

ไข้หวัดใหญ่รักษาอย่างไร

โรคไข้หวัดใหญ่สามารถรักษาได้ ซึ่งโดยมากเป็นการรักษาตามอาการ แต่ในรายที่มีข้อบ่งชี้ทางการแพทย์ เช่น ในกลุ่มเสี่ยงที่จะมีอาการรุนแรง แพทย์จะมีการพิจารณาให้ยาต้านไวรัสโรคไข้หวัดใหญ่ คือ ยาโอลเซลตามิเวียร์ (oseltamivir) รับประทาน

ทั้งนี้ในกลุ่มเสี่ยงป่วยรุนแรง หากมีอาการสงสัยไข้หวัดใหญ่ โดยมีไข้สูง ปวดเมื่อยตามตัว มีน้ำมูก ให้รีบมาพบแพทย์เข้ารับการรักษาทันทีตั้งแต่นั้นๆ ส่วนบุคคลทั่วไปหากมีอาการป่วยและอาการไม่ดีขึ้นใน 2 วัน ให้รีบพบแพทย์เพื่อรับการรักษา

หากป่วยแล้วควรปฏิบัติตัวอย่างไร

1. พบแพทย์เพื่อรับการรักษา
2. ใช้ช้อนกลางเมื่อรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่น
3. เช็ดตัวลดไข้บ่อยๆ โดยเฉพาะเด็กเล็กเพราะใช้อาจกระตุ้นให้ชักได้ควรใช้ผ้าชุบน้ำอุ่นหรือน้ำธรรมดา อย่าใช้น้ำเย็นจัดหรือน้ำแข็งเช็ดตัว
4. สวมผ้าปิดปากและจมูก เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อ และหมั่นล้างมือให้สะอาด
5. หลีกเลี่ยงการอยู่ใกล้ชิดกับผู้ที่ภูมิคุ้มกันโรคน้อย เช่น เด็กผู้สูงอายุ ผู้ที่มีโรคเรื้อรัง หรือผู้ป่วยที่กินยากดภูมิคุ้มกันอยู่

ไข้หวัดใหญ่ป้องกันได้หรือไม่

ป้องกันได้โดยการฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ ซึ่งสามารถป้องกันได้ทั้งไข้หวัดใหญ่ชนิดเอ และชนิดบี ควรฉีดวัคซีนป้องกันปีละ 1 ครั้ง สามารถฉีดได้ทุกเพศทุกวัย ในเด็กฉีดได้ตั้งแต่อายุ 6 เดือน ในหญิงตั้งครรภ์ควรฉีดเพื่อป้องกันลูกน้อยที่เพิ่งคลอดยังไม่ถึงเกณฑ์ที่จะฉีดวัคซีน เพียงเท่านี้เราก็จะสามารถป้องกันตัวเองไม่ให้ป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่และช่วยปกป้องคนที่คุณรักไม่ให้ติดไข้หวัดใหญ่ได้ค่ะ



วิธีป้องกัน



โรคไข้หวัดใหญ่คืออะไร

โรคไข้หวัดใหญ่ เกิดจากเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่ (Influenza virus) โดยเชื้อไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล สามารถจำแนกออกเป็น 3 ชนิด ได้แก่ ชนิดเอ บี และซี โดยที่พบมากที่สุด คือ ไข้หวัดใหญ่ ชนิดเอ (H1N1) (H3N2) รองลงมาได้แก่ ชนิด บี และชนิดซีพบการระบาดได้น้อย โรคไข้หวัดใหญ่อาจมีอาการเริ่มต้นเหมือนไข้หวัดแต่อาจมีความรุนแรงทำให้เกิดปอดอักเสบ และเสียชีวิตได้

ไข้หวัดใหญ่ติดต่ออย่างไร

เชื้อไวรัสที่อยู่ในเสมหะ น้ำมูก น้ำลาย หรือเสมหะของผู้ป่วย แพร่ติดต่อไปยังคนอื่น ๆ ได้ง่าย เช่น การไอหรือจามรดกัน หรือหายใจเอาฝอยละอองเข้าไป หากอยู่ใกล้ผู้ป่วยในระยะ 1 เมตร บางรายได้รับเชื้อทางอ้อมผ่านทางมือหรือสิ่งของเครื่องใช้ที่ปนเปื้อนเชื้อ เช่น แก้วน้ำ ลูกบิดประตู โทรศัพท์ ผ้าเช็ดมือ เป็นต้น เชื้อจะเข้าสู่ร่างกายทางจมูก ตา ปาก ในผู้ใหญ่อาจแพร่เชื้อได้นานประมาณ 3-5 วัน นับจากเริ่มป่วย ในเด็กเล็กสามารถแพร่ได้นานกว่าผู้ใหญ่ อาจพบได้ 7-10 วัน และอาจนานขึ้นไปอีก ในผู้ป่วยที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่องอย่างรุนแรง

อาการของโรคไข้หวัดใหญ่

มักจะเกิดขึ้นทันทีทันใดด้วยอาการไข้สูง ตัวร้อน หนาว ปวดเมื่อยตามกล้ามเนื้อมาก โดยเฉพาะที่หลัง ต้นแขน ต้นขา ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร คัดจมูก มีน้ำมูกใสๆ ไอแห้งๆ โดยในเด็กอาจพบอาการคลื่นไส้ อาเจียน ท้องร่วงได้มากกว่าผู้ใหญ่ ส่วนอาการคัดจมูก จาม เจ็บคอ พบเป็นบางครั้งในไข้หวัดใหญ่ แต่จะพบในไข้หวัดมากกว่าผู้ป่วยส่วนใหญ่มีอาการไม่รุนแรง หายป่วยได้โดยไม่ต้องนอนรักษาตัวในโรงพยาบาล อาการจะทุเลาและหายป่วยภายใน 5 - 7 วัน แต่บางรายที่มีอาการปอดอักเสบรุนแรง จะพบอาการหายใจเร็ว เหนื่อย หอบ หายใจลำบาก ซึ่งอาจทำให้เสียชีวิตได้



ใครบ้างที่อาจเสียชีวิตเมื่อป่วยเป็นโรคไข้หวัดใหญ่

1. ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 65 ปีขึ้นไป
2. ผู้ที่มีโรคเรื้อรังประจำตัว เช่น โรคปอด โรคหัวใจ โรคไต เบาหวาน ภูมิคุ้มกันบกพร่อง
3. เด็กที่อายุน้อยกว่า 2 ปี
4. เด็กที่ทานยาแอสไพรินเป็นเวลานาน
5. หญิงที่ตั้งครรภ์ในฤดูกาลที่มีไข้หวัดใหญ่ระบาด และมีอายุครรภ์ตั้งแต่ 12 สัปดาห์ขึ้นไป
6. ผู้ที่มีน้ำหนักตัวเกินเกณฑ์

การวินิจฉัย

สามารถวินิจฉัยโดยการตรวจเสมหะและน้ำมูก หากพบเชื้อไข้หวัดใหญ่ แพทย์จะทำการรักษาต่อไปในกรณีที่มีภาวะแทรกซ้อนเป็นปอดอักเสบ แพทย์จะทำการตรวจเอ็กซเรย์ปอดด้วย

