

“ไข้หวัดใหญ่ในเด็ก”

นาวาอากาศเอก พญ.จุฑารัตน์ เมฆมัลลิกา
ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย



โรคไข้หวัดใหญ่เป็นโรคติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจที่พบได้บ่อยในเด็ก เกิดจากเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่ มี 3 ชนิดที่ก่อโรคในมนุษย์ คือ เอ บี และซี ชนิดเอ (H1N1 และ H3N2) และบี (ตระกูลวิคตอเรีย และยามาากาตะ) เป็นเชื้อที่พบบ่อย ส่วนชนิดซีพบได้น้อย โรคนี้พบได้ตลอดทั้งปี แต่มักพบบ่อยในช่วงหน้าฝนหรือหน้าหนาว

อาการของไข้หวัดใหญ่ที่สำคัญได้แก่ 1.ไข้ อาจมีอาการหนาวสั่นร่วมด้วย 2.ไอ เจ็บคอง น้ำมูกไหล 3. ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ ปวดข้อ ปวดหัว และอ่อนเพลีย และ 4. คลื่นไส้ อาเจียน ท้องเสีย (มักพบในเด็กมากกว่าผู้ใหญ่) อาการของไข้หวัดใหญ่นี้มีได้หลากหลายตั้งแต่น้อยไปจนถึงมาก ขึ้นกับว่าเคยมีภูมิคุ้มกันหรือได้รับการฉีดวัคซีนมาก่อนหรือไม่ ส่วนใหญ่มักมีอาการ 2-3 วัน และไม่เกิน 2 สัปดาห์ อาการที่รุนแรงและควรได้รับการรักษาอย่างเร่งด่วนคือ หายใจเร็ว เจ็บหน้าอก ซึมลง และอาเจียนตลอดเวลา



โรคนี้สามารถแพร่เชื้อได้โดยละอองฝอยจากการไอ หรือจามรดกัน หรือผ่านสิ่งของที่ปนเปื้อนเชื้อ เช่น กระดาษทิชชูที่ใช้แล้ว ลูกบิดประตู ของเล่น แก้วน้ำ แล้วนำเข้าตา จมูก หรือปากของตัวเอง ผู้ที่ติดเชื้อสามารถแพร่เชื้อได้หนึ่งวันก่อนเริ่มมีอาการป่วย และแพร่เชื้อได้นาน 3-5 วัน แต่เด็กหรือผู้ที่มีภูมิคุ้มกันต่ำ จะแพร่เชื้อได้นานกว่านี้

เด็กที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากการติดเชื้อไข้หวัดใหญ่คือ เด็กที่เป็นโรคหอบหืด โรคเรื้อรังต่าง ๆ ได้แก่ โรคหัวใจ โรคปอด โรคเบาหวาน โรคเมตาบอลิก โรคไต และโรคธาลัสซีเมีย โรคทางระบบประสาทที่มีปัญหาด้านการทำงานของปอด โรคภูมิคุ้มกันบกพร่อง และเด็กที่ได้รับยาแอสไพรินเป็นระยะเวลายาวนาน

วิธีที่ดีที่สุดในการป้องกันไข้หวัดใหญ่คือ การฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่ โดยเฉพาะเด็ก และผู้ที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรคไข้หวัดใหญ่ วัคซีนไข้หวัดใหญ่มี 2 ชนิดคือ 3 สายพันธุ์ (ชนิดเอ H1N1, H3N2 และชนิดบี 1 สายพันธุ์) และ 4 สายพันธุ์ (ชนิดเอ H1N1, H3N2 และชนิดบี 2 สายพันธุ์ คือ ตระกูลวิกตอเรีย และ ยามาغاتะ) วัคซีนไข้หวัดใหญ่นี้มีการเปลี่ยนแปลงสายพันธุ์ทุก ๆ ปี เนื่องจากไวรัสมีการเปลี่ยนแปลงพันธุกรรม วัคซีนใหม่นี้จะถูกเตรียมเพื่อให้เหมาะสมกับเชื้อที่คาดว่าจะระบาดในฤดูกาลของไข้หวัดใหญ่ที่จะมาถึงในทุก ๆ ปี วัคซีนมีความปลอดภัยสูง อาจมีอาการปวดบวมบริเวณที่ฉีดบ้าง ซึ่งมักหายได้เอง การฉีดวัคซีนในหญิงตั้งครรภ์ นอกจากป้องกันตนเองแล้วสามารถป้องกันลูกในครรภ์หลังคลอดในช่วง 6 เดือนแรกของชีวิตซึ่งยังไม่สามารถฉีดวัคซีนได้อีกด้วย สำหรับเด็กที่อายุน้อยกว่า 9 ปี หากเป็นการฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่ครั้งแรก ต้องฉีด 2 เข็ม ห่างกันอย่างน้อย 1 เดือน หลังจากนั้นฉีดปีละ 1 ครั้ง



นอกจากนี้การป้องกันการแพร่กระจายเชื้อไข้หวัดใหญ่ สามารถทำได้โดยดูแลอนามัยส่วนให้ดี โดยปิดปากปิดจมูกเมื่อมีการไอ หรือจาม แล้วทิ้งกระดาษทิชชูลงในถังขยะ ล้างมือให้สะอาดหลังไอหรือจาม สามารถใช้เจลล้างมือที่ผสมแอลกอฮอล์ได้ ควรอยู่กับบ้านจนกว่าอาการจะหายดีอย่างน้อย 24 ชั่วโมงหลังจากไข้ลง ไม่ควรให้เด็กที่ไม่สบายไปโรงเรียนหรือไปทำกิจกรรมนอกบ้าน

การวินิจฉัย สามารถให้การวินิจฉัยเบื้องต้นโดยอาศัยอาการทางคลินิกข้างต้น แต่บางครั้งหากจำเป็นต้องการการตรวจยืนยันการวินิจฉัยที่แน่นอนอาจจำเป็นต้องตรวจน้ำมูกหรือเสมหะ ซึ่งไม่ได้ทำเป็น routine แต่มักจะตรวจเมื่อผู้ป่วยมีอาการรุนแรงหรือมีความเสี่ยงต่อภาวะแทรกซ้อน

การรักษา โดยการให้พักผ่อนอยู่กับบ้าน กินยาแก้ปวดลดไข้ ห้ามมิให้เด็กกินยาแอสไพริน เมื่อสงสัยว่าจะป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่ เนื่องจากมีความเสี่ยงต่อกลุ่มอาการไรน์ (Reye syndrome) ที่มีอาการตับวายและความผิดปกติของสมอง แพทย์อาจพิจารณาให้การรักษาด้วยยาต้านไวรัสไข้หวัดใหญ่คือ ยาโอเซลทามิเวียร์ ในผู้ป่วยที่มีความรุนแรง และมีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อน หากมีอาการรุนแรงมาก เช่น ปอดอักเสบ ขาดสารน้ำ หรือ ชีวมลง ต้องได้รับการรักษาใน รพ.อย่างรีบด่วน