกว่าในผู้ใหญ่

ไข้หวัดและไข้หวัดใหญ่เป็นโรคที่มีอาการคล้ายกันมาก แต่อาการของไข้หวัดใหญ่นั้นรุนแรงกว่าอย่างเห็นได้ชัด โดยมีการเปรียบเทียบความแตกต่างได้ดังนี้

อาการ	ไข้หวัด	ไข้หวัดใหญ่
ไข้	ไม่สูงในผู้ใหญ่ เด็กอาจจะมีไข้	ไข้สูง 38-40 องศา เป็นเวลา 3-4 วัน
ปวดศีรษะ	พบน้อย	ปวดศีรษะมาก
ปวดตามตัว	เล็กน้อย	พบบ่อย และปวดมาก
อ่อนแรง	เล็กน้อย	พบได้นาน 2-3 สัปดาห์
อ่อนเพลีย	ไม่พบ	พบมาก
คัดจมูก	พบบ่อย	พบเป็นบางครั้ง
จาม	พบบ่อย	พบเป็นบางครั้ง
เจ็บคอ	พบบ่อย	พบเป็นบางครั้ง
ไอ แน่นหน้าอก	ไอไม่มาก ไอแห้งๆ	พบบ่อย บางครั้งเป็นรุนแรง
โรคแทรกซ้อน	ไซนัสอักเสบ และหูชั้นกลางอักเสบ	หลอดลมอักเสบ และปอดบวม
การป้องกัน	ไม่มี	ฉีดวัคซีน
การรักษา	รักษาตามอาการ	ยาต้านไวรัสโอเซลทามิเวียร์

ส่วนภาวะแทรกซ้อนโรคไข้หวัดใหญ่ ผู้ป่วยส่วนใหญ่ที่ได้รับเชื้อโรคไข้หวัดใหญ่มักจะฟื้นตัวในเวลาไม่เกินสองสัปดาห์ แต่บางรายจะมีภาวะแทรกซ้อนจากโรคไข้หวัดใหญ่ และอาจทำให้เสียชีวิตได้ โดยอาจเกิดภาวะแทรกซ้อนได้ เช่น โรคปอดบวม, หลอดลมอักเสบไซนัส, การติดเชื้อที่หู เป็นต้น โดยเฉพาะในผู้ป่วยโรคเรื้อรัง เช่น ผู้ป่วยโรคหอบหืดเป็นโรคประจำตัว เมื่อป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่แล้วมักจะเกิดภาวะหอบหืดแทรกซ้อนรุนแรง และผู้ป่วยโรคหัวใจ เมื่อป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่แล้ว อาจเกิดภาวะหัวใจล้มเหลวหรือหัวใจวายได้ เป็นต้น

3. การระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่ในประเทศไทยเป็นอย่างไร?

ตอบ สำหรับประเทศไทยแต่ละปี มักมีการระบาดสองระลอก ในช่วงต้นปีและกลางปี การระบาดในช่วงต้นปี และเมื่ออากาศร้อนขึ้นและเข้าสู่ช่วงโรงเรียนปิดเทอมการระบาดในประเทศไทยก็มักจะลดลง และจะกลับมาระบาดอีกในช่วงกลางปี ซึ่งตรงกับโรงเรียนเปิดเทอมและเป็นฤดูกาลระบาดอีกครั้ง โดยการระบาดช่วงกลางปีจะมีผู้ป่วยมากกว่าช่วงต้นปี

4. กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข มีการเฝ้าระวังติดตามโรคไข้หวัดใหญ่อย่างไร?

ตอบ

1. ติดตาม เฝ้าระวังสถานการณ์โรคอย่างต่อเนื่องทั้งใน และต่างประเทศ
2. จัดทำหนังสือขอให้เร่งรัดดำเนินการป้องกันควบคุมโรคไข้หวัดใหญ่ ถึงหน่วยงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 1-12 สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดทุกแห่ง ผู้ว่าราชการกรุงเทพมหานคร และผู้ตรวจราชการเครือข่ายบริการสุขภาพเขตที่ 1 – 12
3. เผยแพร่ข้อมูลความรู้และแนวทางปฏิบัติในการคัดกรองและการดูแลรักษาผู้ป่วย โรคไข้หวัดใหญ่ ตามแนวทางกระทรวงสาธารณสุข ให้แพทย์ทั้งภาครัฐและเอกชนภายในจังหวัดทราบอย่างทั่วถึง และสั่งการให้บุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขถือปฏิบัติอย่างเคร่งครัด โดยเบื้องต้นหากแพทย์พบผู้ป่วยที่มีอาการคล้ายไข้หวัดใหญ่ (ILI) ให้จ่ายหน้ากากอนามัย จำนวน 15-20 ชิ้น เพื่อเป็นการป้องกันการแพร่ระบาดของโรค รายละเอียดแนวทาง และข้อมูลที่เป็นปัจจุบัน สามารถติดตามได้ที่ <http://beid.ddc.moph.go.th>
4. ดำเนินการเฝ้าระวังโรคไข้หวัดใหญ่ในคน รวมทั้งประสานงานกับสถานพยาบาลในพื้นที่ หากพบการระบาด ต้องรีบแจ้งเตือนโรงพยาบาลในพื้นที่ให้เตรียมพร้อมในการดูแลผู้ป่วยทันที
5. ให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ดำเนินการเฝ้าระวังโรคไข้หวัดใหญ่ในชุมชน รวมทั้งให้คำแนะนำประชาชนในการส่งเสริมสุขภาพอนามัย
6. ประชาสัมพันธ์การป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ให้กับประชาชนได้รับทราบอย่างทั่วถึงโดยเน้นสถานที่ ที่มีคนอยู่รวมกันเป็นจำนวนมาก เช่น โรงเรียน ค่ายทหาร สถานประกอบการ รวมทั้งการจัดกิจกรรมร่วมกับคนหมู่มาก ตามเอกสารคำแนะนำ เรื่อง การป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่

5. โรคไข้หวัดใหญ่ ติดต่อและแพร่กระจายโรคได้อย่างไร?

ตอบ ไข้หวัดใหญ่เป็นโรคติดต่อและเส้นทางการหลักในการแพร่กระจายเชื้อไข้หวัดใหญ่ คือ การแพร่กระจายจากคนสู่คนในระบบทางเดินหายใจ โดยจะได้รับเชื้อจากละอองฝอยจากการไอ จาม ของผู้ป่วย ซึ่งสามารถแพร่กระจายได้ไกลถึง 6 ฟุต ซึ่งเมื่อผู้ป่วยไอ จาม หรือพูดคุยกับบุคคลอื่นที่อยู่ใกล้ชิด อาจทำให้ได้รับละอองฝอยที่มีเชื้อโรคไข้หวัดใหญ่ใหญ่นี้เข้าทางปาก จมูก หรือหายใจเข้าไปยังปอด แต่ส่วนน้อยที่จะพบว่าบุคคลอื่นรับเชื้อไข้หวัดใหญ่ผ่านการสัมผัสพื้นผิวหรือสิ่งของวัตถุที่มีเชื้อไข้หวัดใหญ่ปนเป็นอยู่และนำมาสัมผัสปากหรือจมูกตนเอง

ดังนั้นควรหลีกเลี่ยงการคลุกคลีใกล้ชิดกับผู้ป่วย นอกจากนี้สิ่งที่สำคัญคือการล้างมือบ่อยๆด้วยน้ำและสบู่ ถ้าหากไม่สะดวกที่จะล้างมือด้วยน้ำและสบู่ ควรใช้เจลแอลกอฮอล์ล้างมือแทน และไม่ควรร่วมใช้ของใช้ร่วมกับผู้ป่วย เช่น เสื้อผ้า ช้อน ในการรับประทานอาหารร่วมกับผู้ป่วยควรมีช้อนกลาง ส่วนภาชนะที่ผู้ป่วยทานสามารถทำความสะอาดโดยน้ำยาล้างจานปกติก็เพียงพอแล้ว ไม่จำเป็นต้องมีการทำความสะอาดแยกต่างหาก นอกจากนี้พื้นผิวที่สัมผัสบ่อยควรได้รับการทำความสะอาดและฆ่าเชื้อด้วยน้ำยาทำความสะอาดทั่วไป ทั้งที่บ้านที่ทำงานหรือโรงเรียน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในสถานที่ที่มีคนป่วยด้วยโรคไข้หวัดใหญ่

6. กรณีถ้าหากเคยเป็นไข้หวัดใหญ่แล้วหรือเคยได้รับวัคซีนในปีที่แล้ว จะสามารถมีภูมิคุ้มกันต่อเชื้อไข้หวัดใหญ่ในปีนี้ได้หรือไม่?

ตอบ กรณีหากเคยป่วยเป็นโรคไข้หวัดใหญ่แล้วร่างกายจะมีภูมิคุ้มกันต่อเชื้อชนิดที่ทำให้ป่วยเท่านั้น ซึ่งไข้หวัดใหญ่มีหลากหลายสายพันธุ์ ซึ่งอาจทำให้มีโอกาสป่วยได้อีกจากเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์อื่น

ส่วนกรณีเคยได้รับการฉีดวัคซีนมาแล้วเมื่อปีก่อนนั้น เชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่มีการเปลี่ยนแปลงทุกปี ดังนั้นการผลิตวัคซีนจึงมีการเปลี่ยนแปลงสายพันธุ์ทุกปี เพื่อให้ครอบคลุมเชื้อที่เป็นสาเหตุการระบาดในปีนั้นๆ และภูมิคุ้มกันของร่างกายที่จะป้องกันไวรัสไข้หวัดใหญ่จะลดลงในช่วง 1 ปี หลังจากการได้รับวัคซีน โดยเฉพาะในผู้สูงอายุ ดังนั้นควรฉีดวัคซีนเป็นประจำทุกปี โดยเฉพาะในกลุ่มเสี่ยง หลังฉีดวัคซีน 2 สัปดาห์ จึงจะเกิดภูมิคุ้มกันในการต้านทานโรคไข้หวัดใหญ่

7. ไข้หวัดใหญ่ทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนได้หรือไม่?

ตอบ ได้ บางส่วนของภาวะแทรกซ้อนเกิดจากไข้หวัดใหญ่ รวมถึงโรคปอดบวมจากเชื้อแบคทีเรีย ภาวะขาดน้ำ และทำให้การรักษาทางการแพทย์ยากยิ่งขึ้น เช่น โรคหัวใจล้มเหลว หอบหืด หรือเบาหวาน ในเด็กอาจได้รับปัญหาด้านไซนัส และหูติดเชื้อ ที่เป็นภาวะแทรกซ้อนจากไข้หวัดใหญ่

8. จะแยกได้อย่างไรว่าเป็นไข้หวัดใหญ่หรือไม่?

ตอบ เป็นเรื่องที่ยากมากที่จะแยกให้เห็นถึงความแตกต่างระหว่างไข้หวัดใหญ่กับการติดเชื้อไวรัสหรือแบคทีเรียอื่นที่เป็นสาเหตุให้เกิดโรคทางระบบทางเดินหายใจ โดยการวิเคราะห์จากอาการเพียงอย่างเดียว แต่ทั้งนี้ต้องอาศัยว่าทดสอบทางห้องปฏิบัติการตามเกณฑ์วินิจฉัยโรคไข้หวัดใหญ่

9. นอกเหนือจากเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่แล้ว ยังมีเชื้อไวรัสทางเดินหายใจอื่นๆ ที่ระบาดในช่วงนี้อีกหรือไม่?

ตอบ นอกเหนือจากไวรัสไข้หวัดใหญ่แล้วยังมีไวรัสอื่นๆ ที่ก่อให้เกิดโรคทางระบบทางเดินหายใจได้อีก ซึ่งทำให้เกิดอาการเจ็บป่วยคล้ายกับการติดเชื้อไข้หวัดใหญ่ ซึ่งไวรัสอื่นเหล่านี้รวมไปถึงไรโนไวรัส (Rhinovirus) เป็นเหตุที่ทำให้เกิดไข้หวัดธรรมดา และโรคอาร์เอสวี (Respiratory Syncytial Virus : RSV) ซึ่งเป็นสาเหตุของอาการหรือโรคติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจได้เช่นกัน

10. หลังจากได้รับเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่แล้วจะแสดงอาการป่วยเมื่อใด?

ตอบ เมื่อบุคคลรับเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่แล้วจะเริ่มแสดงอาการป่วยประมาณ 1-4 วัน โดยเฉลี่ยแล้วประมาณ 2 วัน

11. ผู้ป่วยจะสามารถแพร่เชื้อให้ผู้อื่นได้นานเท่าไร ?

ตอบ ไข้หวัดใหญ่เป็นโรคติดต่อ ทั้งนี้ผู้ที่ไม่มีอาการเจ็บป่วยแต่มีเชื้อไข้หวัดใหญ่อยู่ในตัวก็สามารถแพร่เชื้อไปสู่ผู้อื่นได้ เนื่องจากเชื้อไข้หวัดใหญ่สามารถแพร่เชื้อไปยังผู้อื่นได้ตั้งแต่ 1 วันก่อนมีอาการแสดง และ 5-7 วันหลังจากมีอาการป่วย ส่วนเด็กอาจแพร่เชื้อได้นานกว่า 7 วัน โดยจะเริ่มมีอาการแสดงตั้งแต่ 1-4 วันหลังจากที่เชื้อเข้าสู่ร่างกาย นั่นหมายความว่าคุณอาจจะสามารถที่จะแพร่เชื้อไข้หวัดใหญ่ให้กับผู้อื่นได้ ตั้งแต่ก่อนที่คุณจะรู้ว่าคุณมีอาการป่วย เช่นเดียวกับในขณะที่คุณกำลังป่วย แต่ในบางรายป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่แต่ไม่มีการแสดงอาการใดๆ แต่ก็สามารถที่จะแพร่กระจายเชื้อไปยังผู้อื่นได้เช่นกัน

12. จำนวนผู้ป่วยและจำนวนผู้เสียชีวิตด้วยโรคไข้หวัดใหญ่ในประเทศไทยเป็นอย่างไร?

ตอบ ในประเทศไทย ในช่วงปี พ.ศ. 2552-2556 มีรายงานผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่ ปีละประมาณ 44,000 – 120,000 ราย และผู้เสียชีวิต 0 – 230 ราย คาดว่าจำนวนผู้ป่วยและเสียชีวิตที่เกิดขึ้นจริงมีมากกว่าที่รายงานหลายเท่าตัว เพราะผู้ป่วยส่วนใหญ่ที่มีอาการป่วยน้อยและมักไม่เข้ารับการรักษาส່วนผู้มีอาการมากและเสียชีวิต ส่วนหนึ่งได้รับการวินิจฉัยเป็นโรคอื่น เช่น ปอดบวม

และสำหรับปีนี้ข้อมูลของสำนักระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค ณ วันที่ 1 มกราคม ถึง 23 กุมภาพันธ์ 2558 ได้รับรายงานผู้ป่วยโรคไข้หวัดใหญ่รวมทั้งสิ้น 10,032 ราย อัตราป่วย 15.56 ต่อแสนประชากร โดยจังหวัดที่มีอัตราป่วยสูงเป็นจังหวัดทางภาคเหนือ ได้แก่ เชียงใหม่ ลำปาง พะเยา และลำพูน

ในแต่ละปีจำนวนจะมีผู้ป่วยมากหรือน้อย มักขึ้นอยู่กับลักษณะของเชื้อที่แพร่เข้ามาในปีนั้นๆ หากมีลักษณะคล้ายกับเชื้อในปีก่อน การระบาดก็จะเกิดน้อย เพราะประชาชนส่วนใหญ่มีภูมิคุ้มกัน หากเชื้อแตกต่างจากเชื้อในปีก่อนมากการระบาดก็จะเกิดมาก เพราะภูมิคุ้มกันที่ประชาชนส่วนใหญ่มีอยู่ จะป้องกันเชื้อใหม่ได้น้อย

13. โรคไข้หวัดใหญ่สามารถรักษาได้หรือไม่?

ตอบ โรคไข้หวัดใหญ่รักษาได้ด้วยยาต้านไวรัสไข้หวัดใหญ่ที่มีชื่อว่าโอลเซลทามิเวียร์ ทั้งนี้การใช้ยาต้องขึ้นอยู่กับภายใต้การดูแลของแพทย์อย่างใกล้ชิด

14. การที่มีคนเรียกไข้หวัดใหญ่ลงกระเพาะ ถือเป็นโรคไข้หวัดใหญ่ใช่หรือไม่ ?

ตอบ หลายคนมักใช้คำว่าไข้หวัดใหญ่ลงกระเพาะ เพื่ออธิบายอาการเจ็บป่วยที่มีอาการคลื่นไส้ อาเจียนหรือท้องเสีย โดยอาการเหล่านี้อาจเกิดได้จากหลายสาเหตุ เช่น ไวรัส แบคทีเรีย หรือปรสิต ในขณะที่อาเจียนท้องเสีย และเริ่มคลื่นไส้ หรือมีอาการเกี่ยวกับกระเพาะอาหาร ในบางครั้งอาจจะเกี่ยวกับไข้หวัดใหญ่ ซึ่งส่วนมากจะเกิดในเด็กมากกว่าผู้ใหญ่ ซึ่งอาการเหล่านี้พบได้น้อยในโรคไข้หวัดใหญ่ เพราะโรคไข้หวัดใหญ่เป็นโรคทางระบบทางเดินหายใจ ไม่ใช่โรคทางกระเพาะอาหารหรือโรคทางลำไส้

15. ใครคือกลุ่มเสี่ยงโรคไข้หวัดใหญ่?

ตอบ ส่วนใหญ่ที่ได้รับเชื้อโรคไข้หวัดใหญ่มักจะฟื้นตัวในเวลาไม่เกินสองสัปดาห์ แต่บางรายจะมีภาวะแทรกซ้อนจากโรคไข้หวัดใหญ่ และอาจทำให้เสียชีวิตได้ โดยอาจเกิดภาวะแทรกซ้อนได้ เช่น โรคปอดบวม, หลอดลมอักเสบไซนัส, การติดเชื้อที่หู เป็นต้น โดยเฉพาะในผู้ป่วยโรคเรื้อรัง เช่น ผู้ป่วยโรคหอบหืดเป็นโรคประจำตัว เมื่อป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่แล้วมักจะเกิดภาวะหอบหืดแทรกซ้อนรุนแรง และผู้ป่วยโรคหัวใจเมื่อป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่แล้ว อาจเกิดภาวะหัวใจล้มเหลวหรือหัวใจวายได้ เป็นต้น

กลุ่มเสี่ยงที่จะทำให้เกิดโรคแทรกซ้อน :

- ผู้มีโรคประจำตัว เช่น โรคหอบหืด โรคทางระบบประสาท โรคปอด โรคเบาหวาน โรคไต โรคตับ โรคเอดส์ โรคมะเร็ง ผู้ที่รับยาสเตียรอยด์เรื้อรัง หรือคนที่อายุน้อยกว่า 19 ปีที่ได้รับการรักษาด้วยยาแอสไพรินในระยะยาว
- ผู้สูงอายุที่มีอายุ 65 ปี ขึ้นไป
- หญิงตั้งครรภ์ (และหญิงตั้งครรภ์ที่มีอายุครรภ์ตั้งแต่ 2 สัปดาห์ จนถึงหลังคลอด)
- บุคคลทางการแพทย์และผู้ดูแลผู้ป่วยอย่างใกล้ชิดเป็นเวลานาน
- เด็กที่อายุน้อยกว่า 5 ปี โดยเฉพาะในเด็กที่อายุน้อยกว่า 2 ปี
- คนที่เป็นโรคอ้วน (ดัชนีมวลกายหรือ BMI เท่ากับ 40 หรือสูงกว่า)