

ชื่อเรื่อง

โรคอีสุกอีใส

(Chickenpok/Varicella)

หลายคนคงคุ้นเคยกับโรคนี้เป็นอย่างดี บางคนเคยเป็นแล้ว บางคนยังไม่เคยเป็น เรามาทำความรู้จักกับโรคอีสุกอีใสกันมากขึ้นดีกว่า โรคอีสุกอีใสเป็นโรคไข่ออกผื่นและตุ่ม พบมากในเด็กและอาการมักไม่รุนแรง แต่อาจก่อให้เกิดอาการแทรกซ้อนรุนแรงได้ในบางครั้ง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเด็กเล็กและผู้มีภูมิคุ้มกันบกพร่อง

สาเหตุ เกิดจากเชื้อไวรัส Varicella-Zoster Virus (VZV) ซึ่งเป็นเชื้อไวรัสชนิดเดียวกันกับที่ทำให้เกิดโรคสุกใสโดยทั่วไปมักพบการระบาดในช่วงปลายฤดูหนาวถึงต้นฤดูร้อน แต่ก็สามารถพบได้ประปรายตลอดทั้งปี

การติดต่อ หากสัมผัสตุ่มน้ำโดยตรง หรือสัมผัสตุ่มของใช้ เช่น แก้วน้ำ ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัว ผ้าห่ม ที่นอนที่มีการปนเปื้อนเชื้อหรือมีการไอ จาม หายใจรดกัน สูดหายใจเอาละอองของตุ่มน้ำผ่านเข้าทางเยื่อเมือกก็อาจเป็นโรคได้ ในหญิงตั้งครรภ์ที่เป็นโรคอีสุกอีใสก็มีโอกาสที่จะติดต่อไปยังเด็กในครรภ์ได้เช่นกัน

อาการ จะมีไข้ต่ำ ๆ อ่อนเพลีย ในผู้ใหญ่จะมีไข้สูงและปวดเมื่อยตามตัวคล้ายไข้หวัดใหญ่ ผู้ป่วยจะมีผื่นซึ่งจะขึ้นพร้อมกับวันที่เริ่มมีไข้ หรือ ๑ วัน หลังจากมีไข้ เริ่มแรกจะเป็นผื่นแดงราบ ต่อมาจะกลายเป็นตุ่มนูนมีน้ำใส ๆ และมีอาการคัน ซึ่งจะกลายเป็นหนอง หลังจากนั้นอีก ๒-๔ วัน ก็จะตกสะเก็ดและค่อย ๆ หลุดไปกลายเป็นจุดดำหรือรอยแผลเป็นได้ บางรายมีตุ่มขึ้นในช่องปาก ทำให้ปากเปื่อย ลิ้นเปื่อย เจ็บคอ

การป้องกัน โรคนี้ติดต่อกันได้ง่ายจากการสัมผัส จึงควรแยกผู้ป่วย หลีกเลี่ยงการใช้ของส่วนตัวปะปนกัน (คนที่เคยเป็นโรคอีสุกอีใสมาแล้วจะมีภูมิคุ้มกันตลอดชีวิต) การป้องกันในปัจจุบันสามารถฉีดวัคซีนป้องกันได้ ซึ่งจะลดความเสี่ยงต่อการเกิดแผลเป็นอันเนื่องจากการเป็นโรคนี้ หรือลดความเสี่ยงด้วยโรคแทรกซ้อนจากการติดเชื้อแบคทีเรีย

การฉีดวัคซีนป้องกันโรคอีสุกอีใส

แนะนำให้ฉีดในเด็กอายุ ๑ ขวบขึ้นไป จนถึงอายุ ๑๓ ปี ฉีดเพียง ๒ เข็มจะป้องกันโรคได้ สำหรับผู้ที่มีอายุมากกว่า ๑๓ ปี ต้องรับวัคซีน ๒ เข็ม ห่างกัน ๔-๘ สัปดาห์ หลังจากฉีดวัคซีนควรหลีกเลี่ยงยาแอสไพรินนาน ๖ สัปดาห์ ห้ามฉีดในหญิงตั้งครรภ์ ผู้ที่มีภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่อง ผู้ป่วยที่ใชยาแอสไพรินประจำ หรือใช้สเตียรอยด์ขนาดสูงมานาน และในผู้ป่วยโรคมะเร็ง โรคนี้เมื่อหายแล้ว มักมีเชื้อหลบอยู่ที่ปมประสาท ซึ่งอาจจะเกิดเป็นโรคสุกใสได้ในภายหลัง และผู้ป่วยสามารถรับประทานอาหารจำพวกโปรตีน เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันโรค และช่วยซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอได้ นอกจากนี้แล้ว ยังควรสวมหน้ากากอนามัยและล้างมืออย่างถูกวิธี เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดและติดเชื้อโรคอีกด้วย

ที่มา : งานสื่อสารองค์กร

<http://med.mahidol.ac.th/th/news/announcements/๐๖๒๗๒๐๑๔-๑๒๐๗-th>

คำถามที่ ๑ : โรคอีสุกอีใส

โปรดพิจารณาข้อความด้านล่างต่อไปนี้ว่า เป็นข้อปฏิบัติที่ถูกต้องในการฉีดวัคซีนป้องกันโรคอีสุกอีใสใช่หรือไม่ โดยทำเครื่องหมายวงกลมล้อมรอบคำตอบ ดังตัวอย่าง

ข้อความ	ใช่/ไม่ใช่
ก. ผู้ป่วยโรคมะเร็งห้ามฉีดวัคซีนนี้	ใช่ / <u>ไม่ใช่</u>
ข. ไม่ควรรับประทานยาพาราเซตามอล	ใช่ / ไม่ใช่
ค. ควรฉีดวัคซีนนี้เมื่อตั้งครรภ์	ใช่ / ไม่ใช่
ง. วัคซีนนี้สามารถฉีดได้ทุกเพศทุกวัย	ใช่ / ไม่ใช่
จ. ห้ามฉีดวัคซีนนี้กับผู้ที่ใช้สารสเตียรอยด์ในปริมาณสูง	ใช่ / ไม่ใช่

คำถามที่ ๒ : โรคอีสุกอีใส

จากป้ายประชาสัมพันธ์ข้างต้น ประเทศไทยจะพบผู้ป่วยเป็นโรคอีสุกอีใสมากในช่วงเดือนกุมภาพันธ์ถึงเดือนเมษายน ใช่หรือไม่ เพราะเหตุใด โปรดอธิบายเหตุผลโดยอ้างอิงจากข้อมูลที่แนบมาให้

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : **ใช่** ประเทศไทยจะพบผู้ป่วยโรคอีสุกอีใสมากในช่วงเดือนกุมภาพันธ์ถึงเดือนเมษายน

เหตุผล:

- ช่วงเวลาการระบาด** – จากข้อมูลในป้ายประชาสัมพันธ์ ระบุว่าประเทศไทยพบผู้ป่วยโรคอีสุกอีใสเพิ่มขึ้นมากในช่วงเดือนกุมภาพันธ์ถึงเมษายน
- สภาพอากาศ** – ช่วงนี้เป็นช่วงเปลี่ยนผ่านจากฤดูหนาวไปสู่ฤดูร้อน ซึ่งเหมาะสมต่อการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสที่ทำให้เกิดโรคอีสุกอีใส
- การแพร่เชื้อในโรงเรียน** – นักเรียนยังอยู่ในช่วงเปิดภาคเรียน ทำให้มีการแพร่กระจายในหมู่เด็กนักเรียนได้ง่าย
- ลักษณะการแพร่กระจายของเชื้อ** – เชื้อไวรัสอีสุกอีใสแพร่กระจายผ่านการไอ จาม หรือสัมผัสกับตุ่มน้ำของผู้ป่วย ทำให้เกิดการติดเชื้อได้ง่ายในสถานที่ที่มีคนอยู่รวมกันมาก

ดังนั้น จากข้อมูลที่ให้มา ประเทศไทยมักพบผู้ป่วยโรคอีสุกอีใสมากขึ้นในช่วงเวลาดังกล่าว เนื่องจากปัจจัยด้านฤดูกาลและพฤติกรรมของผู้คนที่เอื้อต่อการแพร่ระบาดของโรค

คำถามที่ ๓ : โรคอีสุกอีใส

จากข้อมูลปายประชาสัมพันธ์ข้างต้น โปรดระบุอาการโรคอีสุกอีใสที่แตกต่างจากอาการป่วยเป็นไข้หวัด

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : อาการของโรคอีสุกอีใสที่แตกต่างจากอาการป่วยเป็นไข้หวัด ได้แก่:

ตุ่มน้ำใสขึ้นตามร่างกาย – อีสุกอีใสมีตุ่มน้ำใสขึ้นตามใบหน้า ลำตัว และแขนขา ซึ่งไข้หวัดไม่มี

ตุ่มน้ำพัฒนาเป็นสะเก็ด – ตุ่มน้ำของอีสุกอีใสจะแตกออกและกลายเป็นสะเก็ดแผล ในขณะที่ไข้หวัดไม่มีลักษณะนี้

อาการคัน – อีสุกอีใสทำให้เกิดอาการคันร่วมกับผื่นและตุ่มน้ำ ส่วนไข้หวัดไม่มีอาการคันที่ผิวหนัง

ระยะเวลาของโรค – อีสุกอีใสใช้เวลาประมาณ ๑-๒ สัปดาห์ กว่าตุ่มน้ำจะแห้งและตกสะเก็ด ขณะที่ไข้หวัดมักหายภายใน ๓-๗ วัน

ลักษณะการติดต่อ – อีสุกอีใสสามารถแพร่กระจายผ่านละอองฝอยจากการไอจามและการสัมผัสตุ่มน้ำโดยตรง ส่วนไข้หวัดแพร่กระจายทางละอองฝอยเพียงอย่างเดียว

สรุป: อาการที่ต่างกันอย่างชัดเจนของอีสุกอีใสคือ ตุ่มน้ำใสที่คันและกลายเป็นสะเก็ด ซึ่งไม่มีในไข้หวัด ส่วนไข้หวัดจะมีอาการไอ น้ำมูก และเจ็บคอเด่นกว่า

คำถามที่ ๔ : โรคอีสุกอีใส

ผู้ที่เคยเป็นโรคอีสุกอีใสแล้ว มีโอกาสจะเป็นโรคใดในอนาคต

๑. โรคอีสุกอีใส
๒. โรคไวรัสตับอักเสบ
๓. โรคภูมิคุ้มกันบกพร่อง
๔. โรคงูสวัด

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : **ตอบว่า** ข้อ ๔ โรคงูสวัด

เหตุผล: โรคอีสุกอีใสเกิดจากเชื้อ ไวรัสวาริเซลลา-ซอสเตอร์ (Varicella-Zoster Virus: VZV)

เมื่อหายจากอีสุกอีใสแล้ว เชื้อจะยังคงแฝงตัวอยู่ในปมประสาทของร่างกายเมื่อร่างกายอ่อนแอ หรือภูมิคุ้มกันลดลงในอนาคต เชื้ออาจถูกกระตุ้นให้กลับมาแสดงอาการใหม่ในรูปแบบของ โรคงูสวัดงูสวัดจะมีลักษณะเป็นผื่นและตุ่มน้ำเรียงตัวตามแนวเส้นประสาท และมักมีอาการปวดแสบปวดร้อน

ข้ออื่น ๆ ไม่ถูกต้อง:

ข้อ ๑ โรคอีสุกอีใส – โดยปกติ ผู้ที่เคยเป็นอีสุกอีใสแล้ว มักไม่เป็นซ้ำ เพราะร่างกายมีภูมิคุ้มกันต่อโรคนี้แล้ว

ข้อ ๒ โรคไวรัสตับอักเสบ – โรคนี้เกิดจากเชื้อไวรัสตับอักเสบ (Hepatitis Virus) ไม่เกี่ยวข้องกับไวรัสที่ทำให้เกิดอีสุกอีใส

ข้อ ๓ โรคภูมิคุ้มกันบกพร่อง – โรคนี้เกิดจากความผิดปกติของระบบภูมิคุ้มกัน เช่น การติดเชื้อ HIV ไม่ได้เกิดจากไวรัสวาริเซลลา-ซอสเตอร์

สรุป: ผู้ที่เคยเป็นโรคอีสุกอีใสแล้ว มีโอกาสเป็นโรคงูสวัดในอนาคต เนื่องจากเชื้อไวรัสยังคงแฝงอยู่ในร่างกายและสามารถกลับมาแสดงอาการได้อีก

คำถามที่ ๕ : โรคอีสุกอีใส

นักเรียนมีข้อปฏิบัติตัวอย่างไรได้บ้าง ในการป้องกันตนเองไม่ให้เป็นโรคอีสุกอีใส

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : **ตอบว่า**

๑. หลีกเลี่ยงการสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วยอีสุกอีใส
๒. ล้างมือให้สะอาดอยู่เสมอด้วยสบู่และน้ำ
๓. ไม่ใช้ของใช้ส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น เช่น ผ้าเช็ดตัว แก้วน้ำ ช้อนส้อม
๔. รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ออกกำลังกาย และพักผ่อนให้เพียงพอ
๕. ฉีดวัคซีนป้องกันโรคอีสุกอีใส
๖. ปิดปากและจมูกเมื่อไอหรือจาม เพื่อป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อ
๗. ทำความสะอาดสิ่งของและพื้นผิวที่สัมผัสบ่อย ๆ เช่น โต๊ะ ลูกบิดประตู ของเล่น

สรุป: การรักษาความสะอาด หลีกเลี่ยงการสัมผัสเชื้อ และเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน เป็นวิธีที่ช่วยป้องกันโรคอีสุกอีใสได้ดีที่สุด

