

CORONA VIRUS

ขอต้อนรับคุณผู้อ่าน @Rama เข้าสู่คอลัมน์ “ฟุตฟิตฟอไฟกับรามามา” คอลัมน์ที่จะมาให้ความรู้ด้านนิตยสาร เกี่ยวกับศัพท์ภาษาอังกฤษที่ปรากฏเป็นกระแสอยู่ในแวดวงการสุขภาพและการแพทย์ปัจจุบันค่ะ

สำหรับช่วงเวลาหลายเดือนที่ผ่านมา วิถีทางสุขภาพที่ทำให้ทั่วทั้งโลกตกอยู่ในความหวาดกลัวอย่างไม่เคยเป็นมาก่อน คงหนีไม่พ้นเรื่อง**การระบาดของ COVID-19** ที่ส่งผลกระทบต่อทุกหย่อมหญ้าทั้งภาคเอกชน ภาครัฐ และภาคประชาชน โดยหลังจากเริ่มการระบาดในมณฑลหูเป่ย์ ของประเทศจีน และแพร่กระจายไปยังประเทศต่าง ๆ ทั่วโลกได้เกือบสองเดือน องค์การอนามัยโลก (World Health Organization: WHO) ได้กำหนดชื่ออย่างเป็นทางการให้กับโรคที่เกิดจากการติดเชื้อโคโรนาไวรัสสายพันธุ์ใหม่ ว่า **“COVID-19”** ซึ่งมาจากการรวมกันของคำว่า **Corona (โคโรนา) Virus (ไวรัส)** และ **Disease (โรค)** รวมเข้ากับปีของการเริ่มต้นการแพร่ระบาดคือปี 2019 ทั้งนี้ การตั้งชื่ออย่างเป็นทางการนั้นมีเป้าหมายเพื่อหลีกเลี่ยงความสับสน อย่างการเรียกว่า **“ไวรัสโคโรนา”** หรือการเหมารวมอย่างไม่ถูกต้อง ซึ่งนำไปสู่การเหยียดและการเลือกปฏิบัติทางเชื้อชาติเช่นการเรียกว่า **“ไวรัสอู่ฮั่น”** หรือ **“ไวรัสจีน”** ด้วยค่ะ

อย่างไรก็ตาม นี่ไม่ใช่ครั้งแรกที่โลกที่ค้นพบไวรัสโคโรนาณะคะ เพราะเจ้า **“ไวรัสโคโรนา”** เนี่ย เป็นไวรัสที่จัดอยู่ในวงศ์ที่ใหญ่ที่สุดในบรรดาไวรัสทั้งหมด ถูกพบครั้งแรกในช่วงปี 1960 เมื่อส่องดูเชื้อด้วยกล้องจุลทรรศน์อิเล็กตรอนจะเห็นว่าไวรัสชนิดนี้มีลักษณะคล้ายมงกุฏ โดยเปลือกหุ้มด้านนอกประกอบด้วยโปรตีนคลุมด้วยกลุ่มคาร์โบไฮเดรตเป็นมีลักษณะปุ่ม ๆ ยื่นออกไปจากอนุภาคไวรัส จึงถูกตั้งชื่อว่า **“โคโรนา” (corona)** ซึ่งในภาษาละตินมีความหมายว่ามงกุฏนั่นเองค่ะ ถึงหน้าตาเจ้าไวรัสจะดูวิไลสม่าหรา มีหนามมีมงกุฏ มีสีสันฉูดฉาด แต่ระดับความอันตรายนี้ มนุษยชาติไม่ยุ่งด้วยจะดีกว่านะคะ

ก่อนหน้านี้ เจ้าไวรัสสายพันธุ์นี้ มันก่อให้เกิดโรคระบาดหลายชนิดมาแล้ว ได้แก่ โรคซาร์ส (Severe Acute Respiratory Syndrome, SARS) ที่ระบาดในช่วงปี ค.ศ. 2002-2003 ซึ่งมีสาเหตุจากไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ SARS-CoV ที่เป็นไวรัสโคโรนาข้าม species จากค้างคาวผ่าน civet cat (ชะมด) มาติดเชื้อในคน โดยเริ่มระบาดจากประเทศจีนและกระจายไปทั่วโลก จากนั้นในปี ค.ศ. 2012-2014 ก็มีการระบาดของไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่อีก ชื่อว่า Middle East Respiratory Syndrome Coronavirus (MERS-CoV) หรือที่เรารู้จักกันในชื่อว่าเมอร์ส เป็นไวรัสโคโรนาข้ามสปีชีส์จากค้างคาวผ่านอูฐมาติดเชื้อในคน เริ่มจากผู้ป่วยในประเทศซาอุดีอาระเบีย และกระจายไปในประเทศแถบตะวันออกกลางค่ะ ทุกวันนี้ก็ยังคงมีการระบาดของโรคอยู่ แต่อยู่ในระดับที่ควบคุมได้

และล่าสุด การระบาดของเจ้าโคโรนาไวรัสสายพันธุ์ใหม่ในปี 2019 ประเทศจีนได้ทำการสืบสวนหาแหล่งแพร่เชื้อของการระบาดในครั้งนี้ที่เมืองอู่ฮั่น จากผู้ติดเชื้อกลุ่มแรกที่เป็นคนงานและลูกค้าของตลาดขายส่งอาหารทะเลฮั่นฮั่น (Huanan Seafood Wholesale Market) โดยที่ตลาดสดนี้ นอกจากขายอาหารทะเลแล้ว ยังขายเนื้อสัตว์ และสัตว์ที่ใช้ทำอาหารที่ยังมีชีวิต เช่น เป็ด ไก่ ลา แกะ หมู อูฐ สุนัขจิ้งจอก งู แบดเจอร์ หนูอั้น เฮดจ์ฮอก แต่ระยะแรกตรวจไม่พบเชื้อ 2019-nCoV ในตัวอย่างตรวจจากสิ่งแวดล้อมและอาหารทะเลที่ได้จากตลาดขายส่งอาหารทะเลฮั่นฮั่น อย่างไรก็ตาม พบผู้ป่วยที่มีประวัติว่าไม่ได้เข้าไปที่ตลาดแห่งนี้เลย

ในทางวิทยาศาสตร์ **เจ้าเชื้อไวรัสโคโรนา (CoVs)** นี้เป็นไวรัสชนิดอาร์เอ็นเอสายเดี่ยว (single stranded RNA virus) ใน Family Coronaviridae พบได้ทั่วโลก โดยในเขตอบอุ่น (temperate climates) มักพบเชื้อโคโรนาไวรัสในช่วงฤดูหนาวและฤดูใบไม้ผลิ การติดเชื้อโคโรนาไวรัสอาจทำให้เกิดอาการในระบบทางเดินหายใจส่วนบนได้ถึงร้อยละ 35 และสัดส่วนของโรคไข้หวัดที่เกิดจากเชื้อโคโรนาไวรัสอาจสูงถึงร้อยละ 15 การติดเชื้อพบได้ในทุกกลุ่มอายุ อาจพบมีการติดเชื้อซ้ำได้ เนื่องจากระดับภูมิคุ้มกันจะลดลงอย่างรวดเร็วภายหลังการติดเชื้อ



การติดเชื้อไวรัสโคโรนาในระบบทางเดินหายใจ (Respiratory Corona Viruses) อาจทำให้เกิดอาการไข้ อ่อนเพลีย ปวดศีรษะ มีน้ำมูก เจ็บคอ ไอ โดยในทารกที่มีอาการรุนแรง อาจมีลักษณะของปอดอักเสบ (Pneumonia) หรือ หลอดลมฝอย อักเสบ (Bronchiolitis) ในเด็กโตอาจมีอาการของหอบหืด (Asthma) ส่วนในผู้ใหญ่ อาจพบลักษณะปอดอักเสบ (Pneumonia) หลอดลมอักเสบเรื้อรัง (Chronic bronchitis) หรือการกลับเป็นซ้ำของโรคหอบหืดได้ และอาจทำให้เกิดอาการรุนแรงได้มาก ในผู้สูงอายุหรือผู้ที่ภูมิคุ้มกันบกพร่อง โดยพบการติดเชื้อแบบไม่แสดงอาการได้ในทุกอายุ และหากแสดงอาการมักพบร่วมกับการติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจอื่น ๆ เช่น Rhinovirus, Adenovirus หรือเชื้อไวรัสอื่น ๆ

วิธีการแพร่โรค เป็นแพร่กระจายเชื้อจากการสัมผัส (Contact) กับสารคัดหลั่งจากทางเดินหายใจ หรือแพร่กระจายเชื้อจากฝอยละอองน้ำมูก น้ำลาย (Droplet) จากผู้ป่วยที่มีเชื้อโดยการ ไอ หรือจาม เพราะฉะนั้น **การป้องกันที่ดีที่สุด** คือ ไม่คลุกคลีใกล้ชิดกับผู้ป่วย แนะนำให้ผู้ป่วยใส่หน้ากากอนามัย ปิดปากปิดจมูกเวลา ไอ หรือจาม และเราก็ควรจะใส่หน้ากากอนามัยด้วยเช่นเดียวกันเพื่อป้องกันการรับเชื้อโรค ควรล้างมือบ่อย ๆ ด้วยน้ำและสบู่ โดยเฉพาะเมื่อสัมผัสกับสารคัดหลั่งจากผู้ป่วย ก่อนรับประทานอาหาร และหลังขับถ่าย เนื่องจากผนังเซลล์ของไวรัสตัวนี้มีส่วนประกอบของไขมันเป็นตัวห่อหุ้ม เมื่อเราใช้สบู่ ตัวไขมันที่ผนังเซลล์ก็จะถูกชะล้างและแตกตัวออก ทำให้เจ้าเชื้อไวรัสนี้ตายไป ไม่สามารถก่อโรคให้เราได้ และหลีกเลี่ยงการเข้าไปในพื้นที่แออัด หรือที่ชุมชนสาธารณะที่มีคนอยู่เป็นจำนวนมาก เพื่อลดความเสี่ยงในการติดโรค เพียงเท่านี้ เราก็จะห่างไกลจากเจ้า COVID-19 ได้แล้วค่ะ

อย่าลืมนะคะ **กินร้อน ช้อนเรา สวมหน้ากากอนามัย หลีกเลี่ยงที่ชุมชน** เพื่อสุขภาพที่ดีของเราค่ะ