

สวัสดีค่ะ กลุ่มงานสุขภาพ ขอเสนอบทความ เรื่อง 24 มีนาคม วันวัณโรคสากล (World TB day 2018)

24 มีนาคม วันวัณโรคสากล. (World TB day 2018) คุณคือผู้นำ แห่งการยุติวัณโรค เพื่อเมืองไทยปลอดวัณโรค

สำนักวัณโรค กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข เผยข้อมูลสถานการณ์วัณโรคในประเทศไทย พบว่า มีผู้ป่วยวัณโรคสูง มีผู้ป่วยวัณโรคที่ดื้อยาต้านวัณโรคสูง และมีผู้ป่วยวัณโรคที่ดื้อยาต้านวัณโรคสูง ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญของการป่วยกว่า 120,000 รายต่อปี และการตายกว่า 12,000 รายต่อปี ที่สำคัญยังก่อให้เกิดเป็นวัณโรคที่ดื้อยาต้านวัณโรคที่คาดว่ามีมากถึง 4,500 รายในประเทศไทย กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข จึงได้ดำเนินงานควบคุมวัณโรค โดยการค้นหา รักษา ส่งต่อ รายงานข้อมูลผู้ป่วย รวมทั้งการเผยแพร่ ประชาสัมพันธ์ความรู้วัณโรคสู่ประชาชน

24 มีนาคม ของทุกปี ได้กำหนดให้เป็นวันวัณโรคสากล ซึ่งในปี 2561 นี้ พท Stop TB Partnership และองค์กรต่างๆ ระดับนานาชาติ ได้ใช้ Theme ในการรณรงค์ ว่า "WANTED: LEADERS FOR A TB-FREE WORLD (You can make history. End TB)" โดย Theme ภาษาไทย คือ "คุณคือผู้นำ แห่งการยุติวัณโรค เพื่อเมืองไทยปลอดวัณโรค"

"ค้นให้พบ จบด้วยหาย" คือแนวทางในการดำเนินงานควบคุมวัณโรค เร่งรัดการค้นหาผู้ป่วยวัณโรค ในกลุ่มเสี่ยงต่างๆ ได้แก่ กลุ่มผู้สัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วยวัณโรค กลุ่มผู้ต้องขังในเรือนจำ กลุ่มบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุข กลุ่มผู้ติดเชื้อเอชไอวี กลุ่มผู้สูงอายุ กลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวาน และกลุ่มแรงงานต่างด้าว และการรักษาผู้ป่วยวัณโรคทุกรายให้หายขาด

วัณโรค คืออะไร?

วัณโรค เป็นโรคติดต่อที่เกิดจากเชื้อแบคทีเรียชื่อ มัยโคแบคทีเรีย ทูเบอร์คูโลซิส (Mycobacterium Tuberculosis) สามารถเป็นได้กับอวัยวะทุกส่วนของร่างกาย เช่น ปอด ลำไส้ ไต กระดูก ผิวหนัง ต่อมเหงื่อ และเยื่อหุ้มสมอง แต่พบบ่อยและเป็นปัญหาหลักในปัจจุบัน คือ วัณโรคปอด

วัณโรคติดต่อได้อย่างไร???

ติดต่อโดยการแพร่กระจายจากคนหนึ่งไปสู่อีกคนหนึ่ง ทางระบบหายใจ โดยผู้ป่วยที่มีเชื้อในเสมหะ พูด หายใจ ไอ จาม โดยไม่ปิดปาก เชื้อวัณโรคจะลอยไปกับละอองเสมหะที่ผู้ป่วยไอ จามออกมา ละอองขนาดเล็กจะลอยเข้าไปในอากาศ ผู้ที่สูดหายใจเอาเชื้อวัณโรคเข้าสู่ร่างกาย

วัณโรคปอด มีอาการหลายชนิด แต่อาการสำคัญคือ

- ไอติดต่อกันเกิน 2 สัปดาห์
- ไอแห้งๆ หรือไอมีเสมหะ หรือ ไอมีเสมหะปนเลือด
- เจ็บหน้าอก เหนื่อยหอบ
- มีไข้ต่ำๆ ต่อมามีเหงื่อ
- เบื่ออาหาร น้ำหนักลด อ่อนเพลีย



ควรปฏิบัติอย่างไร ขณะป่วยและรักษา

- กินยาตามชนิดและขนาดที่แพทย์สั่งอย่างเคร่งครัด ห้ามขาด และทานยาตามนัดทุกครั้ง จนกว่าแพทย์สั่งหยุดยา
- เมื่อกินยาประมาณ 2 สัปดาห์ อาการจะดีขึ้น หายหอบเหนื่อยเป็นอันขาด จะทำให้เรื้อรัง โรคคือยา รักษาหายยาก
- ให้อีกทีฝากและ ควบคุมเวลาไอหรือจาม เพื่อป้องกันไม่ให้เชื้อแพร่กระจายไปสู่ผู้อื่น
- หลีกเลี่ยงน้ำพุร้อน และสารเสพติดทุกชนิด
- นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ หรือกระป๋อง แอ้มพอง ในส้วม ฟังคืน หรือนำไปเผา
- จัดสถานที่พักอาศัยให้อากาศถ่ายเทสะดวก แสงแดดส่องถึง และหมั่นนำเครื่องนอนออกตากแดด
- กินอาหารได้ทุกชนิดที่มีประโยชน์ และพักผ่อน ให้เพียงพอ
- ควรนำผู้สัมผัสโรคร่วมบ้านหรือผู้ใกล้ชิดกับผู้ป่วย โดยเฉพาะเด็ก ไปรับการตรวจร่างกายตาม โรงพยาบาล หรือสถานบริการสาธารณสุขใกล้บ้านทุกแห่ง



วันโรค รักษาหายได้

ปัจจุบันมียารักษาวัน โรคที่มีประสิทธิภาพสูง

- หากกินยาอย่างเคร่งครัด และสม่ำเสมอ ให้เวลาเพียง 6-8 เดือนเท่านั้น

โดยการรักษาแบบมีผู้กำกับดูแลการกินยาตามขนาดทุกมื้อให้ครบถ้วน

- ผู้ป่วยวัน โรค หากได้รับการรักษาไม่ถูกต้อง ขาดยา หรือกินยา ไม่ต่อเนื่อง จะทำให้เรื้อรัง โรคคือยา ทำให้ยากต่อการรักษา และอาจแพร่เชื้อวัน โรคคือยาสู่ผู้อื่น ได้

ควรปฏิบัติอย่างไร ไม่ให้ป่วยเป็นวันโรค

- ตรวจร่างกายโดยการเอ็กซเรย์ปอด (X-ray) อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง
- นำเด็กแรกเกิดไปรับการฉีดวัคซีนบีซีจี (BCG) ที่โรงพยาบาลทุกแห่งหรือสถานบริการสาธารณสุขใกล้บ้าน
- หากมีอาการสงสัยป่วยเป็น วันโรค ควรรีบไปตรวจร่างกายที่ โรงพยาบาลหรือสถานบริการสาธารณสุขใกล้บ้าน
- รักษาสุขภาพให้แข็งแรง โดยการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และกินอาหารที่มีประโยชน์
- หลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี
ซึ่งจะทำให้ภูมิคุ้มกันของร่างกายอ่อนแอ มีโอกาสป่วยเป็นวัน โรคได้ง่ายขึ้น
- หลีกเลี่ยงสถานที่แออัด
- เด็กเล็กและคนชราไม่ควรคลุกคลีกับผู้ป่วยวัน โรค



ที่มาของข้อมูล :

1. สำนักวัน โรค กรมควบคุมโรค [อินเทอร์เน็ต]. นนทบุรี: World TB day 2018 [วันที่ค้นข้อมูล 8 มีนาคม 2561].

เข้าถึงได้จาก: <https://www.tfi.thailand.org/download/notice/World%20TB%20DAY%202018%20ed1%205%20Feb.pdf>

2. สำนักวัน โรค กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. คู่มือ เรือนรู้ เข้าใจ วันโรค. พิมพ์ครั้งที่ 2. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข; 2559.

ค้นหาคำและเรียบเรียงโดย : นามวิรุฒ รักษารวม นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ กลุ่มงานสุขภาพศึกษา โรงพยาบาลธนบุรี

พิมพ์โดย : กัญญาประวีร์ โพธิ์ทอง เจ้าหน้าที่งานธุรการ กลุ่มงานสุขภาพศึกษา โรงพยาบาลธนบุรี

