

รู้ทัน รับมือได้ อาการไม่พึงประสงค์จากการบริจาคเลือด

ผศ.ดร.พญ.เจนจิรา กิตติวรภัทร

ภาควิชาเวชศาสตร์การธนาคารเลือด

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

อาการไม่พึงประสงค์จากการบริจาคเลือดคืออะไร ทำไมคัดกรองผู้บริจาคแล้วแต่ยังเกิดอาการได้

ในการบริจาคเลือด โดยทั่วไปผู้บริจาคจะเสียเลือดประมาณ 450 มิลลิลิตร หรือไม่เกินร้อยละ 13 ของปริมาณเลือดในร่างกาย ดังนั้นการคัดกรองผู้บริจาคเลือดจึงมีความสำคัญมาก เพราะเป็นขั้นตอนที่มีจุดประสงค์เพื่อให้ผู้บริจาคเลือดมีความปลอดภัย ลดความเสี่ยงในการเกิดอาการไม่พึงประสงค์ สามารถบริจาคเลือดได้อย่างครบถ้วน ผลิตภัณฑ์เลือดที่ได้มีมาตรฐาน และผู้ป่วยได้รับเลือดอย่างปลอดภัย แม้ว่า จะผ่านการคัดกรองผู้บริจาคเลือดทั้งด้านประวัติและการตรวจร่างกายแล้ว แต่การบริจาคเลือดยังอาจทำให้ผู้บริจาคเกิดปฏิกิริยาไม่พึงประสงค์ (donor adverse reaction) ขึ้นได้ โดยสามารถแบ่งได้เป็น 2 ประเภท ได้แก่ ประเภทปฏิกิริยาแบบเกิดผลกระทบทั้งร่างกาย (systemic reaction) และประเภทปฏิกิริยาเฉพาะที่ (local reaction)

1. ปฏิกิริยาแบบเกิดผลกระทบทั้งร่างกาย (systemic reaction)

การเกิดปฏิกิริยาที่ส่งผลกระทบต่อร่างกาย เป็นประเภทที่พบได้บ่อยในการบริจาคเลือด ได้แก่ การเป็นลม (vasovagal reaction) ซึ่งโดยส่วนมากไม่มีอาการรุนแรง แต่อย่างไรก็ดีในบางครั้งอาจพบการเกิดปฏิกิริยาที่รุนแรงได้ เช่น ความดันโลหิตตก การมีหลอดเลือดสมองหรือหลอดเลือดโคโรนารีอุดตันเฉียบพลัน หรือเกิดปฏิกิริยาการแพ้รุนแรง เป็นต้น ซึ่งมักเกิดขึ้นแบบเฉียบพลัน และต้องได้รับการดูแลอย่างทันที่โดยแพทย์เฉพาะทาง

ปฏิกิริยาที่พบได้บ่อยเป็นอันดับต้น ๆ ของกลุ่มอาการไม่พึงประสงค์ ได้แก่ การเป็นลมหรือ vasovagal reaction เพราะเกิดได้บ่อยและผู้บริจาคเลือดควรทราบถึงวิธีการดูแลตนเองเมื่อเกิดอาการ รวมทั้งวิธีป้องกันภาวะดังกล่าว โดยสามารถแบ่งระดับความรุนแรงออกได้เป็น 3 ระดับ ดังนี้

- **ระดับความรุนแรงน้อย** ผู้บริจาคอาจมีอาการวิตกกังวล อ่อนเพลีย หน้าซีด เหงื่อออก เวียนศีรษะ คลื่นไส้

- **ระดับความรุนแรงปานกลาง** ผู้บริจาคอาจมีอาการหมดสติน้อยกว่า 1 นาที หน้าซีด เหงื่อออก คลื่นไส้ อาเจียน วิงเวียน ซึ่พจรและการหายใจช้า และความดันต่ำ

- **ระดับความรุนแรงมาก** มีอาการชั๊ก หรือปัสสาวะอุจจาระราด ซึ่งแสดงถึงภาวะหมดสติระยะเวลานาน หรืออาจมีอุบัติเหตุได้รับบาดเจ็บบริเวณศีรษะได้

อาการต่าง ๆ เหล่านี้อาจเกิดขึ้นได้ในขณะที่ผู้บริจาคเลือดยังอยู่ในบริเวณศูนย์รับบริจาคเลือดศิริราช หรือออกจากบริเวณรับบริจาคไปแล้วก็ได้ โดยปัจจัยเสี่ยงที่พบได้บ่อย คือ เป็นผู้บริจาคเลือดครั้งแรก พบได้บ่อยในเพศหญิง และมีน้ำหนักตัวน้อย โดยทั่วไประดับอาการที่เกิดขึ้นมักไม่รุนแรง และสามารถดีขึ้นได้เองหลังจากหยุดพัก และร่างกายปรับตัวต่อการเสียเลือดได้แล้ว อย่างไรก็ตามผู้บริจาคเลือดควรทราบถึงวิธีปฏิบัติตนที่ถูกต้องเมื่อเกิดอาการดังกล่าวเพื่อป้องกันผลแทรกซ้อนหรือการได้รับอุบัติเหตุหากมีอาการเป็นลมซึ่งอาจทำให้เกิดการบาดเจ็บรุนแรงตามมาได้

การปฏิบัติตัวเมื่อเกิดอาการเป็นลมจากการบริจาคเลือด

- หากเกิดอาการระหว่างบริจาคเลือด ให้แจ้งเจ้าหน้าที่ทันที เจ้าหน้าที่จะให้การดูแลท่านโดยวัดความดันโลหิตทันที จัดให้ผู้บริจาคยกขาสูง คลายเครื่องแต่งกายให้หลวม สูดดมแอมโมเนีย วางผ้าเย็นและให้ดื่มน้ำหรือน้ำหวานให้เพียงพอ เพื่อให้ร่างกายฟื้นตัวเร็ว หากไม่ดีขึ้น แพทย์ผู้ดูแลอาจให้ยาหรือสารน้ำตามความจำเป็น

- หากเกิดอาการหลังจากการออกจากศูนย์รับบริจาคเลือดศิริราชไปแล้ว ควรรีบนั่งลงหรือนอนราบกับพื้นทันทีเพื่อป้องกันอุบัติเหตุ หากมีบุคคลใกล้ชิดควรแจ้งให้ทราบถึงอาการผิดปกติ การปฐมพยาบาลเบื้องต้นในที่อากาศถ่ายเทสะดวก นอนยกขาให้สูงกว่าหัวใจเพื่อให้เลือดไปเลี้ยงอวัยวะสำคัญได้เพียงพอ คลายเครื่องแต่งกายให้หลวม สูดดมแอมโมเนียหรือยาดม วางผ้าเย็น และดื่มน้ำหรือน้ำหวาน หากอาการไม่ดีขึ้นให้พบแพทย์และแจ้งกลับศูนย์รับบริจาคเลือดศิริราช โทร 02-414-0100, 02-414-0102

การป้องกันภาวะเป็นลมจากการบริจาคเลือด

การป้องกันภาวะเป็นลมจากการบริจาคเลือด ต้องอาศัยความร่วมมือจากผู้บริจาค โดยมีแนวทางปฏิบัติที่สำคัญดังนี้

ก่อนบริจาคเลือด

- ผู้บริจาคเลือดควรเตรียมพร้อมก่อนวันบริจาคเลือด เช่น นอนหลับพักผ่อนอย่างเพียงพอ อย่างน้อย 5 ชั่วโมงขึ้นไป รับประทานอาหารตามมื้ออย่างพอเพียงภายใน 4 ชั่วโมงก่อนบริจาคเลือด และตอบคำถามคัดกรองตามความเป็นจริง แจ้งโรคประจำตัวหรือยาที่รับประทานอยู่แก่เจ้าหน้าที่
- ก่อนเริ่มบริจาคเลือด ขอให้ดื่มน้ำอย่างน้อย 2 แก้วหรือประมาณ 450 – 500 มิลลิลิตร
- ทานขนมเพิ่มเติมหากรู้สึกหิว หรือทานขนมขบเคี้ยวรสเค็มเพื่อเพิ่มปริมาณน้ำในหลอดเลือด หรือดื่ม กาแฟเพื่อเพิ่มระดับความดันโลหิตได้
- ในผู้บริจาคบางรายที่อาจมีความเสี่ยงที่จะเกิดภาวะเป็นลมได้มากขึ้นเช่น ผู้บริจาคเพศหญิง น้ำหนัก น้อย หรือผู้บริจาคครั้งแรก เจ้าหน้าที่จะแนะนำการทำ leg exercise หรือการออกกำลังกาย ง่ายๆ เพื่อป้องกันภาวะเป็นลมร่วมด้วย

หลังบริจาคเลือด

- แนะนำให้ผู้บริจาคคนนอนพักที่เตียงบริจาคเลือดก่อนอย่างน้อย 5 – 15 นาทีเพื่อให้ร่างกายปรับตัว และรับการวัดความดันโลหิตก่อนลุกจากเตียงบริจาคเลือดเพื่อป้องกันอุบัติเหตุจากความดันโลหิตต่ำ
- นั่งพักอย่างน้อย 15 นาที ณ บริเวณจุดนั่งพักรับประทานน้ำและขนม จะมีเจ้าหน้าที่ดูแลและให้บริการแก่ผู้บริจาคเลือด ก่อนเดินทางกลับ
- หลีกเลี่ยงบริเวณหรือสถานที่แออัด อากาศถ่ายเทไม่สะดวก ดกกิจกรรมที่ต้องใช้แรง การออกกำลังกายหักโหม เล่นกีฬา หรือทำกิจกรรมเสี่ยงต่ออุบัติเหตุ เช่น ขี่รถจักรยานยนต์ หรือไปในที่สูง เป็นต้น
- หากพบอาการผิดปกติใด ๆ หรือต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมสามารถติดต่อศูนย์รับบริจาคเลือดศิริราช เปิดให้บริการทุกวัน ไม่เว้นวันหยุดนักขัตฤกษ์ ตั้งแต่เวลา 08.30 – 16.30 น. โทร 02-414-0100, 02-414-0102

2. ปฏิกริยาเฉพาะที่ (local reaction)

อาการไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้นบริเวณรอยเข็มที่บริจาคเลือด เช่น อาการบวม ข้ำ จ้ำเลือด เป็นต้น ซึ่งเป็นกลุ่มอาการที่ไม่รุนแรง สามารถหายเองได้ภายใน 1-2 สัปดาห์ แต่ยังมีกลุ่มอาการที่มีความรุนแรง ได้แก่ อาการปวด การบาดเจ็บต่อเส้นประสาท หรือการบาดเจ็บของหลอดเลือดแดง ซึ่งจำเป็นต้องได้รับ

การดูแลโดยแพทย์เฉพาะทาง ดังนั้นหากผู้บริจาคลือเกิดอาการดังกล่าว โปรดแจ้งกลับศูนย์รับบริจาค เลือดศิริราชเพื่อทำการดูแล รักษา และติดตามอาการต่อไป

กลุ่มอาการที่พบได้บ่อย ได้แก่ การเกิดจ้ำเลือด (hematoma) เกิดจากการมีเลือดซึมผ่านบริเวณ รอยเจาะบนผนังเส้นเลือด โดยทั่วไปมักไม่รุนแรงและจะจางหายไปได้เองใน 7-10 วัน การเกิดอันตรายที่ พบร่วมได้ คือ มีการไหลของเลือดในชั้นลึก ทำให้เกิดการกดทับปลายประสาทส่งผลให้ผู้บริจาครู้สึกเจ็บ แสบ หรือมีอาการชาได้ หรือเกิดการบวมทำให้เจ็บปวดมากได้ ต้องให้การดูแลรักษาอย่างทันที่วงที่โดย แพทย์เฉพาะทาง การเกิดจ้ำเลือดนี้อาจเกิดขึ้นระหว่างเจาะเก็บเลือด หรือหลังถอนเข็มแล้วก็ได้

แนวทางในการดูแลรักษา และข้อแนะนำการปฏิบัติตัวเมื่อเกิดจ้ำเลือด

- เจ้าหน้าที่จะพิจารณาหยุดการเจาะเก็บหากรอยชำมีขนาดใหญ่ หรือมีอาการแทรกซ้อนอื่นร่วม ด้วย ท่านจะได้รับกรกดเพื่อห้ามเลือด เป็นเวลาประมาณ 10 นาที
- ให้ท่านพักการใช้แขนที่บริจาค หลีกเลี่ยงการยกของหนักหรือการใช้งานอย่างน้อยหนึ่งวัน
- หากมีจ้ำเลือดเกิดขึ้นแล้ว แนะนำให้เพิ่มการประคบด้วยความเย็นเป็นเวลา 24-48 ชั่วโมงแล้วจึง เปลี่ยนเป็นประคบอุ่นบริเวณดังกล่าวต่อไป
- หากท่านมีอาการผิดปกติ เช่น บวมตึง ปวด หรือเจ็บแปลบ ชา บริเวณดังกล่าวหรือปลายนิ้วข้าง ที่บริจาคขอให้ท่านติดต่อมายังศูนย์รับบริจาคเลือดศิริราชเพื่อเข้ารับการรักษาพยาบาล และติดตามอาการ

ช่องทางการติดต่อ

ศูนย์รับบริจาคเลือดศิริราช อาคารนวมินทรพิตร์ ๘๔ พรรษา ชั้น 3 โทร 02-414-0100, 02-414-0102 เปิดทำการทุกวันไม่เว้นวันหยุดนักขัตฤกษ์ ตั้งแต่เวลา 08.30 – 16.30 น.