



ข่าวออนไลน์ประจำวันอังคารที่ ๑๔ พฤษภาคม ๒๕๖๗
ที่มา : <https://www.thairath.co.th/home>



“วัคซีน” กับการป้องกันโรคสำหรับผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ

หลายคนคงเคยได้ยินเกี่ยวกับการฉีดวัคซีนป้องกันโรค หรือบางคนเรียกว่าการปลูกฝี รวมทั้งเคยได้รับวัคซีนในวัยเด็กกันมาก่อน แต่พอโตขึ้นมักเกิดความสงสัยว่า ในอายุและโรคประจำตัวที่เรา มี ควรจะต้องฉีดอะไรบ้าง สำหรับผู้ที่เดินทางไปต่างประเทศ จะต้องฉีดอะไรป้องกันไว้หรือไม่ มาหาคำตอบกันได้ในคอลัมน์

“ศุภรสุขภาพ” ค่ะ

ทำไมเราจึงควรฉีดวัคซีน

“วัคซีน” คือ สารชนิดหนึ่งที่ฉีดเข้าไปแล้ว ร่างกายจะสร้างภูมิคุ้มกันโรคตามชนิดวัคซีนที่เราฉีดเข้าไป เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดโรคนั้น หรือหากได้รับเชื้อโรคนั้นจะทำให้อาการไม่รุนแรง หรือมีผลข้างเคียงจากโรคนั้นๆ มากเท่ากับคนที่ไม่เคยฉีดป้องกันโรคเลย



ข่าวออนไลน์ประจำวันอังคารที่ ๑๔ พฤษภาคม ๒๕๖๓

ที่มา : <https://www.thairath.co.th/home>

วัคซีนมีกี่ประเภท

วัคซีนแบ่งเป็นหลายประเภท สมัยก่อน มักรู้จักกันว่า เป็นเชื้อเป็นกับเชื้อตาย โดย “วัคซีนชนิดเชื้อเป็น” หมายถึง การนำเชื้อโรคที่มีชีวิตมาทำให้แต่อ่อนแรงลง จนทำให้ไม่เกิดโรค แต่จะเกิดการกระตุ้นภูมิคุ้มกันเพื่อทำให้เกิดการป้องกันเท่านั้น ในกรณีนี้จะไม่เหมาะสำหรับผู้ที่ภูมิต้านทานต่ำ เพราะอาจทำให้เกิดโรคได้ อีกชนิดคือ “วัคซีนชนิดเชื้อตาย” คือ ใช้เชื้อโรคหรือองค์ประกอบของเชื้อที่ไม่มีชีวิต เพื่อมาฉีดกระตุ้น แต่สมัยนี้มีเทคโนโลยีใหม่ๆ มากมาย ทำให้มีการพัฒนาวัคซีน ได้รวดเร็วมากขึ้นและมีหลายชนิดมากขึ้น เช่น วัคซีนป้องกันโรคโควิด-19 ที่มีการระบาดอย่างมากในช่วงหลายปีผ่านมาจวบจนปัจจุบัน ทำให้มีวัคซีน mRNA (เอ็มอาร์เอ็นเอ) ที่ใช้ส่วนของสารพันธุกรรมในไวรัส

วัคซีนที่ควรฉีดมีอะไรบ้าง

สำหรับวัคซีนป้องกันโรคในผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ (18 ปีเป็นต้นไป) ตามหลักของ องค์การอนามัยโลก และสมาคมโรคติดเชื้อแห่งประเทศไทย 2566 มีคำแนะนำ แต่ละวัคซีน โดยแบ่งเป็นวัคซีนมาตรฐานสามารถจำแนกตามอายุ วัคซีนจำเพาะ สำหรับผู้ที่มีโรคประจำตัว และยังมีวัคซีนสำหรับนักเดินทาง ขอยกตัวอย่างวัคซีน ที่มีการฉีดบ่อย โดยสามารถสรุปเกี่ยวกับการฉีดได้ดังนี้



ข่าวออนไลน์ประจำวันอังคารที่ ๑๔ พฤษภาคม ๒๕๖๗

ที่มา : <https://www.thairath.co.th/home>

• **วัคซีนไขหวัดใหญ่**

ฉีดทุกปี ปีละ 1 เข็ม

• **วัคซีนนิวโมคอคคัส**

ขณะนี้ (เมษายน 2567) ในประเทศไทย มีทั้งแบบ 13, 15 และ 23 สายพันธุ์ และกำลังจะมีแบบ 20 สายพันธุ์ โดยทั่วไปแนะนำให้ฉีด 13 หรือ 15 สายพันธุ์ 1 เข็ม แล้วตามด้วย 23 สายพันธุ์ หรือฉีด 20 สายพันธุ์ 1 เข็ม

• **วัคซีนไขเลือดออก**

ขณะนี้ (เมษายน 2567) ในประเทศไทย มี 2 ชนิด ได้แก่

1. วัคซีนไขเลือดออกที่มีแกนหลักเป็นวัคซีนเดงกี (แกนหลักเป็นไขเลือดออก)

แนะนำ 2 เข็ม สำหรับอายุ 4-60 ปี โดยไม่จำเป็นต้องทราบประวัติ หรือได้รับการยืนยันว่าเคยเป็นไขเลือดออกมาก่อน

2. วัคซีนไขเลือดออกที่มีแกนหลักเป็นวัคซีนไขเหลือง แนะนำ 3 เข็ม สำหรับอายุ

6-45 ปี โดยต้องทราบประวัติ หรือได้รับการยืนยันว่าเคยเป็นไขเลือดออกมาก่อน

• **ไวรัสเอชพีวี หรือป้องกันมะเร็งปากมดลูก/อวัยวะสืบพันธุ์**

แนะนำไม่เกินอายุ 26 ปี หรือหากเกินให้แพทย์พิจารณาเป็นรายๆ ไป



ข่าวออนไลน์ประจำวันอังคารที่ ๑๔ พฤษภาคม ๒๕๖๗

ที่มา : <https://www.thairath.co.th/home>

• **วัคซีนไวรัสตับอักเสบบี**

ฉีด 3 เข็ม โดยพิจารณาตรวจภูมิคุ้มกันก่อน

• **วัคซีนบาดทะยัก คอตีบและไอกรน**

ส่วนใหญ่มักได้รับครบในวัยเด็กแล้ว ควรกระตุ้นส่วนของวัคซีนบาดทะยักและคอตีบ ทุก 10 ปี

• **วัคซีนอีสุกอีใส**

ฉีด 2 เข็ม หากยังไม่เคยฉีด หรือไม่เคยเป็น

หากไม่แน่ใจว่าเคยเป็นหรือไม่ พิจารณาตรวจเลือดเพื่อดูภูมิคุ้มกันว่ามีแล้วหรือยัง

• **วัคซีนงูสวัด**

ในประเทศไทยมี 2 ชนิด ได้แก่

1. ชนิดเชื้อเป็น ฉีด 1 เข็ม ตั้งแต่อายุ 60 ปีขึ้นไป
2. ชนิดไม่ใช่เชื้อเป็น ฉีด 2 เข็ม ตั้งแต่อายุ 50 ปีขึ้นไป หรือในผู้ที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่อง

บกพร่อง



ข่าวออนไลน์ประจำวันอังคารที่ ๑๔ พฤษภาคม ๒๕๖๗

ที่มา : <https://www.thairath.co.th/home>

วัคซีนสำหรับนักเดินทางที่ไม่ได้แนะนำในคนทั่วไปยกเว้นมีความเสี่ยงในการติดเชื้อ เช่น วัคซีนพิษสุนัขบ้า (2 เข็ม) วัคซีนไข้เหลือง (1 เข็ม) และวัคซีนไข้กาฬหลังแอ่น (1 เข็มทุก 5 ปี) เป็นต้น โดยนักเดินทางหรือผู้ที่มีการวางแผนท่องเที่ยวควรได้รับการให้คำแนะนำในการดูแลตนเอง ร่วมกับการได้ยาหรือวัคซีนป้องกันโรคก่อนเดินทาง โดยเร็วที่สุดหากเป็นไปได้ เพราะวัคซีนบางตัวต้องฉีดหลายเข็มถึงจะได้ประสิทธิภาพที่ดี หรือบางประเทศหากไม่มีสมุดวัคซีนยืนยันว่าได้วัคซีน จะไม่สามารถเดินทางเข้าประเทศได้ เช่น วัคซีนไข้เหลือง ที่เป็นข้อกำหนดสำคัญในหลายประเทศแถบแอฟริกา

การป้องกันโรคโดยการฉีดวัคซีนมีความสำคัญ เพื่อเป็นการป้องกันไม่ให้เกิดโรค หรือหากเกิดโรคก็จะมีอันตรายมาก เพราะมีภูมิคุ้มกันที่รู้จักโรคนั้นๆ มาก่อนจากตัววัคซีนเอง ซึ่งถือว่ามีคุณค่าทั้งทางเศรษฐกิจและสังคม หากท่านมีโรคประจำตัว และไม่แน่ใจว่ามีวัคซีนตัวใดที่ยังต้องฉีดเพิ่มเติม หากเคยแพ้วัคซีน หรือมีความกังวลใจในการฉีดวัคซีน ควรปรึกษาแพทย์และบุคลากรทางการแพทย์ เพื่อหาแนวทางในการป้องกันโรค หรือให้ความมั่นใจในการฉีดวัคซีน



ข่าวออนไลน์ประจำวันอังคารที่ ๑๔ พฤษภาคม ๒๕๖๗

ที่มา : <https://www.hfocus.org/content/๒๐๒๒/๐๙/๒๖๐๒๓>

กรมการแพทย์แนะใช้แอป TBVDOT ติดตามการทานยาผู้ป่วยวัณโรคโดยผู้ เชี่ยวชาญ

กรมการแพทย์ โดยสถาบันโรคทรวงอก แนะนำแอป TBVDOT ติดตามการทานยาของผู้ป่วยวัณโรค สามารถส่งภาพถ่าย ประเมินอาการแพ้เบื้องต้นหรือผลข้างเคียงของยา และสอบถามกับเจ้าหน้าที่ได้โดยตรง มีผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางคอยดูแล เพื่อการรักษาที่มีประสิทธิภาพ

เมื่อวันที่ 15 พฤษภาคม 2567 แพทย์หญิงอัมพร เบญจพลพิทักษ์ อธิบดีกรมการแพทย์ กล่าวว่า วัณโรคเป็นโรคติดต่อ เกิดได้กับอวัยวะทุกส่วนของร่างกาย เช่น ต่อมไทรอยด์ หลอดลม ไขว้หลัง กระดูก แต่พบมากที่สุด สำหรับการติดเชื้อวัณโรคนั้น ติดต่อกันทางเดินหายใจจากผู้ป่วยที่ไอหรือจาม โดยไม่ปิดปาก เชื้อวัณโรคจะปะปนออกมากับละอองเสมหะ หรือน้ำลาย หากผู้ที่อยู่ใกล้ชิดสูดรับเชื้อเข้าไป จะมีโอกาสป่วยเป็นวัณโรคได้ โดยเฉพาะผู้ที่ติดเชื้อเอชไอวี (เอดส์) ผู้ป่วยโรคเรื้อรัง เช่น ผู้ป่วยเบาหวาน โรคตับ หรือโรคไต หรือผู้ที่ใช้ยากดภูมิคุ้มกันนานๆ (สเตียรอยด์) จะมีโอกาสป่วยเป็นวัณโรคได้ง่ายกว่าคนทั่วไป

นายแพทย์เอนก กนกศิลป์ ผู้อำนวยการสถาบันโรคทรวงอก กล่าวเพิ่มเติมว่า ผู้ป่วยวัณโรค สามารถหายจากโรคได้ แต่ต้องใช้เวลาในการรักษา โดยผู้ป่วยต้องรับประทานยาตามแผนการรักษาต่อเนื่องจนครบอย่างน้อย 6 เดือน เนื่องจากต้องใช้เวลาในการรักษาและรับประทานยาเป็นจำนวนมาก อาจทำให้ผู้ป่วยเกิดความสับสน เบื่อหน่าย และเมื่อทานยาจนพบว่าอาการดีขึ้นแล้วจึงหยุดทานยาเอง ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่ควรทำ เพราะการขาดยา หรือรับประทานไม่ต่อเนื่อง จะทำให้เชื้อวัณโรคดื้อยา ทำให้ยากต่อการรักษาและต้องใช้เวลาในการรักษานานขึ้น อาจแพร่เชื้อวัณโรคต่อยุ่ผู้อื่นได้

สถาบันโรคทรวงอกจึงได้มีการจัดทำ Application TBVDOT (Video directly observed therapy) สามารถติดตามการทานยาของผู้ป่วยได้ด้วยตนเอง โดยมีผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางคอยดูแล ข้อดี คือ มีเจ้าหน้าที่ช่วยดูการรับประทานทานยาของผู้ป่วยว่าถูกต้อง ครบถ้วนหรือไม่ ผู้ป่วยสามารถสอบถามกับเจ้าหน้าที่ได้โดยตรงหากมีข้อสงสัยเกี่ยวกับโรค ส่งภาพถ่ายของตนเองเพื่อประเมินอาการแพ้เบื้องต้นหรือผลข้างเคียงของการรับประทานยา รวมถึงการเก็บรวบรวมข้อมูลย้อนหลังการรับประทานยาของตนเอง ส่งผลให้การรักษามีประสิทธิภาพ และเพิ่มโอกาสหายจากวัณโรคได้