

## ไข้เลือดออกน่ารู้

นพ.วรมันต์ ไวดาบ

เมื่อเข้าสู่ฤดูฝนผู้ปกครองหลายคนเริ่มกังวลถึงภัยร้ายที่มากับอากาศที่เย็นและชื้น โดยเฉพาะความเจ็บป่วยจากโรคติดเชื้อไม่ว่าจะเป็นโรคติดเชื้อทางเดินหายใจ เช่น ไข้หวัดใหญ่ ปอดอักเสบ หรือโรคติดต่อที่นำโดยยุงซึ่งเพิ่มจำนวนขึ้นอย่างมากหลังฝนตกและแน่นอนว่าหนึ่งในโรคที่อยู่ในใจของหลายต่อหลายคนคงไม่พ้นโรค “ไข้เลือดออก”

เหตุผลที่คุณพ่อคุณแม่รู้สึกกลัวอันตรายจากโรคนี้อาจเป็นส่วนหนึ่งเพราะได้รับข่าวสารมากมายจากแหล่งข้อมูลต่างๆไม่ว่าจะเป็นคนรอบข้าง สื่อสารมวลชน อินเทอร์เน็ต รวมถึงสังคมออนไลน์ หลายคนเกิดความไม่แน่ใจความถูกต้องครบถ้วนของข้อมูล ซึ่งแทนที่จะเพิ่มความเข้าใจกลับยิ่งสร้างความสับสนและเกิดเป็นประเด็นคำถามเกี่ยวกับโรค บทความนี้ขอเป็นส่วนหนึ่งที่สร้างความเข้าใจ ให้ข้อมูลที่ถูกต้องและควรทราบเกี่ยวกับโรคไข้เลือดออก

### โรคไข้เลือดออกเกิดได้อย่างไร มีการติดต่ออย่างไร

ไข้เลือดออกเป็นโรคติดเชื้อเกิดจากเชื้อไวรัสเดงกี้นำโดยยุงลาย การติดต่อเริ่มจากผู้ป่วยไข้เลือดออกถูกยุงลายกัด เชื้อไวรัสจะเข้าไปแบ่งตัวในลำไส้และเดินทางต่อไปยังต่อมน้ำลายของยุง คนได้รับเชื้อจากการถูกยุงที่มีเชื้อไข้เลือดออกกัด หากผู้รับเชื้อไม่มีภูมิคุ้มกันต่อโรคจะมีความเสี่ยงเกิดโรคไข้เลือดออก เชื้อไวรัสที่อยู่ในกระแสโลหิตของผู้ป่วยสามารถถ่ายทอดไปยังผู้อื่นได้หากถูกยุงลายกัด ความน่ากลัวของเชื้อไข้เลือดออกคือยุงที่มีเชื้อสามารถแพร่เชื้อได้ตลอดอายุขัยของยุง (ระยะเวลาประมาณ 1 เดือน) และสามารถส่งต่อเชื้อไปยังไข ทำให้ถูกยุงเป็นพาหะของโรคได้ตั้งแต่เกิด จากเหตุผลดังกล่าวจึงทำให้โรคไข้เลือดออกเกิดการระบาดได้ง่ายหากไม่สามารถควบคุมประชากรยุงลายให้ดี

### โรคนี้อาการอย่างไร ทำไมถึงมีชื่อว่าไข้เลือดออก

หลังจากได้รับเชื้อ ผู้ป่วยที่ไม่มีภูมิคุ้มกันต่อเชื้อไข้เลือดออกจะมีอาการไข้ ปวดศีรษะ ปวดกระบอกตา ปวดเมื่อยตามร่างกาย หน้าแดง ปวดท้อง คลื่นไส้อาเจียน บางรายอาจมีอาการทางเดินหายใจเช่นเจ็บคอ ไอ น้ำมูกร่วมด้วย ทำให้แยกได้ยากจากโรคติดเชื้ออื่นเช่น ไข้หวัดใหญ่ อาการดังกล่าวจะเป็นอยู่ประมาณ 3-7 วัน ผู้ป่วยส่วนใหญ่จะหายเป็นปกติโดยไม่มีภาวะแทรกซ้อน บางรายอาจพบผื่นแดงตามร่างกายหลังจากไข้ลงซึ่งเป็นตัวบ่งชี้ว่าหายจากโรคแล้ว อย่างไรก็ตามมีผู้ป่วยส่วนน้อยที่เกิดอาการรุนแรงเนื่องจากเชื้อไวรัสทำให้เกิดเลือดต่ำ และมีการรั่วของน้ำเลือดออกนอกเส้นเลือด ทำให้ระบบไหลเวียนโลหิตล้มเหลวเกิดภาวะช็อก(ความดันโลหิตต่ำ)จนเสียชีวิตได้ นอกจากนี้เชื้อไวรัสเด็งกีทำให้ผู้ป่วยบางรายมีเกล็ดเลือดต่ำ เนื่องจากเกล็ดเลือดมีส่วนสำคัญในกลไกการแข็งตัวของเลือด มีหน้าที่คล้ายกาทำให้เส้นเลือดมีความแข็งแรงขึ้น ดังนั้นเมื่อระดับ

ของเกล็ดเลือดต่ำลงผู้ป่วยจะมีความเสี่ยงต่ออาการเลือดออกง่ายและหยุดยากกว่าปกติ บางรายอาจมีเลือดกำเดาไหล อาเจียน ถ่ายเป็นเลือด หรือเลือดออกทางช่องคลอด หากเลือดที่ออกมีปริมาณมากผู้ป่วยจะเกิดภาวะช็อกและเสียชีวิตจึงมีผู้เรียกโรคนี้อีกว่า "ไข้เลือดออก"

### จะทราบได้อย่างไรว่าเป็นไข้เลือดออก

การวินิจฉัยไข้เลือดออกอาศัยประวัติ การตรวจร่างกาย อาการทางคลินิก และผลตรวจทางห้องปฏิบัติการร่วมกัน แม้ว่าปัจจุบันมีการตรวจทางห้องปฏิบัติการที่สามารถวินิจฉัยไข้เลือดออกได้เร็วขึ้น แต่ยังไม่มีการตรวจใดสามารถทำนายความรุนแรงของโรคได้ตั้งแต่วันแรกของโรค การวินิจฉัยจากอาการทางคลินิกมีความสำคัญมากเนื่องจากระยะหลังพบผู้ป่วยบางรายมีอาการผิดปกติของระบบอื่นร่วมด้วย เช่น ซึม ชัก ตับอักเสบ หัวใจเต้นผิดจังหวะ ไตวาย ทำให้วินิจฉัยโรคได้ยากขึ้น อย่างไรก็ตามหน่วยงานวิชาการด้านการแพทย์ ทั้งราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทย สมาคมโรคติดเชื้อในเด็กแห่งประเทศไทย และสมาคมโรคติดเชื้อแห่งประเทศไทยต่างตระหนักถึงความสำคัญของการให้ความรู้แพทย์และบุคลากรที่เกี่ยวข้องในการดูแลผู้ป่วยไข้เลือดออกโดยจัดประชุมวิชาการอย่างต่อเนื่องทำให้ผู้ดูแลผู้ป่วยสามารถให้การวินิจฉัยและดูแลผู้ป่วยได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ส่งผลให้อัตราความพิการและเสียชีวิตจากโรคลดลง

### เคยเป็นไข้เลือดออกแล้วจะมีโอกาสเป็นอีกได้หรือไม่

เชื้อไวรัสเด็งกีที่เป็นสาเหตุของไข้เลือดออกมี 4 สายพันธุ์ เมื่อมีการติดเชื้อสายพันธุ์หนึ่งสายพันธุ์ใดจะมีภูมิคุ้มกันต่อสายพันธุ์นั้นตลอดชีวิต ดังนั้นผู้ป่วยที่เคยติดเชื้อไข้เลือดออกจึงมีโอกาสเป็นไข้เลือดออกจากการติดเชื้อสายพันธุ์อื่นที่ยังไม่เคยเป็นได้

### ใครบ้างมีความเสี่ยงที่จะเกิดโรคไข้เลือดออกรุนแรง

ผู้ป่วยที่มีความเสี่ยงที่จะเกิดโรครุนแรงได้แก่ น้ำหนักตัวมาก ตั้งครรภ์ ผู้ป่วยทารก มีโรคประจำตัว เช่น ธาลัสซีเมีย โรคหัวใจพิการแต่กำเนิดที่มีหัวใจวาย ผู้ป่วยที่มีความผิดปกติของตับ ผู้ป่วยไตวาย ผู้ที่ได้รับยาที่ระคายเคืองกระเพาะอาหารหรือยาที่มีผลต่อเกล็ดเลือด นอกจากนี้มีการศึกษาพบว่าสัญญาณเตือนว่าผู้ป่วยมีโอกาสเกิดโรครุนแรงได้แก่ ผู้ป่วยที่มีอาการปวดท้องมาก อาเจียนจนรับประทานอาหารไม่ได้ มีเลือดออกตามเยื่อต่างๆ ซึมหรือกระสับกระส่าย ตรวจร่างกายพบตับโต หรืออาการที่แสดงว่ามีการรั่วของน้ำเลือดออกนอกเส้นเลือดเช่น ตาบวม เหนื่อยหายใจเร็ว ไม่ปัสสาวะนานกว่า 4-6 ชั่วโมง ไข้ลงแต่อาการไม่ดีขึ้นหรือแย่ลง ผู้ป่วยที่มีความเสี่ยงหรือมีอาการดังกล่าวข้างต้นควรรีบพบแพทย์เพื่อรับการประเมินและรักษาอย่างเหมาะสม หากสงสัยว่าเป็นไข้เลือดออก

### ทำไมระยะหลังมีผู้ใหญ่เป็นไข้เลือดออกกันมากขึ้น ไข้เลือดออกในผู้ใหญ่ต่างจากเด็กหรือไม่อย่างไร

จากข้อมูลของกระทรวงสาธารณสุขพบว่าพบผู้ป่วยไข้เลือดออกในกลุ่มวัยรุ่นและผู้ใหญ่มากขึ้น อาการและการดำเนินโรคโดยทั่วไปคล้ายกับที่พบในเด็ก ปัญหาที่พบบ่อยของไข้เลือดออกในผู้ใหญ่คือแพทย์ผู้ดูแลอาจไม่ได้คิดถึงการติดเชื้อนี้ในระยะแรกเนื่องจากส่วนใหญ่จะมีอาการรุนแรงน้อยกว่าในเด็ก อย่างไรก็ตามผู้ป่วยผู้ใหญ่มีโอกาสเกิดไข้เลือดออกชนิดรุนแรงเนื่องจากมีโรคประจำตัวมากกว่าในเด็ก เช่น โรคแผลในกระเพาะอาหารทำให้อาการเลือดออกมีความรุนแรงเพิ่มขึ้น และยังมีโรคประจำตัวอื่นทำให้การรักษายุ่งยากมากขึ้นได้แก่ โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคไต โรคตับ โรคหัวใจ จากเหตุผลดังกล่าวทำให้ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทยและสมาคมวิชาชีพได้จัดทำแนวทางการวินิจฉัยและการรักษาไข้เด็งกีและไข้เลือดออกในผู้ใหญ่ปีพ.ศ.2556 ให้แพทย์ได้นำไปใช้ดูแลรักษาผู้ป่วยไข้เลือดออกอย่างเหมาะสม ลดการเกิดภาวะแทรกซ้อนและจำนวนผู้ป่วยเสียชีวิตด้วยโรคไข้เลือดออกในผู้ใหญ่

### ไข้เลือดออกรักษาอย่างไร

ปัจจุบันไม่มียาต้านไวรัสในการรักษาไข้เลือดออก การรักษาไข้เลือดออกทำโดยรักษาตามอาการ เช่น ให้ยาลดไข้แก้ปวด เช็ดตัวลดไข้ ดื่มน้ำเกลือแร่บ่อยๆ หลีกเลี่ยงการรับประทานยาลดไข้ที่ทำให้เกิดการระคายเคืองกระเพาะเนื่องจากจะเพิ่มความเสี่ยงของภาวะเลือดออกในระบบทางเดินอาหาร ผู้ป่วยไข้เลือดออกกว่าร้อยละ 90 จะหายเป็นปกติเมื่อได้รับการรักษาประคับประคองอย่างเหมาะสม การให้น้ำเกลือทางเส้นเลือดในผู้ป่วยที่ไม่มีภาวะขาดน้ำไม่สามารถป้องกันการช็อกได้และอาจเกิดภาวะน้ำเกินในช่องท้องหรือเยื่อหุ้มปอดกรณีที่มีการรั่วของน้ำออกนอกเส้นเลือด ผู้ป่วยจะมีอาการหายใจลำบากหากสารน้ำที่รั่วมีปริมาณมากทำให้อัตราพิการและเสียชีวิตเพิ่มขึ้น

### ไข้เลือดออกป้องกันได้หรือไม่

การป้องกันไข้เลือดออกเริ่มต้นจากการควบคุมยุงลายซึ่งเป็นพาหะของโรคโดยทำตามคำแนะนำของกระทรวงสาธารณสุขตามสูตร 5ป ได้แก่ ปิดฝาภาชนะให้มิดชิด เปลี่ยนน้ำในภาชนะที่ปิดไม่ได้ เปลี่ยนปลากินลูกน้ำ ปรับปรุงสิ่งแวดล้อมไม่ให้เป็นที่เพาะพันธุ์ยุง ปฏิบัติเป็นประจำอย่างต่อเนื่องทุกๆ 7 วัน การป้องกันส่วนบุคคลโดยป้องกันการถูกยุงกัดเช่น การสวมเสื้อแขนยาวกางเกงขายาว ทายากันยุง หรือฉีดยาฆ่ายุง ชาวดีคือเราจะมีวัคซีนป้องกันโรคไข้เลือดออกเป็นเครื่องมือสำคัญในการการป้องกันและลดความรุนแรงของโรคในอนาคตอันใกล้

### บทสรุป

ไข้เลือดออกเป็นโรคติดเชื้อที่พบได้บ่อยในประเทศไทยสร้างความสูญเสียและความหวาดกลัวกับประชาชนตลอดมา การรับมือโรคอย่างมีประสิทธิภาพคือการสร้างความตระหนักถึงความสำคัญในการป้องกันโรค การวินิจฉัยและการรักษาที่เหมาะสม ความสำเร็จจะเกิดขึ้นได้ต้องอาศัยความร่วมมือในทุกภาคส่วน ทั้ง

ประชาชน สื่อมวลชน และผู้ให้บริการทางการแพทย์โดยมีเป้าหมายร่วมกันที่จะให้คนไทยปลอดภัยและห่างไกลจากโรคไข้เลือดออก