

ไข้หวัดใหญ่ในเด็ก

โรคไข้หวัดใหญ่เป็นโรคติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจที่พบได้บ่อยในเด็ก เกิดจากเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่ มี 3 ชนิดที่ก่อโรคในมนุษย์ คือ เอ บี และซี ชนิดเอ (H1N1 และ H3N2) และบี (ตระกูลลิวคโตเรีย และ ยามากาตะ) เป็นเชื้อที่พบบ่อย ส่วนชนิดซีพบได้น้อย โรคนี้พบได้ตลอดทั้งปี แต่มักพบบ่อยในช่วงหน้าฝน หรือหน้าหนาว

อาการของไข้หวัดใหญ่ที่สำคัญ

ไข้ อาจมีอาการหนาวสั่นร่วมด้วย

ไอ เจ็บคอ น้ำมูกไหล

ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ ปวดข้อ ปวดหัว และอ่อนเพลีย

คลื่นไส้ อาเจียน ท้องเสีย

(มักพบในเด็กมากกว่าผู้ใหญ่) อาการของไข้หวัดใหญ่นี้มีได้หลากหลายตั้งแต่เล็กน้อยไปจนถึงมากขึ้นกับว่าเคยมีภูมิคุ้มกันหรือได้รับการฉีดวัคซีนมาก่อนหรือไม่ ส่วนใหญ่มักมีอาการ 2-3 วัน และไม่เกิน 2 สัปดาห์ อาการที่รุนแรงและควรได้รับการรักษาอย่างเร่งด่วนคือ หายใจเร็ว เจ็บหน้าอก ซึมลง และอาเจียนตลอดเวลา



โรคนี้สามารถแพร่เชื้อได้โดยละอองฝอยจากการไอ หรือจามรดกัน หรือผ่านสิ่งของที่ปนเปื้อนเชื้อ เช่น กระจาดยี่ห้อที่ใช้แล้ว ลูกบิดประตู ของเล่น แก้วน้ำ แล้วนำเข้าตา จมูก หรือ ปากของตัวเอง ผู้ที่ติดเชื้อสามารถแพร่เชื้อได้หนึ่งวันก่อนเริ่มมีอาการป่วย และแพร่เชื้อได้นาน 3-5 วัน แต่เด็กหรือผู้ที่มีภูมิคุ้มกันต่ำจะแพร่เชื้อได้นานกว่านี้

เด็กที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากการติดเชื้อไข้หวัดใหญ่คือ เด็กที่เป็นโรคหอบหืด โรคเรื้อรังต่าง ๆ ได้แก่ โรคหัวใจ โรคปอด โรคเบาหวาน โรคเมตาบอลิก โรคไต และโรคธาลัสซีเมีย โรคทางระบบประสาทที่มีปัญหาด้านการทำงานของปอด โรคภูมิคุ้มกันบกพร่อง และเด็กที่ได้รับยาแอสไพริน เป็นระยะเวลายาวนาน

วิธีที่ดีที่สุดในการป้องกันไข้หวัดใหญ่คือ การฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่ โดยเฉพาะเด็ก และผู้ที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรคไข้หวัดใหญ่ วัคซีนไข้หวัดใหญ่มี 2 ชนิดคือ 3 สายพันธุ์ (ชนิดเอ H1N1, H3N2 และชนิดบี 1 สายพันธุ์) และ 4 สายพันธุ์ (ชนิดเอ H1N1, H3N2 และชนิดบี 2 สายพันธุ์ คือ ตระกูลวิกตอเรีย และ ยามาगतะ) วัคซีนไข้หวัดใหญ่นี้มีการเปลี่ยนแปลงสายพันธุ์ทุก ๆ ปี เนื่องจากการไวรัสมักเปลี่ยนแปลงพันธุกรรม วัคซีนใหม่จะถูกเตรียมเพื่อให้เหมาะสมกับเชื้อที่คาดว่าจะระบาดในฤดูกาลของไข้หวัดใหญ่ที่จะมาถึงในทุก ๆ ปี วัคซีนมีความปลอดภัยสูง อาจมีอาการปวดบวมบริเวณที่ฉีดบ้าง ซึ่งมักหายได้เอง การฉีดวัคซีนในหญิงตั้งครรภ์นอกจากป้องกันตนเองแล้วสามารถป้องกันลูกในครรภ์ หลังคลอดในช่วง 6 เดือนแรกของชีวิตซึ่งยังไม่สามารถฉีดวัคซีนได้อีกด้วย สำหรับเด็กที่อายุน้อยกว่า 9 ปี หากเป็นการฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่ครั้งแรก ต้องฉีด 2 เข็ม ห่างกันอย่างน้อย 1 เดือน หลังจากนั้นฉีดปีละ 1 ครั้ง



นอกจากนี้การป้องกันการแพร่กระจายเชื้อไข้หวัดใหญ่ สามารถทำได้โดยดูแลอนามัยส่วนตัวให้ดี โดยปิดปากปิดจมูกเมื่อมีการไอ หรือจาม แล้วทิ้งกระดาษทิชชูลงในถังขยะ ล้างมือให้สะอาด หลังไอหรือจาม สามารถใช้เจลล้างมือที่ผสมแอลกอฮอล์ได้ ควรอยู่กับบ้านจนกว่าอาการจะหายดี อย่างน้อย 24 ชั่วโมงหลังจากไข้ลง ไม่ควรให้เด็กที่ไม่สบายไปโรงเรียนหรือไปทำกิจกรรมนอกบ้าน

การวินิจฉัย สามารถให้การวินิจฉัยเบื้องต้นโดยอาศัยอาการทางคลินิกข้างต้น แต่บางครั้งหากจำเป็นต้องการการตรวจยืนยันการวินิจฉัยที่แน่นอนอาจจำเป็นต้องตรวจน้ำมูกหรือเสมหะ ซึ่งไม่ได้ทำเป็น routine แต่มักจะตรวจเมื่อผู้ป่วยมีอาการรุนแรงหรือมีความเสี่ยงต่อภาวะแทรกซ้อน

การรักษา โดยการให้พักผอนอยู่กับบ้าน กินยาแก้ปวดลดไข้ ห้ามมิให้เด็กกินยาแอสไพริน เมื่อสงสัยว่าจะป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่ เนื่องจากมีความเสี่ยงต่อกลุ่มอาการไรน์ (Reye syndrome) ที่มีอาการตับวายและความผิดปกติของสมอง แพทย์อาจพิจารณาให้การรักษาด้วยยาต้านไวรัสไข้หวัดใหญ่คือ ยาโอเซลทามิเวียร์ ในผู้ป่วยที่มีความรุนแรง และมีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อน หากมีอาการรุนแรงมาก เช่น ปอดอักเสบ ขาดสารน้ำ หรือ ชี้นิ่ง ต้องได้รับการรักษาใน รพ.อย่างรีบด่วน



บทความโดย นาวาอากาศเอกหญิง แพทย์หญิง จุฑารัตน์ เมฆมัลลิกา
กองกุมารเวชกรรม โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช

