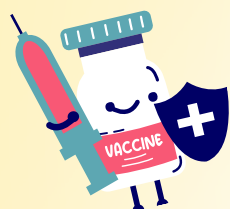




วัคซีนไข้วัดไหญ่ประจำปี “ฉีดแล้วดี ปลอดภัยไว้ใจได้”



บทความโดย

คณะกรรมการวิชาการเพื่อการใช้ยาอย่างสมเหตุผล แพทยสภา
ร่วมกับ กรมอนามัย กรมควบคุมโรค

สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุข
ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทย ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย และ
ราชวิทยาลัยแพทย์เวชศาสตร์ครอบครัวแห่งประเทศไทย



ทมอชวณรู้



The Medical Council of Thailand



www.tmc.or.th

วัคซีนไขหวัดใหญ่ประจำปี “ฉีดแล้วดี ปลอดภัยไว้ใจได้”



วัคซีนไขหวัดใหญ่ประจำปี ฉีดแล้วดีอย่างไร?

1 ป้องกันไข้หวัดใหญ่ และลดความรุนแรงของโรค

วัคซีนช่วยลดความรุนแรงของ
อาการ และทำให้ฟื้นตัวได้เร็วขึ้น
แม้ว่าจะไม่สามารถป้องกันการ
การติดเชื้อได้ 100%



2 ลดโอกาสเข้ารับการรักษา ในโรงพยาบาล

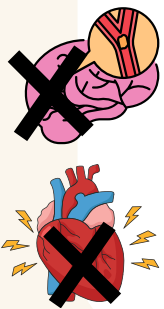
จากภาวะแทรกซ้อน

โดยเฉพาะในผู้สูงอายุ เด็กเล็ก
และผู้ที่มโรคประจำตัว เช่น โรคหอบหืด
โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง และโรคเบาหวาน
โดยลดอัตราการเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล
จากโรคไข้หวัดใหญ่ ได้ถึง 41%



3 ลดความเสี่ยงของโรคร้าย

ผู้ติดเชื้อไข้หวัดใหญ่อายุ 50 ปี ขึ้นไป
มีความเสี่ยงโรคหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน
เพิ่ม 6 เท่า และโรคหลอดเลือดสมอง
เพิ่ม 1.8 เท่า โดยเฉพาะในช่วง
สัปดาห์แรกหลังป่วย



4 ปกป้องคนรอบข้าง โดยเฉพาะผู้เปราะบาง

ช่วยลดการแพร่กระจายเชื้อไปยัง
ผู้ที่มีความเสี่ยงต่อภาวะแทรกซ้อน
รุนแรง เช่น เด็กเล็ก ผู้สูงอายุ
หญิงตั้งครรภ์ และผู้ป่วยโรคเรื้อรัง



5 ลดค่าใช้จ่ายในการรักษา และลดวันลางาน

ฉีดวัคซีนป้องกันไว้ก่อน ดีกว่าเจ็บป่วย
จนต้องหยุดงาน และเสียค่าใช้จ่ายสูง
หากต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล



“กลัวโรค ดีกว่ากลัววัคซีน”





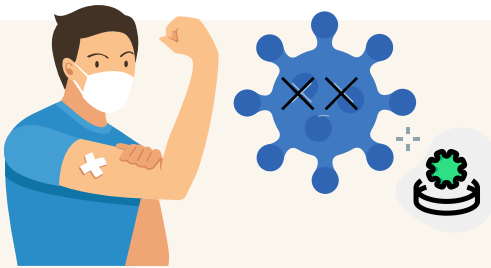
วัคซีนไขหวัดใหญ่ประจำปี “ฉีดแล้วดี ปลอดภัยไว้ใจได้”

2

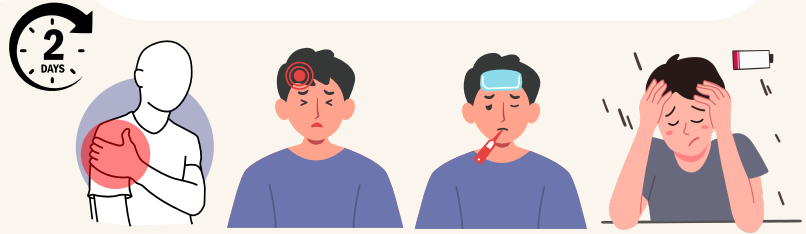


วัคซีนไขหวัดใหญ่ ปลอดภัย มีหัวใจ ฉีดได้ทุกปี

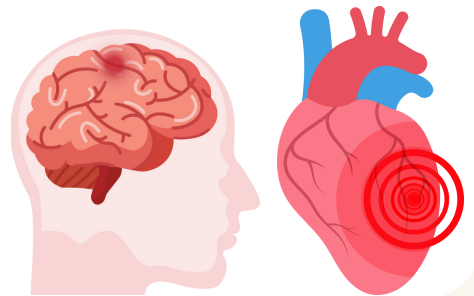
- 1** ส่วนประกอบวัคซีนชนิดฉีดเข้ากล้ามเนื้อ
ผลิตจากโปรตีนบางส่วนของไวรัส
ไขหวัดใหญ่ ที่ถูกทำให้ไม่ก่อโรค
→ ไม่สามารถทำให้ป่วยหรือแพร่เชื้อได้แน่นอน



- 2** อาการข้างเคียงส่วนใหญ่มีเพียงเล็กน้อย
เช่น ปวดแขน ปวดศีรษะ มีไข้ต่ำ ๆ
อ่อนเพลีย
→ อาการมักหายได้เองภายใน 1-2 วัน



- 3** วัคซีนไม่ทำให้เกิดลิ่มเลือด โรคหลอดเลือดสมอง หรือโรคหัวใจขาดเลือด
- ตรงกันข้าม กลับช่วยป้องกัน
→ วัคซีนช่วยลดความเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมองตีบ
ได้ประมาณ 42% และ โรคหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน
ได้ประมาณ 26% ในผู้สูงอายุ ในช่วงเวลา 1 ปี
หลังการฉีดวัคซีน



- 4** วัคซีนมีความปลอดภัย ใช้กันทั่วโลก
และได้รับการรับรองจากหน่วยงานที่ได้รับการยอมรับ
→ เช่น องค์การอนามัยโลก (WHO) สำนักงานคณะกรรมการ
อาหารและยา (อย.) ของไทย และ องค์การอาหารและยา
(FDA) ของสหรัฐอเมริกา และศูนย์ควบคุมและป้องกันโรค
แห่งสหรัฐอเมริกา (CDC)



อย่าหลงเชื่อข้อมูลผิด!

ข้อความโฆษณาที่ระบุว่า "อย่าฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่
เพราะทำให้เกิดลิ่มเลือด" ไม่เป็นความจริง และไม่ควรส่งต่อ





วัคซีนไขหวัดใหญ่ประจำปี “ฉีดแล้วดี ปลอดภัยไว้ใจได้”

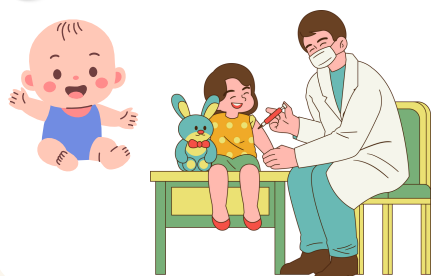
3

ใครควรฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่?



✓ กลุ่มที่ขอรับการฉีดวัคซีนได้โดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย

1 เด็กอายุ 6 เดือนถึง 2 ปี



2 หญิงตั้งครรภ์
อายุครรภ์ 4 เดือนขึ้นไป

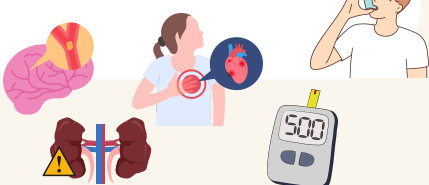


3 อายุ 65 ปีขึ้นไป



4 ผู้มีโรคเรื้อรัง

ได้แก่ โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง
โรคหอบหืด โรคหัวใจ
โรคหลอดเลือดสมอง
ไตวาย และโรคเบาหวาน

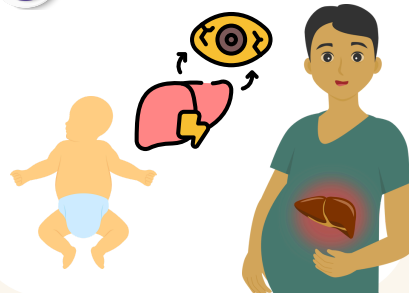


5 ผู้มีภูมิคุ้มกันต่ำ

ได้แก่ ผู้ป่วยโรคมะเร็งที่กำลัง
ได้รับเคมีบำบัด ผู้ที่มีภูมิคุ้มกัน
บกพร่อง รวมถึงผู้ติดเชื้อ
เอชไอวีที่มีอาการ

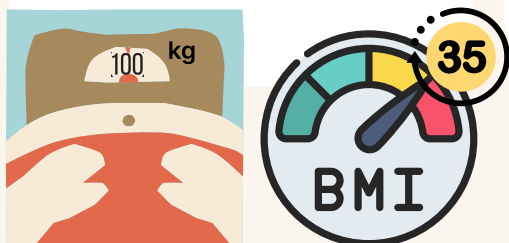


6 ผู้ป่วยโรคธาลัสซีเมีย



7 ผู้เป็นโรคอ้วน

น้ำหนักเกิน 100 กิโลกรัม
หรือค่าดัชนีมวลกายมากกว่า
35 กิโลกรัมต่อตารางเมตร

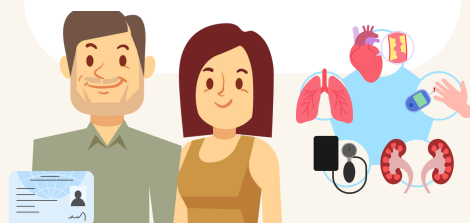


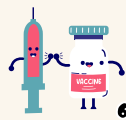
8 ผู้พิการทางสมอง
ที่ช่วยเหลือตนเองไม่ได้



9 กลุ่มผู้ประกันตนใน
ระบบประกันสังคม

ที่มีอายุตั้งแต่ 50 ปีขึ้นไป
ทั้งที่มีโรคประจำตัวและไม่มี
โรคประจำตัว





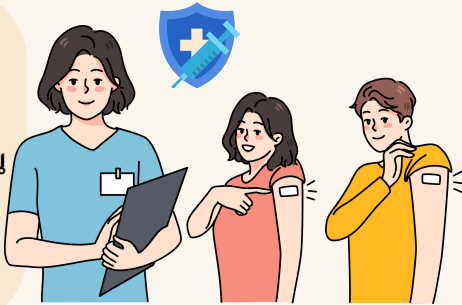
วัคซีนไขหวัดใหญ่ประจำปี “ฉีดแล้วดี ปลอดภัยไว้ใจได้”

4

✓ กลุ่มบุคคลอื่น ๆ ที่ควรได้รับวัคซีนไขหวัดใหญ่ประจำปีด้วยเช่นกัน

1 บุคคลทั่วไป

ช่วยลดความรุนแรง
ของโรค ลดวันลางาน
และลดค่าใช้จ่าย
ในการรักษา



2

ผู้ดูแลผู้ป่วยหรือดูแลผู้สูงอายุ

ลดโอกาสนำเชื้อไปสู่ผู้ที่มีความเปราะบาง



3 บุคลากรทางการแพทย์

มีความเสี่ยงสูงในการรับเชื้อ
และอาจแพร่เชื้อให้ผู้ป่วย



4

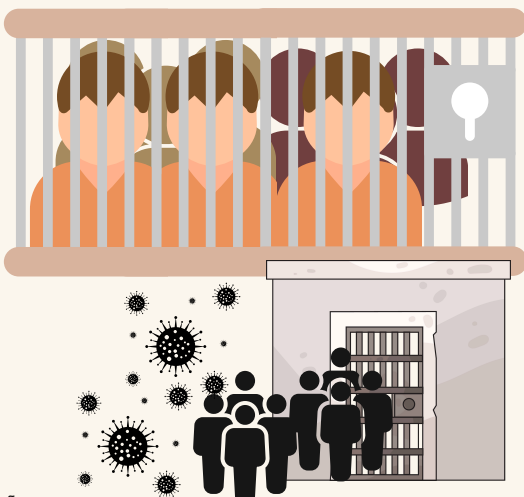
เจ้าหน้าที่ในเรือนจำ

ป้องกันการนำเชื้อเข้าสู่สถานที่
ปิดและแออัด



5 ผู้ต้องขังในเรือนจำ

ลดการแพร่กระจายของเชื้อใน
พื้นที่ที่อยู่ร่วมกันอย่างแออัด



6

ทหารในค่ายทหาร

ลดความเสี่ยงการระบาด
ในสถานที่ที่มีคนรวมตัวกันมาก



บทความโดย

คณะทำงานด้านวิชาการเพื่อการใช้อย่างสมเหตุผล แพทย์สภา
ร่วมกับ กรมอนามัย กรมควบคุมโรค
สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุข
ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทย ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย และ
ราชวิทยาลัยแพทย์เวชศาสตร์ครอบครัวแห่งประเทศไทย



หมอชวนรู้



The Medical Council of Thailand



www.tmc.or.th



02-590-1886

วัคซีนไขหวัดใหญ่ประจำปี ฉีดแล้วดี ปลอดภัยไว้ใจได้

ช่วงที่ผ่านมา มีการเผยแพร่ข้อความในสื่อสังคมออนไลน์ที่อ้างว่าวัคซีนไขหวัดใหญ่ไม่ปลอดภัย และอาจทำให้เกิดลิ่มเลือดอุดตันในสมอง พร้อมทั้งแนะนำให้ประชาชนหลีกเลี่ยงการฉีดวัคซีน ข้อความเหล่านี้ถูกนำเสนอในรูปแบบคลิปวิดีโอที่มีผู้ชมจำนวนมาก แม้จะพุดด้วยความมั่นใจ แต่**ไม่มีหลักฐานทางวิทยาศาสตร์รองรับ และอาจทำให้เกิดความเข้าใจผิดได้** เอกสารฉบับนี้จัดทำขึ้นเพื่อให้ข้อมูลที่ถูกต้อง ชัดเจน และมีแหล่งอ้างอิงที่น่าเชื่อถือ เพื่อให้ประชาชนตัดสินใจเรื่องวัคซีนไขหวัดใหญ่บนพื้นฐานของข้อเท็จจริง

1. คุณสมบัติของวัคซีนไขหวัดใหญ่

วัคซีนไขหวัดใหญ่ชนิดฉีดเข้ากล้ามเนื้อเป็นวัคซีนชนิดเชื้อตาย จึงไม่ทำให้เกิดโรค ไม่แพร่เชื้อ และมีความปลอดภัยสูง

ปัจจุบันมีวัคซีนชนิดเชื้อเป็นแบบพ่นจมูก ซึ่งกระตุ้นภูมิคุ้มกันผ่านเยื่อจมูก ใช้เป็นทางเลือกสำหรับผู้ที่ไม่ต้องการฉีด

วัคซีนไขหวัดใหญ่มีประโยชน์ในการลดความรุนแรงของโรค และลดภาวะแทรกซ้อน เช่น ปอดอักเสบ หลอดลมอักเสบ หูอักเสบ โรคหลอดเลือดสมองและหัวใจ ตลอดจนการกำเริบของโรคประจำตัวอย่างโรคหอบหืด

ผู้ที่ฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่ยังอาจป่วยได้ เพราะวัคซีนไม่สามารถป้องกันการเป็นโรคได้ 100%

เอกสารนี้จะเน้นให้ข้อมูลเกี่ยวกับวัคซีนชนิดเชื้อตาย เป็นหลัก

2. เหตุใดวัคซีนไขหวัดใหญ่จึงไม่สามารถป้องกันการเป็นโรคได้ 100%?

วัคซีนไขหวัดใหญ่ผลิตจากการคาดการณ์สายพันธุ์ที่น่าจะระบาดในแต่ละปี โดย องค์การอนามัยโลก เป็นผู้วิเคราะห์และเสนอแนวโน้มสายพันธุ์ให้ ผู้ผลิตวัคซีนทั่วโลก นำไปใช้ในการผลิต

ประสิทธิภาพของวัคซีน อยู่ที่ประมาณ 40-60% ซึ่งอาจสูงหรือต่ำกว่านั้น ขึ้นกับสายพันธุ์ไวรัสที่ระบาดจริง รวมถึงลักษณะของผู้รับวัคซีน

แม้วัคซีนจะไม่สามารถป้องกันการติดเชื้อได้ทั้งหมด แต่จะช่วยลดความรุนแรงของโรค ลดภาวะแทรกซ้อน และการเสียชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

3. ผู้รับวัคซีนกลุ่มใด ที่อาจตอบสนองต่อวัคซีนได้น้อยกว่าคนทั่วไป?

- ผู้สูงอายุ (65 ปีขึ้นไป)
- ผู้ที่มีภูมิคุ้มกันต่ำ เช่น ผู้ป่วยมะเร็ง ผู้ติดเชื้อเอชไอวีที่มีเม็ดเลือดขาวชนิดซีดีสี่ (CD4) ต่ำ หรือผู้ที่ใช้ยากดภูมิ



4. วัคซีนใช้หวัดใหญ่ช่วยป้องกันหวัดได้ทุกชนิดจริงหรือไม่?

ไม่จริง วัคซีนใช้หวัดใหญ่ช่วยป้องกันได้เฉพาะโรคใช้หวัดใหญ่เท่านั้น ไม่สามารถป้องกันหวัดธรรมดาที่เกิดจากเชื้อไวรัสอื่น เช่น ไรโนไวรัส หรือโควิด-19 เพราะเป็นเชื้อคนละชนิดกัน

5. วัคซีนใช้หวัดใหญ่ ทำให้เป็นหวัดจากไวรัสอื่นง่ายขึ้นจริงหรือไม่?

ไม่จริง ศูนย์ควบคุมและป้องกันโรคแห่งสหรัฐอเมริการะบุว่า การฉีดวัคซีนใช้หวัดใหญ่ ไม่ได้เพิ่มความเสี่ยงต่อการติดเชื้อไวรัสทางเดินหายใจชนิดอื่น รวมถึงไวรัสโคโรนา ที่เป็นสาเหตุของโควิด-19

6. วัคซีนชนิดฉีดเข้ากล้ามเนื้อป้องกันไวรัสใช้หวัดใหญ่ได้กี่สายพันธุ์?

วัคซีนใช้หวัดใหญ่ชนิดเชื้อตายที่ใช้ในประเทศไทย มีอยู่ 2 แบบ คือ

ก. วัคซีน 3 สายพันธุ์ ประกอบด้วย

- สายพันธุ์ A จำนวน 2 สายพันธุ์
- สายพันธุ์ B จำนวน 1 สายพันธุ์

ข. วัคซีน 4 สายพันธุ์ ประกอบด้วย

- สายพันธุ์ A จำนวน 2 สายพันธุ์
- สายพันธุ์ B จำนวน 2 สายพันธุ์

7. หน่วยงานใดเป็นผู้กำหนดสายพันธุ์ไวรัสใช้หวัดใหญ่สำหรับการผลิตวัคซีน?

องค์การอนามัยโลกประกาศสายพันธุ์ไวรัสสำหรับผลิตวัคซีนทุกปี โดยใช้ข้อมูลการระบาดทั่วโลก จาก

ระบบเฝ้าระวังเชื้อใช้หวัดใหญ่ของหลายประเทศ เพื่อให้วัคซีนตรงกับเชื้อที่คาดว่าจะระบาดจริง



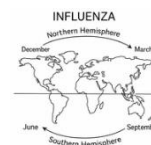
8. ตัวอย่างสายพันธุ์ไวรัสใช้หวัดใหญ่ที่ใช้ในวัคซีนมีอะไรบ้าง?

องค์การอนามัยโลกจะประกาศสายพันธุ์ไวรัสที่ควรรวมอยู่ในวัคซีนใช้หวัดใหญ่ในแต่ละปี แยกเป็นซีกโลกเหนือและซีกโลกใต้ โดยมีตัวอย่างสายพันธุ์ที่เคยแนะนำ เช่น

- ใช้หวัดใหญ่สายพันธุ์ A ชนิด H1N1 คล้ายสายพันธุ์วิสคอนซิน
- ใช้หวัดใหญ่สายพันธุ์ A ชนิด H3N2 คล้ายสายพันธุ์โครเอเชีย
- ใช้หวัดใหญ่สายพันธุ์ B ตระกูลวิกตอเรีย คล้ายสายพันธุ์ออสเตเรีย
- ใช้หวัดใหญ่สายพันธุ์ B ตระกูลยามากาตะ คล้ายสายพันธุ์ภูเก็ต

9. เหตุใดองค์การอนามัยโลกจึงประกาศสายพันธุ์วัคซีนแยกเป็นซีกโลกเหนือและใต้?

เพราะใช้หวัดใหญ่มีฤดูกาลระบาดต่างกันในแต่ละซีกโลก



- ซีกโลกเหนือ มักระบาดในฤดูหนาว (ธันวาคมถึงมีนาคม)
- ซีกโลกใต้ มักระบาดในฤดูฝน (มิถุนายนถึงกันยายน)

10. องค์การอนามัยโลกประกาศสายพันธุ์วัคซีนปีละกี่ครั้ง?

องค์การอนามัยโลกประกาศสายพันธุ์วัคซีนไขหวัดใหญ่ปีละ 2 ครั้ง

- กุมภาพันธ์ สำหรับซีกโลกเหนือ
- กันยายน สำหรับซีกโลกใต้

ทั้งนี้เพื่อให้วัคซีนที่ผลิตตรงกับสายพันธุ์ที่ระบาดในแต่ละภูมิภาคมากที่สุด และทันต่อการผลิตและการกระจายวัคซีนก่อนการระบาดในแต่ละซีกโลก

อย่างไรก็ตาม ในบางปี เช่น ปี ค.ศ. 2025 พบว่าทั้งซีกโลกเหนือและซีกโลกใต้ใช้วัคซีนสายพันธุ์เดียวกัน

11. วัคซีนแต่ละซีกโลกเข้าจำหน่ายในประเทศไทยช่วงใดของปี?

- วัคซีนสายพันธุ์ของซีกโลกใต้

เริ่มจำหน่ายในประเทศไทยราวเดือนเมษายนถึงพฤษภาคมของทุกปี ซึ่งตรงกับช่วงก่อนฤดูฝน และเป็นช่วงที่เหมาะสมในการฉีดก่อนการระบาด

- วัคซีนสายพันธุ์ของซีกโลกเหนือ

เริ่มจำหน่ายในประเทศไทยราวเดือนกันยายนถึงตุลาคมของทุกปี ซึ่งตรงกับการระบาดที่อาจเกิดขึ้นอีกระลอกในช่วงต้นปีถัดไป

12. ประเทศไทยตั้งอยู่ในซีกโลกใด และมีความสัมพันธ์กับการระบาดของโรคอย่างไร?

ประเทศไทยอยู่ในซีกโลกเหนือ แต่ตั้งอยู่ใกล้เส้นศูนย์สูตร จึงมีภูมิอากาศแบบ

ร้อนชื้น แตกต่างจากประเทศในเขตที่มีฤดูหนาวชัดเจน

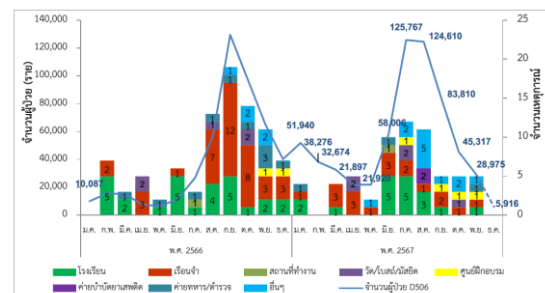


13. การระบาดของไขหวัดใหญ่ที่พบในประเทศไทย มักเกิดขึ้นช่วงใดของปี?

การระบาดของไขหวัดใหญ่ในประเทศไทยมักเกิดในช่วงเดือนมิถุนายนถึงกันยายน ซึ่งตรงกับฤดูฝนและช่วงเปิดเทอม จึงเอื้อต่อการแพร่กระจายของเชื้อ โดยมีลักษณะคล้ายกับรูปแบบของซีกโลกใต้

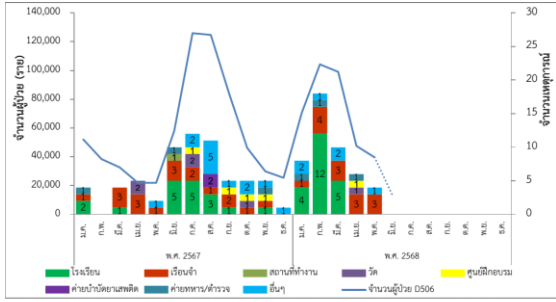
นอกจากนี้ บางปียังพบการระบาดอีกระลอกช่วงต้นปี ในเดือนมกราคมถึงมีนาคม

ดูกราฟรายงานการระบาดของไขหวัดใหญ่รายเดือน จากกรมควบคุมโรคครอบคลุมช่วงปี 2566 ถึงเดือนมิถุนายน 2568 ได้จากภาพด้านล่าง



แหล่งข้อมูล : โปรแกรมตรวจสอบข่าวการระบาด กรมควบคุมโรค

รูปที่ 5 จำนวนเหตุการณ์การระบาดของโรคไขหวัดใหญ่ แยกรายเดือน และสถานที่ที่พบการระบาด ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม 2566 – 7 ธันวาคม 2567



แหล่งข้อมูล : โปรแกรมตรวจสอบข่าวการระบาด กรมควบคุมโรค

รูปที่ 5 จำนวนเหตุการณ์การระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่ แยกรายเดือน และสถานที่ที่พบการระบาด
ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม 2567 - 14 มิถุนายน 2568

14. ในประเทศไทย ควรฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่ช่วงเดือนใด?

สมาคมโรคติดเชื้อแห่งประเทศไทย
มีคำแนะนำเกี่ยวกับช่วงเวลาที่เหมาะสม
ใช้หวัดใหญ่ ดังนี้

คำแนะนำจากสมาคมโรคติดเชื้อแห่งประเทศไทย พ.ศ. 2568

การระบาดของไข้หวัดใหญ่ในประเทศไทยมีตลอดทั้งปี แต่มีจำนวนผู้ป่วยสูงสุดในช่วงฤดูฝนและต้นปี เชื่อไวรัสไข้หวัดใหญ่ที่ระบาดในประเทศไทยจะคล้ายกับสายพันธุ์ของซีกโลกใต้ (Southern strain) มากกว่าซีกโลกเหนือ (Northern strain)

แนะนำให้ฉีดวัคซีนไข้วัดใหญ่
สายพันธ์ของชิกโลกไต้ในช่วงเดือนเมษายน
ถึงพฤษภาคมก่อนการระบาดในช่วงฤดูฝน

อย่างไรก็ตามสามารถให้วัคซีนได้
ตลอดทั้งปีด้วยวัคซีนชนิดที่มีอยู่ในขณะนั้น

15. ประเทศไทยให้บริการวัคซีนใช้หัวใจใหญ่ฟรีแก่ประชาชนกลุ่มเสี่ยงด้วยวัคซีนชนิดใด จำนวนเท่าใด และในช่วงเวลาใดของปี?

สำนักงานหลักประกันสุขภาพ
แห่งชาติ (สปสช.) จัดซื้อวัคซีนไข้หวัดใหญ่
ชนิด 3 สายพันธุ์ จำนวน 4.57 ล้านโดสใน
ปี 2568 สำหรับประชาชน 7 กลุ่มเสี่ยง และ
ผู้ต้องขัง โดยร่วมกับกรมควบคุมโรคในการ
รณรงค์ฉีดวัคซีนระหว่างวันที่ 1 พฤษภาคม
ถึง 31 สิงหาคม 2568 หรือจนกว่าวัคซีนจะ
หมด

ค้นหาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับกลุ่ม
เสี่ยง วิธีรับวัคซีน และขั้นตอนลงทะเบียน
ตามตัวอย่างด้านล่าง



16. ทำไมไม่ใช้วัคซีน 4 สายพันธุ์ในการฉีดฟรี?

ปัจจุบันพบว่าการติดเชื้อไข้วัดใหญ่
สายพันธุ์ B กระจายมาากาตะเกิดขึ้นน้อย
มาก องค์การอนามัยโลกจึงแนะนำให้ใช้
วัคซีนชนิด 3 สายพันธุ์แทนวัคซีนชนิด 4
สายพันธุ์ได้

วัคซีนชนิด 4 สายพันธุ์ครอบคลุมไวรัสไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ B ทั้งตระกูล **วิกตอเรียและยามากาตะ** แต่เมื่อมีการระบาดเฉพาะของตระกูลวิกตอเรีย วัคซีน 3 สายพันธุ์ที่มีเพียงสายพันธุ์ B ตระกูล วิกตอเรียจึงเพียงพอสำหรับการป้องกันโรคในสถานการณ์ปัจจุบัน

17. ถ้าพลาดฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่ในช่วงการรณรงค์ ควรป้อนหน้าหรือควรไปฉีดเลย?

ควรไปฉีดเลย ไม่ต้องรอถึงปีหน้า เพราะไข้หวัดใหญ่พบได้ทั้งปี การรออาจทำให้ป่วย ส่งผลเสียได้มาก โดยเฉพาะในบุคคลกลุ่มเสี่ยง

18. หลังฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่ ภูมิคุ้มกันจะขึ้นในกี่สัปดาห์?

ร่างกายใช้เวลาประมาณ **2 สัปดาห์** ในการสร้างภูมิคุ้มกันหลังฉีดวัคซีน จึงควรฉีดล่วงหน้าอย่างน้อย 2 สัปดาห์ก่อนฤดูระบาด

19. ฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่แล้ว ป้องกันโรคได้นานเท่าใด?

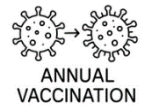
ภูมิคุ้มกันจากวัคซีนไข้หวัดใหญ่จะอยู่ได้นานประมาณ **6-8 เดือน** ก่อนจะค่อย ๆ ลดลง แต่ยังเพียงพอในการป้องกันจนถึงการฉีดในปีถัดไป

วัคซีนไข้หวัดใหญ่ช่วยป้องกันโรคได้ดีที่สุดในช่วง **3-4 เดือนแรกหลังฉีด**

20. เหตุใดจึงควรฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่ทุกปี?

ภูมิคุ้มกันจากวัคซีนไข้หวัดใหญ่ไม่ได้คงอยู่ถาวร โดยจะค่อย ๆ ลดลงตามเวลา ทำให้ประสิทธิภาพในการป้องกันโรคลดลง

นอกจากนี้ ไวรัสไข้หวัดใหญ่มักมีการเปลี่ยนแปลงสายพันธุ์ในแต่ละปี ทำให้วัคซีนในปีเก่าอาจไม่ตรงกับสายพันธุ์ที่ระบาดในปีใหม่



จึงแนะนำให้ **ฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่ทุกปี** เพื่อให้มีภูมิคุ้มกันที่เหมาะสมกับสายพันธุ์ปัจจุบัน และลดความรุนแรงของโรคได้อย่างต่อเนื่อง

21. หากวัคซีนไข้หวัดใหญ่ของปีนี้เป็นสายพันธุ์เดียวกันกับปีก่อน ยังควรฉีดหรือไม่

ควรฉีด แม้สายพันธุ์จะเหมือนเดิม เพราะภูมิคุ้มกันจากวัคซีนจะลดลงตามเวลา การฉีดวัคซีนประจำปีจะช่วยเสริมภูมิคุ้มกันให้มีประสิทธิภาพต่อเนื่อง

22. ยังไม่ครบ 1 ปี ฉีดซ้ำได้หรือไม่?

ฉีดซ้ำได้ แต่โดยทั่วไป **ไม่แนะนำ** เพราะการศึกษาพบว่า การฉีดวัคซีนมากกว่าหนึ่งเข็มในฤดูไข้หวัดใหญ่เดียวกันไม่ทำให้ประโยชน์เพิ่มขึ้น แม้ในผู้สูงอายุที่มีภูมิคุ้มกันอ่อนแอก็ตาม

23. วัคซีนไขหวัดใหญ่ 2 เข็ม ควรฉีดในกรณีใด?

เอกสารกำกับยาระบุให้ **เด็กเล็กอายุ 6 เดือนถึง 8 ปี ที่เพิ่งเริ่มฉีดวัคซีนเป็นครั้งแรกในชีวิต** ควรได้รับวัคซีน 2 เข็มห่างกันอย่างน้อย 4 สัปดาห์



24. มีกรณีอื่นหรือไม่ที่อาจฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่ซ้ำก่อนครบ 1 ปี?

กรณีอื่น ๆ เช่น **ผู้ที่กำลังจะเดินทางไปยังประเทศที่มีการระบาดของไขหวัดใหญ่ด้วยสายพันธุ์ที่ต่างจากวัคซีนที่เคยได้รับ** หรือ**ผู้ที่ต้องการปรับช่วงเวลาการฉีดวัคซีน** เช่น เปลี่ยนจากการฉีดวัคซีนสำหรับซีกโลกเหนือไปเป็นวัคซีนสำหรับซีกโลกใต้ **กรณีเหล่านี้สามารถฉีดซ้ำได้**

โดยทั่วไปควรเว้นอย่างน้อย 6 เดือน แต่หากจำเป็นต้องฉีดเร็วกว่านั้น ควรให้แพทย์พิจารณาเป็นรายกรณี

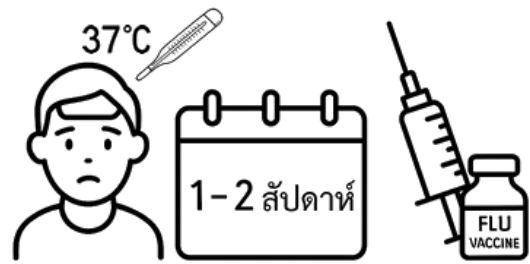
25. ถ้าเป็นไขหวัดใหญ่แล้ว ในปีนั้นยังควรฉีดวัคซีนอีกหรือไม่?

ควรฉีด เพราะการติดเชื้อไขหวัดใหญ่เพียงครั้งเดียว จะสร้างภูมิคุ้มกันเฉพาะสายพันธุ์ที่ติดมาเท่านั้น ซึ่งในแต่ละปีอาจมีการระบาดของไขหวัดใหญ่หลายสายพันธุ์

วัคซีนจึงช่วยเสริมภูมิคุ้มกันเพิ่มเติม และลดความเสี่ยงของการป่วยซ้ำ จากสายพันธุ์อื่นที่ยังไม่เคยติดมาก่อน

26. ควรฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่หลังหายป่วยเมื่อใด?

ควรฉีดวัคซีนหลังจาก**ไม่มีไข้และหายป่วยแล้ว** โดยทั่วไปมักเว้น 1-2 สัปดาห์ เพื่อให้ร่างกายฟื้นตัวและตอบสนองต่อวัคซีนได้ดี รวมทั้งลดความสับสนระหว่างอาการป่วยเดิมกับผลข้างเคียงจากวัคซีน



27. ฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่พร้อมกับวัคซีนอื่นได้หรือไม่?

ได้ ทั้งนี้แพทย์จะเป็นผู้พิจารณาเป็นรายบุคคล ร่วมกับความสมัครใจของผู้รับวัคซีน

28. ฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่ร่วมกับวัคซีนอื่นจะเป็นอันตรายหรือไม่?

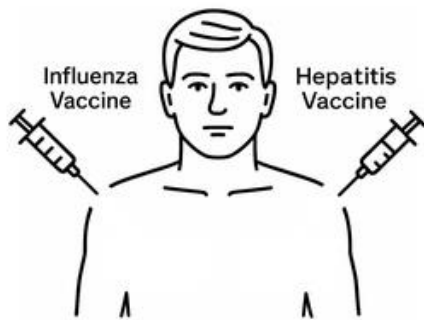
โดยทั่วไปไม่เป็นอันตราย การฉีดวัคซีน 2 ชนิดในวันเดียวกัน โดยฉีดที่แขนคนละข้างกัน ไม่ได้ทำให้เกิดผลข้างเคียงรุนแรง

แพทย์จะให้ข้อมูล และสอบถามความสมัครใจก่อนเสมอ เพื่อให้ผู้รับวัคซีนตัดสินใจได้อย่างเหมาะสมว่าต้องการรับวัคซีนทั้งสองชนิดในวันเดียวกันหรือไม่

29. วัคซีนใดที่แพทย์อาจแนะนำให้ฉีดพร้อมกับวัคซีนไขหวัดใหญ่?

โดยทั่วไปวัคซีนไขหวัดใหญ่สามารถฉีดพร้อมกับวัคซีนอื่นได้แทบทุกชนิด เช่น

- ผู้สูงอายุอาจฉีดพร้อมวัคซีนป้องกันเชื้อนิวโมคอคคัส (ป้องกันโรคปอดบวม)
- ผู้ใหญ่อาจฉีดพร้อมกับวัคซีนไข้เลือดออก วัคซีนตับอักเสบบี และบี หรือวัคซีนป้องกันพิษสุนัขบ้า



สำหรับเด็กเล็ก แพทย์มักหลีกเลี่ยงการฉีดหลายเข็มในวันเดียวกัน เพราะทำให้เด็กรู้สึกกลัว และผู้ปกครองอาจกังวลหากมีไข้หรืออาการข้างเคียงตามมา

30. กรณีใดที่ควรหลีกเลี่ยงการฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่ ร่วมกับวัคซีนชนิดอื่น?

วัคซีนบางชนิด เช่น วัคซีนงูสวัดชนิดเชื้อตาย อาจมีผลข้างเคียงที่รบกวนการใช้ชีวิตประจำวัน เช่น ปวดแขนมาก มีไข้หรืออ่อนเพลียจนต้องนอนพัก 1-2 วัน พบได้ประมาณ 1 ใน 3 ของผู้รับวัคซีน กรณีเช่นนี้แพทย์อาจแนะนำให้ฉีดแยกวันจากวัคซีนไขหวัดใหญ่ เพื่อให้สังเกตและประเมินผลข้างเคียงของวัคซีนนี้ได้ชัดเจนในแต่ละราย แต่ไม่ใช่ข้อห้ามในการฉีดร่วมกัน

31. อาการข้างเคียงจากวัคซีนไขหวัดใหญ่ที่พบได้บ่อยมีอะไรบ้าง?

วัคซีนไขหวัดใหญ่ชนิดฉีดเข้ากล้ามเนื้อเป็นวัคซีนที่ปลอดภัย มักพบอาการข้างเคียงที่ไม่รุนแรง และหายได้ภายใน 1-2 วัน



อาการข้างเคียงที่พบบ่อยได้แก่

- ปวด บวม หรือแดงบริเวณที่ฉีด เกิดได้ประมาณ ร้อยละ 10
- มีไข้ต่ำ ๆ ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย ปวดเมื่อย เกิดได้ประมาณ ร้อยละ 1-10

อาการอื่น ๆ เช่น เวียนศีรษะ คลื่นไส้ หรือหน้ามืด พบได้น้อยมาก

32. อาการข้างเคียงจากวัคซีนไขหวัดใหญ่ที่รุนแรงมีอะไรบ้าง?

อาการข้างเคียงที่รุนแรงจากวัคซีนไขหวัดใหญ่พบได้น้อยมาก โดยอาจพบภาวะดังต่อไปนี้

- อาการแพ้รุนแรง หรือที่เรียกว่า “แอนาฟิแล็กซิส” พบได้ประมาณ 1 ราย ใน 1 ล้านโดส
- กลุ่มอาการกิลแลง-บาร์เร เป็นภาวะที่ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายทำลายปลอกหุ้มเส้นประสาทส่วนปลาย พบได้ประมาณ 1-2 ราย ใน 1 ล้านโดส

33. อาการแพ้รุนแรง (แอนาฟิแล็กซิส) คืออะไร?

แอนาฟิแล็กซิส (Anaphylaxis)

คือ อาการแพ้รุนแรงเฉียบพลัน ที่อาจเกิดขึ้นภายในไม่กี่นาทีหลังได้รับวัคซีนหรือยา โดยมีอาการ เช่น

- ผื่นลมพิษทั่วตัว
- หน้าบวม ตาบวม ริมฝีปากบวม
- หายใจลำบาก เสียงแหบ หอบเหนื่อย
- ความดันโลหิตต่ำ หน้ามืด เป็นลม

อาการดังกล่าวเป็นภาวะฉุกเฉินที่อาจเป็นอันตรายถึงชีวิต เมื่อเกิดขึ้นสามารถรักษาได้ หากได้รับการดูแลจากแพทย์อย่างทันท่วงที

34. ฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่อย่างไรให้ปลอดภัยจากภาวะแอนาฟิแล็กซิส?

ข้อควรปฏิบัติเพื่อป้องกันภาวะแอนาฟิแล็กซิส

1. แจ้งประวัติแพ้วัคซีนหรือยา
2. อยู่รอดสังเกตอาการหลังฉีดอย่างน้อย 30 นาที

หากพบว่ามีอาการผิดปกติ เช่น แน่นหน้าอก หายใจลำบาก หรือหน้าบวม ให้แจ้งเจ้าหน้าที่ทันที

35. ควรต้องแจ้งประวัติแพ้ไข่หรือไม่?

ควร เนื่องจากวัคซีนไขหวัดใหญ่ชนิดฉีดเข้ากล้ามเนื้อที่ใช้ในประเทศไทยผลิตจากการเพาะเชื้อในไข่ไก่ จึงมีเศษโปรตีนไข่หลงเหลือ ซึ่งอาจกระตุ้นอาการแพ้ในผู้ที่แพ้ไข่รุนแรง



ไม่มีหลักฐานว่า การแพ้ไข่เพิ่มความเสี่ยงต่ออาการแพ้รุนแรงเฉียบพลัน (แอนาฟิแล็กซิส) จากวัคซีนไขหวัดใหญ่ชนิดฉีดเข้ากล้ามเนื้อ ดังนั้นการแพ้ไข่จึงไม่ใช่ข้อห้ามในการฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่ แต่อาจพิจารณาสังเกตอาการนานขึ้นเล็กน้อยหลังฉีด

อย่างไรก็ตาม เอกสารกำกับยาแนะนำให้การแพ้ไข่รุนแรงเป็นข้อห้ามการใช้วัคซีนไขหวัดใหญ่ชนิดพ่นเข้าทางจมูก

36. กลุ่มอาการกิลแลง-บาร์เร คืออะไร?

กลุ่มอาการกิลแลง-บาร์เร (Guillain-Barré Syndrome หรือ GBS) คือภาวะที่ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายทำลายปลอกหุ้ม



เส้นประสาทส่วนปลาย ทำให้เกิดอาการกล้ามเนื้ออ่อนแรง ชา หรือเสียวปลายมือปลายเท้า ซึ่งอาจลุกลามขึ้นไปที่แขน ขา และส่วนอื่น ๆ ของร่างกายอย่างรวดเร็ว

อาการมักเริ่มภายใน 6 สัปดาห์หลังฉีดวัคซีน

หากมีอาการอ่อนแรง ชา หรือเดินลำบากหลังฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่ ควรรีบพบแพทย์ทันที

37. ควรหลีกเลี่ยงการฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่ เพราะกลัวกลุ่มอาการกิลแลง-บาร์เรหรือไม่?

ไม่ควร เพราะกลุ่มอาการกิลแลง-บาร์เร สามารถเกิดขึ้นได้จากการติดเชื้อไวรัส เช่น ไขหวัดใหญ่

โดยผู้ที่ติดเชื้อไขหวัดใหญ่มีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะนี้มากกว่าผู้ที่ได้รับวัคซีนถึง 17 เท่า

ความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะนี้จากการติดเชื้อไขหวัดใหญ่สูงกว่าความเสี่ยงจากวัคซีนมาก ดังนั้นการฉีดวัคซีนจึงเป็นทางเลือกที่สมเหตุผล

38. วัคซีนไขหวัดใหญ่ทำให้เกิดลิ่มเลือดจริงหรือไม่?

ไม่จริง หลักฐานจำนวนมากชี้ว่า วัคซีนไขหวัดใหญ่ **ไม่มีความ** เกี่ยวข้องกับการเกิดลิ่มเลือด **อุดตัน** ตัวอย่างเช่น



- การศึกษาในสหรัฐอเมริกา (Vaccine Safety Datalink) ในผู้ที่มีอายุ 50 ปีขึ้นไป ไม่พบความเสี่ยงเพิ่มขึ้นในการเกิดลิ่มเลือดอุดตันในช่วง 1-10 วันแรกหลังฉีดวัคซีน
- การศึกษาในฝรั่งเศส (การศึกษาเปรียบเทียบ): พบว่าผู้ที่ฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่มีความเสี่ยงต่อการเกิดลิ่มเลือดอุดตัน **ต่ำกว่า** ผู้ที่ไม่ได้ฉีด

อย่าหลงเชื่อข้อมูลผิด!

ข้อความในโซเชียลที่ระบุว่า "อย่าฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่ เพราะทำให้เกิดลิ่มเลือด" **ไม่เป็นความจริง และไม่ควรส่งต่อ**

39. ไขหวัดใหญ่ทำให้เกิดลิ่มเลือดได้หรือไม่?

ได้ ภาวะเจ็บป่วยคล้ายไขหวัดใหญ่ (Influenza-like illness) และการอักเสบในร่างกาย เป็นปัจจัยเสี่ยงที่ทราบกันดีว่าเพิ่มโอกาสเกิดลิ่มเลือดในหลอดเลือดดำ ซึ่งอาจนำไปสู่โรคหลอดเลือดสมอง (stroke)

งานวิจัยจากประเทศสเปน ระบุว่าในผู้ที่มีอายุมากกว่า 50 ปี หากติดเชื้อไขหวัดใหญ่แม้มีอาการเพียงเล็กน้อย จะมีความเสี่ยงเกิดโรคหลอดเลือดสมองเพิ่มขึ้นมากกว่า 2 เท่าภายใน 2 สัปดาห์ และความเสี่ยงนี้ยังคงอยู่ได้นานถึง 2 เดือน โดยในผู้ที่มีอาการรุนแรง ความเสี่ยงอาจเพิ่มขึ้นมากกว่า 4 เท่า

40. วัคซีนไขหวัดใหญ่ป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดสมองตีบได้หรือไม่?

ได้ การศึกษาในประเทศจีน ปี 2024 พบว่า การฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่ช่วยลดความเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมองตีบในผู้สูงอายุได้ประมาณ 42% ในช่วงเวลา 1 ปีหลังการฉีดวัคซีน

ความเข้าใจที่ถูกต้อง
ลิ่มเลือด ตัวการคือโรค... ไม่ใช่วัคซีน

41. วัคซีนไขหวัดใหญ่ทำให้เกิดลิ่มเลือดได้เพิ่มขึ้นในผู้สูบบุหรี่ จริงหรือไม่?

จริง มีรายงานว่าผู้สูบบุหรี่อาจมีความเสี่ยงต่อการเกิดลิ่มเลือดเพิ่มขึ้นเล็กน้อยหลังฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่ แต่หน่วยงานด้านสาธารณสุข เช่น ศูนย์ควบคุมและป้องกันโรคแห่งสหรัฐอเมริกา ยังคงแนะนำให้ฉีดวัคซีน เพราะช่วยป้องกันการติดเชื้อและลดภาวะแทรกซ้อน เช่น โรคหลอดเลือดสมอง โดยไม่มีข้อยกเว้นสำหรับผู้สูบบุหรี่

42. หากกำลังตั้งครรภ์ ฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่ได้หรือไม่?

ฉีดได้ วัคซีนไขหวัดใหญ่ชนิดเชื้อตายมีความปลอดภัย และสามารถฉีดได้ในทุกช่วงของการตั้งครรภ์ โดยองค์การอนามัยโลก แนะนำให้หญิงตั้งครรภ์ทุกคนได้รับวัคซีนไขหวัดใหญ่ เพื่อปกป้องทั้งแม่และทารกในครรภ์



43. วัคซีนไขหวัดใหญ่ปกป้องแม่และทารกอย่างไรบ้าง?

วัคซีนไขหวัดใหญ่ ปกป้องแม่และทารก โดย

- ลดความเสี่ยงโรครุนแรง เช่น ปอดอักเสบ โดยเฉพาะในหญิงตั้งครรภ์ตั้งแต่ 4 เดือนขึ้นไป (รับวัคซีนได้ตลอดปีโดยไม่เสียค่าใช้จ่าย)

- ลดโอกาสการคลอดก่อนกำหนด
- ส่งต่อภูมิคุ้มกันจากแม่ไปสู่ทารกในครรภ์ และป้องกันลูกจากการติดเชื้อไขหวัดใหญ่ในช่วง 6 เดือนแรกของชีวิต

44. หากเกิดการระบาดของไขหวัดใหญ่ในหญิงที่มีอายุครรภ์ไม่ถึง 4 เดือน สามารถฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่ ได้หรือไม่?

ฉีดได้ วัคซีนไขหวัดใหญ่ปลอดภัย สามารถฉีดได้ในทุกอายุครรภ์ และหากอยู่ในช่วงที่มีการระบาด แพทย์อาจแนะนำให้ฉีดได้ตั้งแต่อายุครรภ์น้อย

45. เหตุใดจึงระบุให้หญิงตั้งครรภ์อายุครรภ์ตั้งแต่ 4 เดือนขึ้นไป เป็นกลุ่มเสี่ยง?

เพราะความรุนแรงของไขหวัดใหญ่เพิ่มขึ้นอย่างชัดเจนในไตรมาสที่ 2 และ 3 โดยเฉพาะในไตรมาสที่ 3 ซึ่งพบว่าเพิ่มโอกาสการนอนโรงพยาบาลได้ 3-4 เท่า



46. ฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่แล้วให้นมบุตรได้หรือไม่?

ได้ หญิงให้นมบุตรสามารถรับวัคซีนไขหวัดใหญ่ได้อย่างปลอดภัย โดยไม่เป็นข้อห้าม และไม่เป็นอันตรายต่อทารก



47. เหตุใดจึงกำหนดให้ฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่กับเด็กอายุ 6 เดือนขึ้นไป?



Under 6 Months

เพราะยังไม่มีข้อมูลด้านประสิทธิภาพและความปลอดภัยในเด็กเล็ก วัคซีนจึงได้รับอนุมัติให้ใช้ในเด็กตั้งแต่อายุ 6 เดือนเป็นต้นไป

48. ป้องกันอย่างไร ให้เด็กอายุน้อยกว่า 6 เดือน ห่างไกลจากไขหวัดใหญ่และโรคแทรกซ้อน?

ป้องกันโดยฉีดวัคซีนให้แม่ขณะตั้งครรภ์ และคนใกล้ชิด เลี่ยงลูกด้วยนมแม่ และรักษาสุขอนามัย เช่น ล้างมือบ่อย ๆ และหลีกเลี่ยงการใกล้ชิดกับผู้ป่วย

49. ขนาดยาในเด็กกับผู้ใหญ่ ฉีดเท่ากันหรือไม่?

เท่ากัน คือฉีดครั้งละ 0.5 มล. ทั้งในเด็กอายุ 6 เดือนขึ้นไปและผู้ใหญ่

50. กรณีใดที่ควรเลื่อนการฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่ไปก่อน?

ควรเลื่อนการฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่ ในผู้ที่กำลังมีไข้ หรือมีการติดเชื้อเฉียบพลัน เช่น ปอดบวม หรือไขหวัดอักเสบ รวมถึงเจ็บป่วยอื่น ๆ ที่รุนแรง เมื่ออาการหายดีแล้วจึงสามารถฉีดได้



51. มีข้อควรระวังใดที่ควรทราบก่อนฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่?

หากมีภาวะเลือดออกง่าย หรือใช้ยาที่ทำให้เลือดออกง่าย เช่น วาร์ฟาริน ควรแจ้งแพทย์หรือพยาบาลก่อนฉีด เพื่อให้ได้รับคำแนะนำในการลดความเสี่ยงต่อการเกิดรอยช้ำหรือเลือดคั่งในบริเวณที่ฉีดวัคซีน

หากรู้สึกกังวลหรือกลัวเข็ม ควรบอกเจ้าหน้าที่ล่วงหน้า เพื่อให้ได้รับการดูแลอย่างเหมาะสม เพราะอาจมีอาการหายใจเร็ว หน้ามืด หรือเป็นลมได้

52. วัคซีนไขหวัดใหญ่มีวิธีเก็บรักษาอย่างไร?

กรณีได้รับวัคซีนทั้งขวดจากสถานพยาบาล ควรเก็บไว้ในตู้เย็นอุณหภูมิ 2-8 องศาเซลเซียส ห้ามแช่แข็ง



วัคซีนมีอายุการใช้งาน 1 ปีนับจากวันที่ผลิต

ด้วยความหวังใจจาก
แพทยสภา
กรมอนามัย และกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข
สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา
ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทย
ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย
และ ราชวิทยาลัยแพทย์เวชศาสตร์ครอบครัวแห่งประเทศไทย
กันยายน 2568