



สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา
PHRA NAKHON SI ANUTTHAYA PROVINCIAL PUBLIC HEALTH OFFICE

หมอใหญ่กรุงเก่า : แนะนำประชาชนดูแลตนเองให้ห่างไกลวัณโรค

นายยุทธนา วรรณโพธิ์กลาง นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา กล่าวว่า ปัจจุบันประเทศไทยยังคงเป็น ๑ ใน ๒๒ ประเทศที่มีปัญหาวัณโรครุนแรงของโลก ทั้งนี้ ในประเทศไทยมีผู้ป่วยวัณโรคประมาณ ๘ หมื่นคน ซึ่งมีผู้ป่วยบางส่วนที่ยังไม่ทราบว่าตนติดเชื้อวัณโรค และบางส่วน ที่ยังไม่ได้เข้ารับการรักษา นอกจากนี้ยังมีผู้ป่วยบางรายที่ไม่ได้รับการรักษาอย่างต่อเนื่องตามระยะเวลาที่กำหนดจึงอาจดื้อยา ยากต่อการรักษา และอาจแพร่เชื้อวัณโรคไปสู่ผู้อื่นได้ องค์การอนามัยโลกจึงได้กำหนดให้ วันที่ ๒๔ มีนาคมของทุกปี เป็น “วันวัณโรคโลก”

ผู้ป่วยวัณโรคควรดูแลตนเอง ดังนี้ ๑) รับประทานยาวัณโรคตามที่แพทย์แนะนำจนครบตามกำหนด เพื่อป้องกันการเกิดวัณโรคดื้อยา ถ้ามีอาการผิดปกติหลังเริ่มรับประทานยาวัณโรค เช่น มีผื่น อาเจียน ปวดข้อ ต้องรีบพบแพทย์เพื่อทำการปรับยาและพบแพทย์ตามนัดสม่ำเสมอ ๒) ในช่วงแรกของการรักษาโดยเฉพาจะสองอาทิตย์แรกถือเป็นระยะแพร่เชื้อ ผู้ป่วยควรอยู่แต่ในบ้าน โดยแยกห้องนอน นอนในห้องที่อากาศถ่ายเทสะดวก แสงแดดส่องถึง ไม่ออกไปในที่ที่มีผู้คนแออัด และต้องสวมหน้ากากอนามัยเวลาอยู่ในที่ชุมชน ๓) ปิดปาก จมูก เวลาไอ หรือจามทุกครั้ง ๔) งดสิ่งเสพติด เช่น เหล้า บุหรี่ พักผ่อนให้เพียงพอ ทานอาหารที่มีประโยชน์ เช่น เนื้อสัตว์ ไข่ ธัญพืช ผัก และผลไม้ ๕) ให้บุคคลใกล้ชิด เช่น คนในครอบครัว พบแพทย์เพื่อตรวจร่างกายและเอ็กซเรย์ปอด

นพ.ยุทธนา วรรณโพธิ์กลาง กล่าวต่อว่า ในปัจจุบันมียารักษาวัณโรคที่ได้ผลดีหลายชนิด ซึ่งในการรักษาจะให้ยาาร่วมกันอย่างน้อย ๓ ชนิด เพื่อลดอัตราการดื้อยาและเพิ่มประสิทธิภาพของยา การรักษาจะได้ผลดีถ้าผู้ป่วยมารับการรักษาตั้งแต่ระยะเริ่มแรก และจะต้องกินยาอย่างสม่ำเสมอเป็นระยะเวลาอย่างน้อย ๖ เดือน หมั่นดูแลตนเองพักผ่อนให้เพียงพอ รับประทานอาหารที่มีโปรตีนและวิตามินสูงเพื่อช่วยเพิ่มความต้านทานโรค และเพื่อให้ห่างไกลจากวัณโรคทุกคนควรป้องกันตนเอง ด้วยการหลีกเลี่ยงการสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วยที่กำลังมีอาการไอ หากประชาชนท่านใดมีอาการดังกล่าวข้างต้น ควรรีบพบแพทย์ ในสถานบริการสาธารณสุขใกล้บ้านของท่านทันที