

มารู้จัก “ไข้เลือดออก” ภัยร้ายที่อยู่ใกล้ตัว ตอนที่ 2

รศ. พญ. กุลกัญญา โชคไพบูลย์กิจ
อ. พญ. วนัทปรีชา พงษ์สามารถ
หน่วยโรคติดเชื้อ ภาควิชากุมารเวชศาสตร์
Faculty of Medicine Siriraj Hospital
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

หากพาไปพบคุณหมอจะตรวจอย่างไรว่าเป็นโรคไข้เลือดออก

คุณหมอจะให้การวินิจฉัยไข้เลือดออกได้จากอาการของเด็กเป็นสำคัญ ได้แก่

- ไข้สูงลอย 2-7 วัน
- มีอาการเลือดออก หากไม่มีคุณหมอก็ทำการรัดแทนซึ่งจะทำให้มีจุดเลือดออกที่แขน การตรวจนี้จะให้ผลบวกได้ในวันที่ 2-3 นับจากเริ่มป่วย
- ตรวจร่างกายอาจมีตับโต กดเจ็บ ซึ่งมักจะคลำได้ในวันที่ 3-4 นับจากเริ่มป่วย
- ในผู้ป่วยบางรายอาจพบมีอาการช็อกร่วมด้วย

หากคุณหมอสงสัยว่าเด็กอาจเป็นไข้เลือดออก จะทำการเจาะเลือดตรวจซึ่งมักจะพบความผิดปกติหลัง วันที่ 3 นับจากเริ่มป่วย ซึ่งจะพบมีความผิดปกติ คือ เกล็ดเลือดเริ่มต่ำระยะก่อนไข้ลด ส่วนใหญ่จะต่ำกว่า 100,000/ลบ.มม. มักมีเม็ดเลือดขาวต่ำ (น้อยกว่า 5,000/ลบ. มม.) และเมื่อไข้ลงเข้าสู่ระยะวิกฤติจะมีเลือดข้น การตรวจยืนยันให้ได้แน่นอนว่าเป็นไข้เลือดออกหรือไม่ ต้องอาศัยการตรวจเลือดเพื่อหาเชื้อไวรัสหรือเพื่อดูภูมิคุ้มกันต่อเชื้อไวรัสไข้เลือดออก ซึ่งกว่าจะเห็นการตอบสนองชัดเจนมักเป็นช่วงใกล้ระยะวิกฤติหรือพ้นระยะวิกฤติแล้ว ดังนั้นการวินิจฉัยด้วยอาการ การรัดแทนเพื่อจุดเลือดออก และการตรวจเลือดดูเม็ดเลือดแดง เม็ดเลือดขาว และเกร็ดเลือด หลังวันที่ 2-3 ของไข้เป็นสิ่งจำเป็นมากในการวินิจฉัยในเบื้องต้น ซึ่งมีความแม่นยำสูงอยู่แล้ว โดยเฉพาะอาการหลังมีไข้ 2-3 วันไปแล้ว

จะดูแลบุตรหลานอย่างไรหากสงสัยเป็นโรคไข้เลือดออก

ในช่วงที่เด็กมีไข้วันแรกๆ แม้จะมีไข้สูง ดูเพลีย แต่มักไม่เป็นอันตราย แนะนำให้รีบมาพบแพทย์ และปฏิบัติตัวตามที่แพทย์แนะนำ และควรกลับมาตรวจซ้ำตามที่แพทย์นัดหมายเพื่อตรวจร่างกาย รัดแทน และเจาะเลือด ช่วงที่เป็นอันตรายในโรคไข้เลือดออกคือระยะวิกฤติซึ่งเป็นช่วงไข้ลง ซึ่งมักเกิดหลังวันที่ 3-5 ของไข้ แต่บางคนอาจมีไข้ถึง 7 วันก่อนเข้าสู่ระยะวิกฤติได้ ในช่วงนี้ผู้ป่วยจะมีอาการซึมลง ตัวเย็น กระสับกระส่าย โดยทั่วไปถ้าผู้ปกครองนำผู้ป่วยมาติดตามรักษา

ตามนัด แพทย์มักให้ผู้ป่วยนอนในโรงพยาบาลหากมีข้อบ่งชี้ก่อนถึงระยะช็อก แต่หากเกิดอาการช็อกขึ้นที่บ้าน ควรรีบมาพบแพทย์โดยด่วน

สิ่งที่ควรรู้คือ ยังไม่มีอะไรเป็นตัวบอกที่แม่นยำได้ว่า เด็กที่เริ่มมีไข้จากการติดเชื้อเดงก็แต่ละคนนั้น คนใดจะมีอาการน้อย มีไข้ 2-3 วันก็หาย หรือคนใดจะมีอาการหนัก ดำเนินต่อไปจนกลายเป็นไข้เลือดออกและช็อก ดังนั้นการติดตามดูแลเด็กที่ป่วยอย่างใกล้ชิดจึงเป็นเรื่องที่จำเป็นอย่างยิ่ง

ผู้ที่เป็นไข้เลือดออกส่วนใหญ่มีอาการไม่รุนแรง แต่มีความจำเป็นต้องเฝ้าติดตามอาการอย่างใกล้ชิด จนกว่าไข้จะลดลงเกิน 48 ชั่วโมง และมาตรวจตามที่คุณหมอนัดทุกครั้ง ขอแนะนำสำหรับการดูแลผู้ป่วยไข้เลือดออกที่บ้าน ได้แก่

1. เช็ดตัวลดไข้ด้วยน้ำอุ่นหรือน้ำธรรมดา ให้ยาลดไข้ตามที่แพทย์สั่ง ได้แก่ ยาพาราเซตามอล เมื่อมีไข้สูงเกิน 38.5 °ซ ทุก 4-6 ชั่วโมง * ห้ามให้ยาบ่อยกว่า 4 ชั่วโมง และ ห้ามให้ยาในขนาดที่มากกว่าแพทย์สั่ง เพราะนอกจากไข้ไม่ลดลงแล้ว ยังเกิดมีอันตรายต่อตับได้
2. ห้ามให้ยาลดไข้ที่มีส่วนผสมของแอสไพริน หรือยาตราหิวสิงห์ หรือ junifen เพราะอาจทำให้เกิดเลือดออกในทางเดินอาหารได้ หากไม่แน่ใจ ให้ถามแพทย์ก่อนให้
3. ดื่มน้ำมากๆ โดยแนะนำให้ดื่มน้ำผลไม้หรือน้ำเกลือแร่ แทนน้ำเปล่า
4. หลีกเลี่ยงอาหารที่มีรสจัดทุกชนิด เพราะอาจจะคายเคืองต่อกระเพาะอาหาร
5. หลีกเลี่ยงอาหารที่มีสีแดงหรือดำ เพราะอาจทำให้สับสนกับภาวะเลือดออกในทางเดินอาหารได้ หากผู้ป่วยอาเจียน
6. รับประทานผลไม้ที่มี วิตามินซี หรือรับประทานวิตามินซีเสริม
7. ให้มาพบแพทย์ทันทีหากมีอาการต่อไปนี้
 - อาเจียนมาก ไม่สามารถรับประทานอาหารและน้ำได้เพียงพอ
 - ปวดท้องมาก
 - มีเลือดออกรุนแรง เช่น ถ่ายดำ อาเจียนเป็นเลือด
 - ไข้ลดลง ตัวเย็นผิดปกติ มือเท้าเย็น เหงื่อแตก กระสับกระส่าย
 - ไม่ปัสสาวะนานกว่า 6 ชั่วโมง
 - ซึมลง ไม่ค่อยรู้สึกตัว
 - หอบเหนื่อย บวม

เนื่องจากแพทย์จะต้องการการรักษาโดยเร่งด่วน และรับไว้ในโรงพยาบาล

8. เมื่อไข้ลง 24-48 ชั่วโมง จะเข้าสู่ระยะฟื้นตัว ผู้ป่วยจะมีความอยากรับประทานอาหาร อาการดีขึ้นชัดเจน ในระยะนี้อาจพบผื่นซึ่งมีลักษณะจำเพาะเป็นวงสีขาวบนพื้นสีแดง และมีอาการคันได้

ผื่นจะหายได้เองภายใน 1 สัปดาห์ หากคันมากอาจใช้คาลาไมยโลชั่นทาได้

คุณหมอมะจะรักษาอย่างไรหากลูกเป็นโรคไข่เลือดออก ไข่เลือดออกไม่มีการรักษาที่จำเพาะ ดังนั้นคุณหมอมะจะรักษาประคับประคองตามอาการ และติดตามใกล้ชิดจนเข้าสู่ระยะฟื้นตัว ถ้าอาเจียนมาก ซึม เพื่อยมาก มีอาการของช็อก และมีอาการเลือดออก หรือหากมีอาการแทรกซ้อนอื่น เช่น ตับอักเสบรุนแรง ตับวาย สมองอักเสบ คุณหมอมะจะรับไว้รักษาในโรงพยาบาล และดูแลใกล้ชิดเพื่อรักษาได้ทันเวลาที่

มีวัคซีนป้องกันโรคไข่เลือดออกหรือไม่

ขณะนี้ยังไม่มีวัคซีนป้องกันโรคไข่เลือดออกจำหน่าย ยังอยู่ในขั้นทดลองเท่านั้น

จะป้องกันอย่างไรไม่ให้ป็นไข่เลือดออก

- ต้องระวังอย่าให้ยุงกัดในตอนกลางวันซึ่งป้องกันได้ด้วยการนอนในมุ้ง
- ช่วยกันกำจัดลูกน้ำ และลดแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลาย โดยปิดฝาภาชนะเก็บน้ำให้มิดชิด หมั่นตรวจดูแจกันและเปลี่ยนถ่ายน้ำทุกสัปดาห์ ใส่ปลากินลูกน้ำ เช่น ปลาหางนกยูง ในภาชนะเก็บน้ำที่ปิดฝาไม่ได้ เก็บทำลายภาชนะที่มีน้ำขังหรือไม่ใช้แล้ว เช่น ฝั่หรือเผา คว่าภาชนะที่ไม่ได้ใช้ประโยชน์เพื่อป้องกันไม่ให้มีน้ำขัง ใสเกลื่อ น้ำส้มสายชู หรือผงซักฟอกลงในน้ำจากรองตู้กับข้าว เพื่อป้องกันไม่ให้ยุงมาวางไข่