

แนวทางการดูแลรักษาหญิงตั้งครรภ์ที่ป่วย หรือสงสัยว่าเป็นไข้หวัดใหญ่

หญิงตั้งครรภ์

การป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่ทำให้หญิงตั้งครรภ์มีโอกาสที่จะเกิดภาวะแทรกซ้อนทางระบบการหายใจและไหลเวียน เพิ่มขึ้นประมาณ 4 เท่าของคนปกติแม้จะเป็นคนแข็งแรงดีมาก่อน ภาวะแทรกซ้อนต่อทารกในครรภ์จากการป่วยรุนแรงและมีไข้สูงอาจเกิดขึ้นได้ จึงได้แนะนำแนวทางการดูแลรักษาและป้องกันไข้หวัดใหญ่ดังนี้

การป้องกันตนเองจากการติดเชื้อไข้หวัดใหญ่

- ให้ปฏิบัติตามวิธีการป้องกันไข้หวัดใหญ่ที่แนะนำแก่คนทั่วไปอย่างเคร่งครัด โดยเฉพาะการล้างมือ การสวมหน้ากากอนามัยหากต้องเข้าไปในสถานที่หรือห้องประชุมที่มีผู้คนจำนวนมาก
- หลีกเลี่ยงการดูแลสมาชิกในครอบครัวที่ป่วยไข้หวัดใหญ่ และให้อยู่ห้องแยกกัน
- หลีกเลี่ยงการใช้มือแคะจมูก ขยี้ตา โดยที่ยังไม่ล้างมือหลังจับสิ่งของที่ใช้ร่วมกับผู้อื่น
- นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ
- การตรวจขณะฝากครรภ์ ควรใช้เวลาเท่าที่จำเป็น ให้สวมหน้ากากอนามัยทั้งแพทย์และหญิงตั้งครรภ์ หากจัดเป็นสถานที่ฝากครรภ์ที่แยกจากการตรวจอื่น ๆ จะช่วยลดการติดเชื้อได้

- การฉีดวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล ไม่สามารถป้องกันการติดเชื้อไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ได้ การฉีดวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่ จึงต้องคำนึงถึงความปลอดภัยของวัคซีนนั้นต่อหญิงตั้งครรภ์และทารก หากจะฉีด แนะนำให้ฉีดหลังตั้งครรภ์ 3 เดือนขึ้นไป

การดูแลรักษาตนเองเมื่อป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่

- ให้ดูแลรักษาตนเองที่บ้านได้ หากรู้สึกว่าเป็นไข้เล็กน้อย และตอบสนองดีต่อยาลดไข้ พาราเซตามอล
- หากมีอาการรุนแรงคงเดิมหรือเพิ่มขึ้นหลังป่วยได้ 2 วัน หรือเริ่มรู้สึกว่าอาการรุนแรงผิดปกติ ให้ไปพบแพทย์เพื่อพิจารณารับยาต้านไวรัสไข้หวัดใหญ่
- หากมีไข้สูง หนาวสั่น หรือวัดได้อุณหภูมิเกิน 38.5 องศาเซลเซียส ให้ไปพบแพทย์เพื่อหาสาเหตุของไข้และพิจารณาการให้ยาต้านไวรัสไข้หวัดใหญ่หากมีอาการหรือลักษณะคลินิกเข้าได้กับไข้หวัดใหญ่

การให้ยาด้านไวรัสไข้หวัดใหญ่

เนื่องจากยังไม่ทราบผลข้างเคียงของยาขนานนี้ต่อทารกในครรภ์แน่ชัด แต่คาดว่าผลน้อย และในหญิงตั้งครรภ์ที่ยังป่วยรุนแรงพอสมควรหลังป่วยได้ 2 วัน การให้ยาด้านไวรัสไข้หวัดใหญ่ในกรณีนี้จะลดภาวะแทรกซ้อนที่เป็นอันตรายต่อมารดาและทารกในครรภ์ได้ การให้ยาในกรณีนี้จึงเหมาะสม

- หากหญิงตั้งครรภ์ป่วยด้วยอาการที่สงสัยว่าเป็นไข้หวัดใหญ่ ไม่ว่าจะรุนแรงระดับใดและกำลังอยู่ในระยะคลอดบุตร แนะนำให้ยาต้านไวรัสไข้หวัดใหญ่ทันที
- หากหญิงตั้งครรภ์ไม่อยู่ในระยะคลอดบุตร ให้พิจารณาการให้ยาต้านไวรัสไข้หวัดใหญ่ตามความรุนแรงของโรค เช่นเดียวกับข้อแนะนำที่ใช้กับกลุ่มเสี่ยงทั่วไป หรือจากอาการไข้หนาวสั่น หรือความรุนแรงของโรคที่ไม่ทุเลาเลยใน 2 วัน ทั้งนี้ ให้รีบปรึกษาแพทย์หากคิดว่า ต้องใช้ยาต้านไวรัสไข้หวัดใหญ่
- ใช้ยาต้านไวรัสไข้หวัดใหญ่เพียงขนานเดียว
- ยา oseltamivir เป็นยาที่แนะนำให้ใช้ก่อนและรับประทานครั้งละ 75 มก. วันละ 2 ครั้ง นาน 5 วัน
- อาจจะใช้ยา zanamivir ได้ หากสงสัยในกรณีที่ติดเชื้อคือยาหรือผู้ป่วยไม่สามารถรับประทานยาหรือใช้ยาชนิดรับประทานไม่ได้ ให้สูดยาผ่านทางปากเข้าหลอดลมครั้งละ 10 มก. (สูดครั้งละ 5 มก. ติดต่อกันสองครั้ง รวมเป็น 10 มก.) วันละ 2 ครั้ง นาน 5 วัน

การให้นมลูกหลังคลอดหากมารดา กำลังป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่

- ให้บีบนมแม่แยกใส่ขวด และให้ผู้อื่นป้อนขวดนมแทนก่อนจนกว่าหายจากไข้แล้ว 24 ชั่วโมง
- หากทำไม่ได้และต้องให้นมเอง ต้องทำความสะอาดหัวนมและมือก่อนป้อนนมลูก พร้อมสวมหน้ากากอนามัย

การปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรคหลังสัมผัสผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่

- ไม่แนะนำให้รับประทานยาต้านไวรัสไข้หวัดใหญ่ ไม่ว่าจะในกรณีใด ๆ หากยังไม่ป่วยหรือไม่มีไข้
- หากสัมผัสผู้ป่วยและคิดว่าติดเชื้อ แนะนำให้สวมหน้ากากอนามัย ล้างมือ และนอนในห้องแยกที่มีอากาศถ่ายเทได้ดี หลีกเลี่ยงการเข้าสู่ชุมชนอย่างน้อย 7 วัน หากไม่เป็นไข้ภายใน 7 วัน ให้ปฏิบัติตนตามปกติ
- เมื่อมีไข้ภายใน 7 วันหลังการสัมผัสผู้ป่วย ให้ปฏิบัติตามข้อแนะนำตามแนวทางการดูแลรักษาหญิงตั้งครรภ์ที่ป่วยหรือสงสัยว่าป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่

โดย สมาคมโรคติดเชื้อแห่งประเทศไทย
 ราชวิทยาลัยสูตินรีแพทย์แห่งประเทศไทย
 ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทย