



ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 (H1N1 type A)

ศ.นพ.ขจรศักดิ์ ศิลปโภชากุล
แพทย์โรคติดเชื้อ รพ.สงขลานครินทร์

ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 (H1N1 type A) เกิดจากเชื้อไวรัส เป็นโรคติดต่อทางเดินหายใจ และการสัมผัสน้ำมูก น้ำลายอันเป็นสาเหตุของอาการเจ็บป่วยในคน ไวรัสสายพันธุ์ใหม่นี้ถูกตรวจพบในคนเป็นครั้งแรกในเดือนเมษายน 2552 ในประเทศเม็กซิโก ซึ่งแพร่กระจายจากคนสู่คน และแพร่ไปยังประเทศอื่นๆ เช่น ประเทศสหรัฐอเมริกา แคนาดา เป็นต้น

เชื้อที่เป็นสาเหตุของไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009

ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 เกิดจากเชื้อไวรัสอินฟลูเอนซ่า H1N1 ชนิด A ไวรัสชนิดนี้ถูกเรียกว่า “ไข้หวัดหมู” เพราะผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการแสดงให้เห็นว่ายีนหลายตัวในไวรัสชนิดนี้มีความคล้ายคลึงกันกับไวรัสไข้หวัดใหญ่ที่เกิดขึ้นในหมู แต่เชื้อนี้ยังไม่พบว่ามี การแพร่จากหมูไปสู่คน

การติดต่อของเชื้อ

ไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009 นี้แพร่กระจายได้เช่นเดียวกับการแพร่กระจายของไวรัสไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล ซึ่งไวรัสไข้หวัดใหญ่แพร่กระจายจากคนสู่คนจากการสัมผัสกับน้ำมูก น้ำลาย หรือสิ่งของที่เปื้อนน้ำมูก น้ำลาย ของผู้ป่วยที่มีเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 และผู้สัมผัสไปเช็ดหน้า เช็ดตา ของตัวเอง นำเข้าสู่ร่างกาย และนอกจากนี้ยังเกิดจากการไอ หรือจามรดกัน

อาการและอาการแสดงของโรค

ระยะฟักตัวของโรค เฉลี่ย 3-4 วัน ผู้ป่วยจะมีอาการไข้หวัด (ไข้ ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ เจ็บคอ ไอ) อาการปวดอักเสบ (ไข้ ไอ หอบ) ร่วมกับมีประวัติการเดินทางกลับจากประเทศที่มีการระบาดของโรค ซึ่งจากการศึกษาพบว่าคนสามารถติดเชื้อชนิดนี้จากวันแรกก่อนที่จะมีอาการแสดงออกมา จนถึงวันที่ 7 หลังจากมีอาการป่วยแล้ว โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเด็กเล็กจะติดเชื้อได้นานกว่า

คำแนะนำในการป้องกันตนเอง

1. หากไม่จำเป็นต้องเคลื่อนไหวหรือชะลอการเดินทางไปยังประเทศที่เป็นพื้นที่เกิดการระบาดจนกว่าสถานการณ์จะยุติ
2. หากจำเป็นต้องเดินทางไปพื้นที่ที่เกิดการระบาด ให้หลีกเลี่ยงการใกล้ชิดกับผู้ป่วยที่มีอาการไอ จาม หลีกเลี่ยงสถานที่ที่แออัด และปฏิบัติตามข้อแนะนำของทางการในพื้นที่นั้นๆ อย่างเคร่งครัด
3. สร้างเสริมสุขภาพให้แข็งแรง โดย
 - รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ โดยเฉพาะผัก ผลไม้ และดื่มน้ำสะอาดให้เพียงพอ
 - หมั่นล้างมือบ่อยๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งหลังการไอ จาม
 - นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ
 - ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
4. หากพบผู้ป่วยที่มีอาการคล้ายไข้หวัดใหญ่ภายในบ้านหรือสถานที่ทำงาน และมีประวัติการเดินทางกลับจากประเทศที่เป็นพื้นที่เกิดการระบาดควรแจ้งสำนักงานสาธารณสุข

การป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อ

ถ้าพบผู้ป่วยพยายามจำกัดการติดต่อกับคนอื่น ๆ ให้น้อยที่สุดเท่าที่จะทำได้ อย่าไปทำงานหรือไปโรงเรียนภายในเป็นเวลา 7 วันขณะที่กำลังป่วย หรือรอจนกระทั่งไม่มีอาการป่วยแล้ว และให้ปิดปากและจมูกด้วยหน้ากากอนามัย และใช้กระดาษทิชชูปิดปากเมื่อไอหรือจาม ซึ่งเป็นวิธีที่จะป้องกันคนรอบข้างไม่ให้ติดเชื้อและทิ้งกระดาษทิชชูที่ใช้แล้วลงในถังขยะให้เรียบร้อย และล้างมือให้สะอาดทุกครั้ง

การควบคุมโรค

หากพบผู้ป่วยที่กลับมาจากประเทศที่ถูกระบุว่ามีการระบาดของเชื้อไวรัสดังกล่าว และมีอาการป่วยที่คล้ายคลึงกับไข้หวัดใหญ่ เช่น มีไข้ ปวดเมื่อยตามร่างกาย มีน้ำมูกไหล เจ็บคอ ให้สงสัยว่าน่าจะเป็นผู้ป่วยโรคไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ 2009 ผู้ป่วยควรอยู่แต่ในบ้านและหลีกเลี่ยงการติดต่อกับคนอื่นให้น้อยที่สุดเท่าที่จะทำได้เพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรคไปสู่คนอื่น และสามารถโทรศัพท์มาปรึกษาที่ศูนย์ Hotline ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 โทร 074-451090

หากมีข้อสงสัย : สอบถามรายละเอียดได้ที่ หน่วยควบคุมการติดเชื้อโรงพยาบาลสงขลานครินทร์
โทร 0-7445-1025, 0-7445-1097