

## การป้องกัน



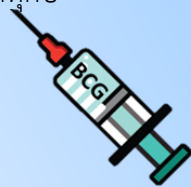
### ควรทำอย่างไร ถ้าไม่อยากเป็นวัณโรค

#### ◆ ผู้อยู่ร่วมบ้านหรือใกล้ชิดกับ ผู้ป่วยวัณโรค

1. ไปพบแพทย์เพื่อรับการตรวจคัดกรองวัณโรคอย่างสม่ำเสมอทุก 6 เดือน เป็นเวลา 2 ปี หลังจากนั้นตรวจประจำปี โดยเฉพาะเด็ก และผู้สูงอายุ ถึงแม้จะไม่มีอาการผิดปกติเลยก็ตาม
2. หากมีอาการนำสงสัย (ศึกษาได้ในหัวข้อ “มีอาการอย่างไร”) ควรรีบไปพบแพทย์

#### ◆ บุคคลทั่วไป

1. ควรตรวจเอ็กซเรย์ปอดเป็นประจำทุกปี
2. นำเด็กแรกเกิดไปรับการฉีดวัคซีนบีซีจีที่สถานพยาบาล
3. หากมีอาการสงสัยป่วยเป็นวัณโรค ควรรีบไปตรวจร่างกายที่สถานพยาบาล
4. รักษาสุขภาพให้แข็งแรง โดยการออกกำลังกายสม่ำเสมอและกินอาหารที่มีประโยชน์
5. หลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี ซึ่งจะทำให้ภูมิคุ้มกันของร่างกายเสื่อมลง มีโอกาสป่วยเป็นวัณโรคได้ง่ายขึ้น



6. หลีกเลี่ยงสถานที่แออัด

7. เด็กและคนชราไม่ควรคลุกคลีกับผู้ป่วยวัณโรค



อ้างอิง: กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. 2559. เรียนรู้เข้าใจวัณโรค. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: สำนักวัณโรค กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข.

#### จัดทำโดย

นางสาวแสงระวี สักกะวงค์ (พยาบาลวิชาชีพ)  
หอผู้ป่วยแยกโรค ทองคำ เมฆโต โทร 02 419 8995  
งานการพยาบาลอายุรศาสตร์และจิตเวชศาสตร์ โรงพยาบาลศิริราช

#### ที่ปรึกษา

อ.นพ. สุสันท์ อาสุนะเสน  
สาขาวิชาโรคติดเชื้อและอายุรศาสตร์เขตร้อน  
ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

สนับสนุนการพิมพ์โดย คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล  
ตรวจสอบเนื้อหาครั้งล่าสุด ปี พ.ศ. 2562  
รหัสหน่วยงาน NS 09210106265  
 สงวนลิขสิทธิ์โดย พรบ.การพิมพ์ 2537



ผ่านพับ  
สุขภาพ  
ออนไลน์



มหาวิทยาลัยมหิดล  
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

## วัณโรคปอด



หอผู้ป่วย แยกโรค ทองคำ เมฆโต  
ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช

SIP1 NS1069162



# “ วัณโรคปอด รักษาได้ ถ้าทานยาครบ ”

## วัณโรค คืออะไร



**วัณโรค** เป็นโรคติดต่อเกิดจากเชื้อแบคทีเรีย ที่เรียกรย่อ ๆ ว่า ทีบี (TB) หรือ มัยโคแบคทีเรียม ทูเบอร์คูโลซิส (Mycobacterium tuberculosis) มีขนาดเล็กมาก มองด้วยตาเปล่าไม่เห็น สามารถก่อให้เกิดโรคได้ตามอวัยวะทุกส่วน พบบ่อยคือ **วัณโรคปอด**

## ติดต่อได้อย่างไร

วัณโรคติดต่อทางการหายใจ จากคนที่ป่วยเป็นวัณโรคปอดสูบบุคคลอื่น ผ่านทางละอองเสมหะขนาดเล็ก จากการพูด คู่ ไอ จาม โดยไม่ปิดปาก ซึ่งละอองเสมหะจะลอยอยู่ในอากาศ ผู้ที่สูดหายใจเอาเชื้อวัณโรคปอด ทำให้มีโอกาสติดเชื้อและป่วยเป็นวัณโรคได้

## มีอาการอย่างไร

- ไอเรื้อรังนานเกิน 2 สัปดาห์
- ไอแห้งๆ มีเสมหะปนเลือด
- มีไข้ต่ำตอนบ่ายหรือค่ำ
- เบื่ออาหาร
- น้ำหนักลด อ่อนเพลีย
- เหงื่อออก
- เหนื่อยออกตอนกลางคืน



## กลุ่มเสี่ยง

1. ผู้ที่อาศัยร่วมบ้านหรือใกล้ชิดกับผู้ป่วยวัณโรคปอด
2. ผู้ติดเชื้อเอชไอวี (เอดส์)
3. ผู้ป่วยเรื้อรัง เช่น เบาหวาน โรคไต โรคตับ
4. ผู้ที่รับประทานยาคุมกำเนิดในกลุ่มสเตียรอยด์ ต่อเนื่องเป็นเวลานานๆ
5. กลุ่มเสี่ยงพิเศษอื่นๆ เช่น ผู้สูงอายุ ผู้ติดสารเสพติด



## รู้ได้อย่างไรว่า “เป็นวัณโรคปอด”



เอ็กซเรย์ปอด



ตรวจพบเชื้อวัณโรคในเสมหะ

## การรักษา



## ปฏิบัติตัวอย่างไร ขณะป่วยและรักษา

1. รับประทานยา ตามที่แพทย์สั่งอย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอจนกว่าแพทย์สั่งหยุดยา และพบแพทย์ตามนัดทุกครั้ง
2. เมื่อรับประทานยาประมาณ 2 สัปดาห์ อาการจะดีขึ้น ห้ามหยุดยาเอง เป็นอันตราย จะทำให้เชื้อวัณโรคดื้อยา ทำให้การรักษาไม่มีความยุ่งยากซับซ้อนมากขึ้น
3. ใช้ผ้าปิดปากและจุมกเวลาไอหรือจาม เพื่อป้องกันมิให้เชื้อแพร่กระจายไปสู่ผู้อื่น
4. งดสิ่งเสพติดทุกชนิด เช่น เหล้า บุหรี่ หันมากินอาหารที่มีประโยชน์ ครบ 5 หมู่ และพักผ่อนให้เพียงพอ
5. บ้วนเสมหะลงในภาชนะหรือกระป๋องที่มีฝาปิดมิดชิด แล้วเทลงในโถส้วมฝังดิน หรือนำไปเผา
6. จัดสถานที่พักอาศัยให้เหมาะสม ให้อากาศถ่ายเทสะดวก มีแสงแดดส่องถึง และหมั่นนำเครื่องนอนออกตากแดด
7. **ไม่ควรออกไปในที่ชุมชน** หากมีความจำเป็น ต้องออกไปข้างนอก ควรสวมหน้ากากอนามัยทุกครั้ง

