



## เรียนรู้เรื่อง โรค วัณโรคปอด

**วัณโรคปอด** เป็นโรคระบาดที่ทำให้เสียชีวิตมนุษย์ วัณโรคปอดเกิดจากเชื้อแบคทีเรียชื่อ ทูเบอร์เคิลแบซิลลัส นอกจากทำให้เกิดวัณโรคแล้วยังสามารถเกิดวัณโรคกับอวัยวะต่างๆ ในร่างกายได้ เช่น ต่อมม้าม เหงือก กระดูก ลำไส้ ผิวหนัง แต่ร้อยละ 80 จะเกิดขึ้นที่ปอด เชื้อวัณโรคมีความทนทานมาก จึงอยู่ได้ทุกที่ไม่ว่าจะเป็นน้ำ อาหาร อากาศ แชอยู่ในน้ำแข็งได้เป็นร้อยวัน ทนความร้อน สารเคมี และอยู่ในที่มืดได้ถึงครึ่งปี แต่ไม่ทนแสงแดดจึงมักจะตายอยู่ในแสงแดด

### การติดต่อ

เชื้อซึ่งอยู่ในปอดของผู้ป่วยจะออกมาอยู่ในบรรยากาศขณะที่ผู้ป่วยไอ จาม บ้วนน้ำลาย ขากเสมหะ เมื่อเสมหะแห้งจึงฟุ้งกระจายอยู่ในอากาศ ดังนั้นจึงติดต่อได้ทั้งการสูดเชื้อเข้าไปในปอด หรือการสัมผัสสิ่งที่เป็นเชื้อ เนื่องจากเชื้อวัณโรคปอดแพร่กระจายทางเดินหายใจมากที่สุด จึงพบเชื้อโรคได้ทั้งในบริเวณที่มีผู้ป่วยอยู่ บริเวณที่มีผู้คนพลุกพล่าน หมาแน่นหรือสถานที่ที่อากาศถ่ายเทไม่สะดวก เช่น โรงภาพยนตร์ ศูนย์การค้า โรงพยาบาล ห้องที่อับ เป็นต้น

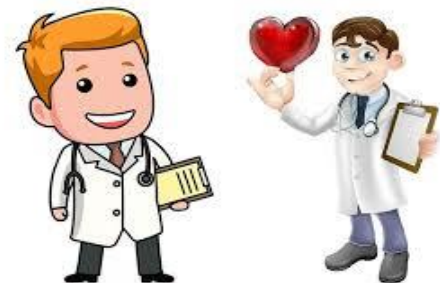
**อาการ** อาการในระยะแรกจะสังเกตได้ยากเพราะเกิดขึ้นช้าๆ เป็นทีละเล็กละน้อย ผู้ป่วยจึงไม่รู้ตัวว่าเป็นโรค อาการที่พบได้คือ

- 1 มีไข้เรื้อรังต่ำๆ จนอาจไม่ได้สังเกต มักจะเป็นตอนเย็นหรือตอนบ่าย
- 2 เหนื่อยออกตอนกลางคืน
- 3 อ่อนเพลียเป็นประจำแม้ว่าจะพักผ่อนเพียงพอ เบื่ออาหาร น้ำหนักลด
- 4 ไอเรื้อรังแห้งๆ นานเป็นเดือน อาจไอน้อยหรือมากก็ได้ แต่เมื่อเป็นหนักขึ้นอาจไอเสียงดังโกลกๆ มีเสมหะด้วย อาจรู้สึกเจ็บชายโครงเวลาไอ จะมีไอปนเลือดได้ในกรณีที่โรคลุกลามไปที่หลอดเลือดปอด
- 5 อาการแทรกซ้อนอาจพบได้ เช่น เยื่อหุ้มสมองอักเสบ ฝีในปอดมีน้ำในช่องหุ้มปอด และหากเชื้อแพร่กระจายสู่อวัยวะอื่นๆ ก็จะทำให้กลายเป็นวัณโรคของอวัยวะนั้นๆ



### การวินิจฉัย

- อาการและมีอาการแสดงดังกล่าวแล้ว
  - ย้อมเสมหะ
  - เอกซเรย์ปอด
  - วิธีอื่นๆ เช่น การเพาะดูเชื้อ ทดสอบความไวของเชื้อ
- ตรวจชิ้นเนื้อซึ่งอาจทำเป็นเพียงบางรายแล้วแต่ดุลพินิจของแพทย์



### การรักษา

วัณโรครักษาด้วยยาซึ่งมีหลายชนิด ส่วนใหญ่แพทย์มักใช้ร่วมกัน ระยะเวลาในการให้ยาอย่างน้อยที่สุด 6 เดือน ถึง 2 ปีครึ่ง แม้วัณโรคจะเป็นโรคที่สามารถรักษาให้หายขาดได้แต่ก็สามารถกลับ

เป็นซ้ำได้เช่นกัน ดังนั้น เป้าหมายที่สำคัญในการรักษาคือ รักษาให้หายขาดเพื่อตัดวงจรการแพร่กระจายเชื้อและป้องกันการดื้อยาของเชื้อวัณโรค

การรักษาด้วยวิธีอื่นๆ มีบ้างแต่น้อย เช่น รักษาด้วยวิธีผ่าตัดซึ่งจะใช้ในกรณีที่ผู้ป่วยมีรอยโรคเฉพาะตำแหน่งหรือรับประทานยาแล้วมีผลข้างเคียงสูง



### ข้อปฏิบัติสำหรับผู้ป่วยเป็นวัณโรค

1 ต้องรับประทานยาให้ครบตามแพทย์กำหนด อาจเป็นเวลา 6 เดือน ถึง 2 ปีครึ่ง หลังได้ไปแล้วประมาณ 2-4 สัปดาห์ อาการจะดีขึ้น ไข้ลดลง ใอน้อยลง รับประทานอาหารได้มากขึ้น น้ำหนักเพิ่มขึ้น ผู้ป่วยมักเข้าใจผิดว่าหายแล้วจึงไม่รับประทานยาต่อซึ่งเป็นความเข้าใจที่ไม่ถูกต้อง การรับประทานยาไม่ครบตามกำหนด นอกจากจะไม่หายแล้วยังทำให้เชื้อดื้อยาจนอาจกลายเป็นวัณโรคเรื้อรังรักษายากขึ้นหรือรักษาไม่ได้เลย

2 ก่อนได้รับการรักษาผู้ป่วยควรแยกห้องนอนและหลีกเลี่ยงการใกล้ชิดกับผู้อื่น หลังรับประทานยาไปแล้ว 2 อาทิตย์ จึงอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ตามปกติ

3 ขณะไอหรือจามต้องใช้ผ้าปิดปากปิดจมูก บ้วนเสมหะลงในภาชนะที่มีน้ำยาทำลายเชื้อ

4 ดูแลร่างกายให้แข็งแรงเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน โดยรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ เมื่อแข็งแรงดีแล้วจึงออกกำลังกายได้ตามความเหมาะสม

5 ควรอยู่ในสถานที่อากาศถ่ายเทได้สะดวก ห้องที่อยู่ถ้าเลือกได้ควรเป็นห้องอากาศโปร่ง มีหน้าต่างให้อากาศถ่ายเทสะดวก

6 ควรนำที่นอนผึ่งแดดบ้าง และที่นอน เสื้อผ้า ดูแลอย่าให้มีฝุ่นเพราะจะกระตุ้นให้อาการกำเริบได้

7 ในน้ำนมวัวที่ไม่ได้ผ่านการพาสเจอร์ไรส์จะพบเชื้อวัณโรค จึงสามารถติดต่อทางระบบทางเดินอาหารได้

### ข้อแนะนำสำหรับผู้ใกล้ชิดกับผู้ป่วย



1 กรณีสงสัยว่าจะเป็นวัณโรคปอด (ตั้งอาการที่กล่าวข้างต้น) ควรพบแพทย์เพื่อรับการตรวจรักษาแต่เนิ่นๆ

2 หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่อากาศถ่ายเทไม่สะดวก

3 ดูแลสุขภาพให้แข็งแรงเพื่อช่วยให้ภูมิคุ้มกันดีขึ้น โดยพักผ่อนให้เพียงพอ ออกกำลังกายที่เหมาะสมกับสภาพร่างกาย รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ งดดื่มเหล้าและสูบบุหรี่ จะช่วยลดความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วย

4 ฉีดวัคซีนบีซีจีเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันซึ่งในปัจจุบันมีการฉีดวัคซีนบีซีจีให้เด็กแรกเกิดทุกคน

### จัดทำโดย

สำนักปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลโคกสะอาด

งานสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม โทรฯ ๐๔๓-๔๔๐๔๔๔

