

คำแนะนำในการคัดกรองผู้ป่วยเพื่อไม่เสี่ยงกับการรับการรักษาที่ซ้ำเกินไป ในช่วงการระบาดของไข้หวัดใหญ่ 2009

ศ.นพ.ธีระวัฒน์ เหมะจุฑา* และ ผศ.ภญ.อภิฤดี เหมะจุฑา†

*คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ผู้อำนวยการศูนย์ความร่วมมือองค์การอนามัยโลก ไวรัสสัตว์สู่คน

†ผู้จัดการสถานปฏิบัติการเฝ้าระวังโรคติดเชื้อ คณะเภสัชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สรุปประเด็นสำคัญเพื่อสื่อแก่ประชาชน

เมื่อมีอาการขั้นต้นของหวัด เช่น ตัวร้อน มีไข้สูง 38 องศาเซลเซียสขึ้นไป ไอ จาม ในช่วงระบาดนี้ให้สันนิษฐานเบื้องต้นไว้ก่อนว่ามีแนวโน้มที่จะเป็นไข้หวัดใหญ่ได้

อาการที่ไม่รุนแรง สามารถหายเองได้ ควรหยุดพักอยู่ที่บ้านเพื่อดูอาการและพักผ่อนให้เพียงพอซัก 2 วัน โดยเหตุผลคือ 1) การออกไปนอกบ้านขณะที่เป็นไข้หวัดใหญ่ 2009 จะเป็นการแพร่โรคให้คนอื่น 2) ถ้าไม่เป็นไข้หวัดใหญ่ 2009 การไปยังสถานที่ที่เสี่ยงรับเชื้อโรคมารูปร่างกายนั้นย่อมเป็นวิธีการที่ไม่ควร

ผู้ที่มีอาการไม่รุนแรง การไปโรงพยาบาลเพื่อตรวจหาอาการไข้หวัดใหญ่ 2009 นั้นไม่จำเป็นและเสี่ยงต่อการรับเชื้อ และเป็น การเพิ่มภาระของโรงพยาบาล ทำให้สมรรถภาพของโรงพยาบาลที่จะดูแลผู้ป่วยที่อาการรุนแรงกว่าทำได้ยาก

ผู้ป่วยทุกรายต้องสังเกตอาการของตนเองโดยไม่ประมาท โดยเฉพาะผู้ที่อาการคงอยู่แม้จะได้รับยาลดไข้เบื้องต้น หรือมีอาการหนัก หรือมีโรคประจำตัวต้องไม่ประมาท เพราะถ้าไปหาหมอและรับยาฆ่าไวรัสซ้ำให้เกินไปก็เสี่ยงกับอันตรายที่รุนแรง

แม้พ้นระยะสังเกตอาการ 48 ชั่วโมงแล้ว แต่มีอาการไข้กลับมาอีกร่วมกับอาการอื่นในสูตร 1/5 ที่กล่าวไปแล้ว ก็ต้องรีบไปหาหมอโดยด่วนเช่นกัน

สิ่งที่ต้องเน้นการปฏิบัติอย่างเคร่งครัดอีกข้อหนึ่งคือ ถ้ามีคนในบ้านอยู่ในกลุ่มเสี่ยง และมีคนในบ้านเป็นหวัดในระยะนี้ ต้องแยกกันเท่าที่จะทำได้ และทั้งสองฝ่ายต้องสวมหน้ากากอนามัยและล้างมืออย่างถูกต้อง

หมายเหตุ: กลุ่มเสี่ยงคือผู้ที่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อแล้วเกิดอาการรุนแรงได้มาก ได้แก่

- ผู้ที่มีอายุน้อยกว่า 5ปี และมากกว่า 65ปี
- สตรีมีครรภ์
- กลุ่มที่มีโรคประจำตัว
 - 1) โรคปอด ใจ ตับ หัวใจ ความดันโลหิตสูง
 - 2) ภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่อง เช่น ผู้ป่วย HIV หรือเป็นผู้ได้รับยากดภูมิคุ้มกัน
 - 3) ผู้มีความผิดปกติทางสมอง แขนขา กล้ามเนื้อ อันอาจทำให้การหายใจไม่ปกติ
 - 4) ความอ้วน (BMI มากกว่า 30 กิโลกรัมต่อตารางเมตร)

สูตร 1+ (1/5) ต้องไปหาหมอขอรับยามาไวรัส

สูตร 1 คือถ้ามีอาการข้อใดข้อหนึ่งดังต่อไปนี้ ต้องไปหาหมอ

ถ้ามีไข้สูง 38 องศาเซลเซียส ร่วมกับ ไอ เจ็บคอ ให้ดูว่าตัวเองอยู่ในกลุ่มเสี่ยงหรือไม่ ถ้าใช่ต้องไปหาหมอ ถ้าไม่อยู่ในกลุ่มเสี่ยง ในเบื้องต้นให้ทานยาพาราเซตามอลเพื่อลดไข้ โดยกินยาซ้ำได้ทุก 4-6 ชั่วโมง ไม่เกิน วันละ 8 เม็ด ถ้ากินยาพาราเซตามอลแล้ว อาการไข้ก็ยังไม่สูง ไม่ลดลงต่ำกว่า 38 องศาเซลเซียส ไอ เจ็บคอยังคงอยู่ เกิน 24 ชั่วโมง ต้องไปหาหมอ โดยอาจไม่ต้องรอดูอาการถึง 48 ชั่วโมง

สูตร 1/5 คือ หากมีอาการเพิ่มเติมเพียง 1 ใน 5 ข้อต่อไปนี้ ต้องรีบไปหาหมอโดยด่วน นั่นคือ

1. ปวดหัวมากแม้ทานพาราเซตามอลก็ยังไม่ทุเลา
2. รู้สึกเบื่ออาหารอย่างมาก ไม่อยากทานอะไรเลย คลื่นไส้ อาเจียน
3. ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ แม้จะทานพาราเซตามอลแล้วก็ยังไม่ทุเลา
4. มีอาการไอแล้วเหนื่อย หรือไอแล้วเจ็บเฉพาะที่ หรือไอแล้วมีเลือดปน
5. มีอาการท้องเสีย 3-4 ครั้งต่อวัน

ปรับปรุงล่าสุด 1 สิงหาคม 2552 โดยข้อมูลสรุปจากคณะแพทย์ สาขาวิชาโรคติดเชื้อและสาขาวิชาโรคระบบการหายใจ ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และประมวลจากวารสารที่สรุปกรณีผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่ 2009 ในต่างประเทศ