

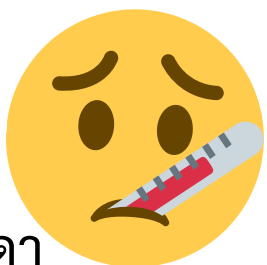
เรื่องน่ารู้ เกี่ยวกับ

วัคซีน ไขหวัดใหญ่



โรคไขหวัดใหญ่ คืออะไร

- เกิดจากการติดเชื้อไวรัส “อินฟลูเอนซ่า” ในระบบทางเดินหายใจ รวมถึงจมูก ลำคอ และปอด
- ระบาดใน ฤดูฝน และ ฤดูหนาว
- แพร่กระจายได้ทาง การหายใจ ไอ จาม
- มักมีอาการเฉียบพลัน และรุนแรงกว่าไขหวัดธรรมดา ทำให้มีอาการไข้ หนาวสั่น เหงื่อออก ไอ-จาม มีน้ำมูก เจ็บคอ อ่อนเพลีย ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ ได้



ใครควรได้รับวัคซีนไขหวัดใหญ่

- บุคลากรทางการแพทย์ และผู้ที่ทำงานเกี่ยวข้องกับผู้ป่วย
- ผู้มีอายุ 65 ปีขึ้นไป
- เด็ก อายุ 6 เดือน ถึง 2 ปี
- หญิงตั้งครรภ์ อายุครรภ์ 4 เดือนขึ้นไป
- ผู้มีโรคเรื้อรัง (เบาหวาน ปอดอุดกั้นเรื้อรัง หอบหืด หัวใจ หลอดเลือดสมอง ไตวาย มะเร็งที่กำลังให้เคมีบำบัด)
- โรคธาลัสซีเมีย
- โรคภูมิคุ้มกันบกพร่อง รวมถึงผู้ติดเชื้อ HIV ที่มีอาการ
- ผู้พิการทางสมอง ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้
- ผู้มีน้ำหนัก 100 กก. หรือ BMI ตั้งแต่ 35 kg/m² ขึ้นไป

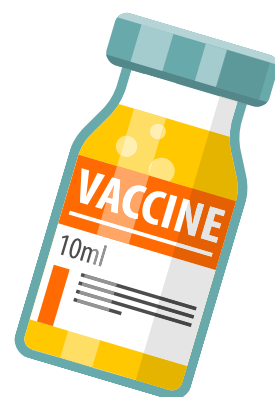
หมายเหตุ ผู้ไม่ควรฉีด หรือควรเลื่อนการฉีดวัคซีนไปก่อน ได้แก่

- อายุต่ำกว่า 6 เดือน
- มีประวัติแพ้ไข่ไก่อย่างรุนแรง
- เคยฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่แล้วมีอาการแพ้อย่างรุนแรง
- มีไข้ เจ็บป่วยเฉียบพลัน หรือ โรคประจำตัวอาการกำเริบ ควบคุมไม่ได้ (หากเป็นหวัดเล็กน้อย ไม่มีไข้ รับวัคซีนได้)



วัคซีนไขหวัดใหญ่ คืออะไร

- เป็นวัคซีนชนิดฉีด ผลิตจากเชื้อที่ตายแล้ว โดยผ่านกระบวนการผลิตที่มีความปลอดภัย
- มีประสิทธิภาพสูงในการป้องกันโรคไขหวัดใหญ่
- ผู้ฉีดวัคซีนแล้วอาจเป็นไขหวัดใหญ่ได้ แต่อาการจะน้อยลง
- ฉีดได้ตลอดปี แต่ช่วงเวลาที่เหมาะสม คือ ก่อนฤดูฝนและก่อนฤดูหนาว เนื่องจากเป็นช่วงที่เริ่มมีการระบาดของโรค
- ฉีดซ้ำทุก 1 ปี เพื่อป้องกันอย่างต่อเนื่อง (สำหรับเด็กอายุต่ำกว่า 9 ปี ที่รับวัคซีนไขหวัดใหญ่เป็นปีแรก ควรได้รับ 2 เข็ม)



การดูแลหลังรับวัคซีนไขหวัดใหญ่

- หลังรับวัคซีน ควรรอสังเกตอาการข้างเคียงในสถานพยาบาล 30 นาที เมื่อกลับบ้าน ควรมีผู้ดูแลอีก 2 วัน
- หากมีอาการข้างเคียง ควรแจ้งแพทย์ทุกครั้งก่อนรับวัคซีนครั้งต่อไป
- อาจปวดบวมแดงบริเวณที่ฉีด มีไข้ ปวดเมื่อย โดยอาการดังกล่าวควรหายภายใน 1-2 วัน
- หากปวดบวมบริเวณที่ฉีด ให้ประคบด้วยผ้าเย็น หากมีไข้ ให้รับประทานยาลดไข้ในขนาดเหมาะสม
- การแพ้ถึงขั้นเป็นอันตรายต่อชีวิตมีน้อยมาก
- หากมีอาการรุนแรง จะปรากฏภายใน 2-3 นาที ถึง 2-3 ชั่วโมง หลังฉีด อาจมีอาการหายใจไม่สะดวก เสียงแหบ หายใจมีเสียงดัง ลมพิษ ชีตขาว อ่อนเพลีย หัวใจเต้นเร็ว วิงเวียนศีรษะ หน้ามืด เป็นลม หหมดสติได้ โดยควรปรึกษาแพทย์ทันที



ป้องกันโรคไขหวัดใหญ่ ด้วยตัวเอง

- ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ หรือแอลกอฮอล์เจล อย่างสม่ำเสมอ
- ปิดปากและจมูก เวลาไอ-จาม
- รักษาระยะห่างจากผู้ป่วยในระยะที่มีการระบาดของโรค
- ทิ้งกระดาษทิชชูในถังขยะที่มีฝาปิด
- หลีกเลี่ยงการสัมผัสตา จมูก หรือปาก
- รักษาระยะห่างจากผู้อื่นหากตัวเองมีอาการของโรค
- ในกลุ่มเสี่ยงสูง ควรรับวัคซีนไขหวัดใหญ่ตามที่แพทย์แนะนำ

