

ไข้เลือดออก ป้องกันได้

รศ.นพ.วินัย รัตนสุวรรณ
ภาควิชาเวชศาสตร์ป้องกันและสังคม
Faculty of Medicine Siriraj Hospital
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

เห็นน้ำขังที่ไร นึกถึงเจ้ายุงลาย ที่หลายคนป่วยเป็นไข้เลือดออก

ไข้เลือดออก เป็นโรคติดต่อที่เกิดจากการติดเชื้อไวรัสเดงกี ที่มียุงลายเป็นพาหะนำโรคมานำสู่คน เชื้อไวรัสนี้จะอาศัยอยู่ในบริเวณผนังกระเพาะและต่อมน้ำลายของยุง เมื่อยุงไปกัดคนจะแพร่เชื้อเข้าสู่ร่างกายคน โดยเชื้อไวรัสเดงกีมีอยู่ 4 สายพันธุ์ หากผู้ป่วยได้รับเชื้อสายพันธุ์ใด ก็จะมีภูมิคุ้มกันเฉพาะสายพันธุ์นั้นๆ ซึ่งอาจมีโอกาสเป็นไข้เลือดออกจากเชื้อไวรัสเดงกีสายพันธุ์อื่นได้อีก

โดยทั่วไปผู้ป่วยไข้เลือดออกส่วนใหญ่ จะมีอาการไม่มาก การดูแลตนเองในระยะแรก จะเป็นการติดตามอาการ ผู้ป่วยควรดื่มน้ำหรือน้ำเกลือแร่ให้พอ โดยสังเกตสีของปัสสาวะจะต้องเป็นสีเหลืองอ่อน หากเป็นสีเหลืองเข้ม แสดงว่าร่างกายยังขาดน้ำ และรับประทานยาลดไข้ โดยใช้ยาพาราเซตามอลตามขนาดที่แพทย์สั่ง ห้ามรับประทานเกินขนาด เพราะอาจเป็นสาเหตุของตับอักเสบจากยาได้ รวมทั้งห้ามใช้ยาแอสไพริน เพราะอาจทำให้เลือดออกได้ง่ายขึ้นและมากขึ้นด้วย

ในกรณีที่ผู้ป่วยมีอาการไข้เฉียบพลัน ซึ่งอาจสูงถึง 39 - 40 องศาเซลเซียส ภายใน 2 - 7 วัน หลังจากได้รับเชื้อเข้าไป แม้จะรับประทานยาลดไข้แล้ว ไข้ก็อาจไม่ลดได้ และมักมีอาการเบื่ออาหาร ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามตัว หน้าแดง ในรายที่มีเกล็ดเลือดต่ำ อาจเห็นจุดเลือดออกสีแดงเล็กๆ ตามผิวหนัง เนื่องจากมีเลือดออกที่ผิวหนัง บางคนมีเลือดกำเดาไหล ซึ่งมักเกิดขึ้นภายหลัง 2 - 3 วันหลังจากอาการไข้ขึ้นสูง และอาจมีอาการปวดท้อง เนื่องจากตับในช่องท้องโตขึ้น นอกจากนี้บางรายอาจมีเลือดออกจากระเพาะอาหาร อาเจียนมีเลือดปน หรือถ่ายดำ มือเท้าเย็น ชีพจรเต้นเบาและเร็ว เนื่องจากความดันเลือดต่ำ อาการนี้จะเป็นอย่างประมาณ 24 - 48 ชั่วโมง ซึ่งต้องได้รับการรักษาทันที่ หากตรวจพบว่า เลือดเข้มข้น เกล็ดเลือดลดต่ำลง จะต้องให้น้ำเกลือทางหลอดเลือดและเฝ้าติดตามอาการอย่างใกล้ชิด

ปัจจุบันสามารถนำการตรวจทางห้องปฏิบัติการมาช่วยในการวินิจฉัยโรคได้ในบางกรณี เช่น การตรวจนับเม็ดเลือด และจำนวนเกล็ดเลือดต่ำ ซึ่งเป็นขั้นตอนของการรักษา

แต่การดูแลสุขภาพก่อนป่วยย่อมดีกว่า โดยไม่ให้ยุ่งลายมากัด ด้วยการนอนในมุ้ง และถ้าต้องทำงานอยู่ในที่มีมุง ให้ใช้ยาทากันยุง รวมถึงการดูแลบริเวณบ้าน เช่น ปิดฝาตุ่มน้ำ ใส่ทรายอบเบทที่น้ำ หล่อขาตู้กับข้าว เลี้ยงปลาสำหรับกินลูกน้ำยุงลาย เช่น ปลาหางนกยูง และคว่ำภาชนะที่อาจมีน้ำขัง เพื่อกำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลายไม่ให้วางไข่

.....