



วัณโรค (Tuberculosis)

วัณโรค (Tuberculosis) หรือทั่วไปมักเรียกระยะว่า โรคทบี (TB) เป็นโรคติดเชื้อเรื้อรังที่เกิดจากเชื้อแบคทีเรียชื่อ Mycobacterium Tuberculosis บางครั้งเรียกว่า เอเอฟบี (AFB, acid fast bacilli) ถึงแม้ว่าส่วนใหญ่การอักเสบจากเชื้อวัณโรคจะเกิดในปอดที่เรียกว่า วัณโรคปอด แต่ก็สามารถเกิดโรคที่อวัยวะอื่นได้เกือบทุกอวัยวะในร่างกายเช่น ต่อมไทรอยด์ ต่อมต่อมใต้สมอง และลำไส้ ในสมัยก่อนผู้ป่วยวัณโรคส่วนใหญ่จะเสียชีวิต แต่ในปัจจุบันวัณโรคสามารถรักษาด้วยยาจนหายขาดได้ การติดเชื้อวัณโรคแตกต่างจากการติดเชื้อแบคทีเรียอื่นๆ เพราะเชื้อวัณโรคสามารถ อยู่ในตัวผู้ป่วยโดยไม่มีอาการได้นานๆเรียกว่า วัณโรคระยะแฝง ซึ่งทั่วโลกมีผู้ป่วยวัณโรคระยะแฝงประมาณ 2,000 ล้านคน โดย 10% ของวัณโรคระยะแฝงจะเกิดเป็นโรควัณโรคปอดภายใน 10 ปี

วัณโรคติดต่อได้อย่างไร?



วัณโรคเป็นโรคติดต่อจากคนสู่คนทางการหายใจ โดยเชื้อวัณโรคจะแพร่จากผู้ป่วยวัณโรค ปอดไปสู่ผู้อื่นทางละอองเสมหะขนาดเล็กๆซึ่งออกมาจากการไอ จาม หรือพูด ละอองเสมหะเหล่านี้จะสามารถลอยอยู่ในอากาศได้หลายชั่วโมง และเมื่อสูดเข้าไปจะเข้าไปจนถึงถุงลมปอด แล้วเกิดการอักเสบได้ ในการไอ 1 ครั้งอาจพบมีละอองเสมหะออกมาถึง 3,000 ละอองเสมหะ

โอกาสของการแพร่เชื้อวัณโรคขึ้นอยู่กับหลายปัจจัยคือ

1. ลักษณะของวัณโรคปอดคือ ถ้าเป็นวัณโรคปอดชนิดที่มีโพรง (เนื้อปอดเกิดเป็นโพรงซึ่งติดต่อกับหลอดลมได้ ดี จึงทำให้ตรวจพบเชื้อในเสมหะได้สูง) ซึ่งมักจะตรวจพบเชื้อในเสมหะ จะมีการแพร่เชื้อวัณโรคออกจากเสมหะมาก แต่ในผู้ป่วยที่เป็นวัณโรคปอดชนิดไม่มีโพรง (โอกาส ตรวจพบเชื้อในเสมหะลดลง) หรือผู้ป่วยที่ย้อมเสมหะไม่พบเชื้อจะมีการแพร่เชื่อน้อยกว่า และในผู้ป่วยวัณโรคนอกปอดเช่น วัณโรคในต่อมน้ำเหลือง และวัณโรคในเยื่อหุ้มปอด จะไม่มีการแพร่เชื้อ
2. การอยู่ใกล้ชิดผู้ป่วยวัณโรคปอดในสภาพแวดล้อมที่ปิดทึบ การระบายอากาศไม่ดี ไม่ โดนแสงแดด โอกาสจะติดเชื้อวัณโรคจะสูงขึ้น เพราะเชื้อวัณโรคที่อยู่ในละอองเสมหะจะถูกทำ ลายได้เมื่อโดนแสงแดดและความร้อน
3. วัณโรคจะไม่ติดต่อทางการรับประทานอาหาร ดื่มน้ำ หรือสัมผัส และในผู้ป่วยวัณโรค ปอดที่ได้รับยาวัณโรค ส่วนใหญ่จะไม่แพร่เชื้อเมื่อทานยาเกิน 2 อาทิตย์ไปแล้ว

หลังจากเชื้อวัณโรคเข้าสู่ถุงลมปอดแล้วจะเกิดโรคเมื่อใด?

ในระยะแรกหลังจากเชื้อวัณโรคเข้าในร่างกายแล้ว ผู้ป่วยจะไม่มีอาการและไม่สามารถตรวจ พบได้ว่าติดเชื้อหรือไม่ จนถึงประมาณหลังจาก 4 อาทิตย์ ร่างกายจะเริ่มมีปฏิกิริยาต่อเชื้อวัณโรค โดยส่วนใหญ่ ระบบภูมิคุ้มกันต้านทานโรคในคนปกติจะสามารถควบคุมเชื้อวัณโรคให้สงบนิ่งอยู่ เรียกว่า อยู่ในระยะแฝง ซึ่งจะไม่มีอาการของโรคและไม่แพร่เชื้อ แต่ในผู้ป่วยเด็กเล็กหรือผู้มีภูมิ คุ้มกันต้านทานโรคบกพร่องเช่น ผู้ป่วยโรคเอดส์ (AIDS) อาจไม่สามารถควบคุมเชื้อวัณโรคให้สงบได้ จึงเกิดโรควัณโรคปฐมภูมิ (Primary tuberculosis คือ วัณโรคที่แสดงอาการตั้งแต่ครั้งแรกที่ติดเชื้อ โดยไม่มีการอยู่ในระยะแฝง) เช่น วัณโรคเยื่อหุ้มปอดหรือวัณโรคต่อมน้ำเหลืองได้ ทั้งนี้ เชื้อ วัณโรคที่อยู่ในระยะแฝงจะสงบอยู่จนมีปัจจัยที่ทำให้ร่างกายอ่อนแอจึงเกิดโรควัณโรคปอดขึ้น

ปัจจัยที่ทำให้เกิดการปะทุของวัณโรคที่สงบนิ่งได้แก่ โรคเบาหวาน ภาวะขาดสารอาหาร การได้รับยาสเตียรอยด์ ยากดภูมิคุ้มกันต้านทานโรคเช่น ในโรคภูมิแพ้ และในผู้ป่วยติดเชื้อเอชไอวี (HIV) หรือ โรคเอดส์ ทั้งนี้โดยประมาณ 5% ของผู้ป่วยวัณโรคระยะแฝง จะมีโอกาสเกิด โรควัณโรคปอดในสองปีแรกและอีก 5% จะเกิดโรคภายในสิบปี

วัณโรคเป็นโรคติดต่อที่เป็นปัญหาหรือไม่ในประเทศไทย?

เมื่อกล่าวถึงวัณโรค หลายคนคิดว่าเป็นโรคซึ่งแทบจะหมดไปแล้วจากประเทศไทย แต่ สถานการณ์ของวัณโรคในประเทศไทยยังมีความน่าเป็นห่วง

อุบัติการณ์ของการติดเชื้อวัณโรครายงานเมื่อ มีนาคม พ.ศ. 2555 จากสำนักวัณโรค กระทรวงสาธารณสุข คือ 137 รายต่อประชากร 1 แสนคนหรือประมาณ 90,000 รายต่อปี (ในการนี้ เป็นเชื้อดื้อยาประมาณ 1,900 ราย) เสียชีวิต 16 รายต่อประชากร 1 แสนคน และผู้ป่วยวัณโรคติดเชื้อเอชไอวีประมาณ 15%

อาการของวัณโรคปอดเป็นอย่างไร?

อาการสำคัญของวัณโรคปอดคือ ไอเรื้อรังโดยเฉพาะอาการไอที่เกิดขึ้นนานกว่า 3 สัปดาห์ ขึ้นไป โดยจะเริ่มจากไอแห้งๆต่อมาจะมีเสมหะจนอาจมีไอเป็นเลือดได้

อาการอื่นๆที่พบได้บ่อยคือ มีไข้ อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร น้ำหนักลด และเหงื่อออกกลางคืน

การตรวจวินิจฉัยวัณโรคทำได้อย่างไร?

การตรวจทางห้องปฏิบัติการที่ช่วยวินิจฉัยวัณโรคได้แก่

1. เอ็กซเรย์ปอด ลักษณะผิดปกติที่เข้าได้กับวัณโรคปอดเช่น พบการอักเสบของปอดที่ ปอดกลีบบน
2. การย้อมเชื้อวัณโรคจากเสมหะ ควรทำในผู้ป่วยทุกรายที่สงสัยว่าเป็นวัณโรคเพื่อช่วย ยืนยันการวินิจฉัย โดยจะเก็บเสมหะตอนเช้าหลังตื่นนอน 3 วันติดต่อกัน จะรู้ผลภายในประมาณ 30 นาที แต่มีข้อเสียคือ วิธีนี้มีโอกาสตรวจพบเชื้อวัณโรคได้เพียงประมาณครึ่งหนึ่งของผู้ป่วย เท่านั้น ดังนั้นผู้ป่วยที่ตรวจไม่พบเชื้อวัณโรคในเสมหะก็ยังสามารถเป็นโรควัณโรคปอดได้
3. การเพาะเชื้อวัณโรคจากเสมหะ ข้อดีคือ วิธีนี้สามารถตรวจพบเชื้อได้สูงถึง 80 - 90% ของผู้ป่วย แต่ต้องใช้เวลาประมาณสองเดือนจึงทราบผล

อนึ่ง เมื่อมีผู้ป่วยที่มีอาการเข้าได้กับวัณโรคเช่น ไอเรื้อรัง มีไข้โดยไม่ทราบสาเหตุ น้ำหนักลด แพทย์จะส่งทำเอ็กซเรย์ปอด ซึ่งถ้าพบลักษณะผิดปกติที่เข้าได้กับวัณโรคปอด แพทย์จะให้ผู้ป่วยเก็บเสมหะตรวจย้อมเชื้อวัณโรค ซึ่งถ้าพบเชื้อวัณโรคก็จะวินิจฉัยได้แน่นอน แต่บางครั้งผู้ป่วยมีอาการและเอ็กซเรย์ปอดเข้าได้กับวัณโรคแต่ย้อมไม่พบเชื้อวัณโรคในเสมหะ แพทย์อาจ ให้การวินิจฉัยและให้การรักษาแบบวัณโรคปอดได้ แต่ต้องติดตามอาการผู้ป่วยอย่างใกล้ชิด

มีแนวทางรักษาวัณโรคอย่างไร?

วัณโรคสามารถรักษาให้หายขาดได้ แต่ต้องรับประทานยาทุกวันอย่างต่อเนื่อง ปัจจุบันจะ ใช้สูตรยารักษา 6 เดือนซึ่งได้ผลดีที่สุดโดยจะให้ยาได้แก่

1. Isoniazid (ไอโซไนอะไซด์)
2. Rifampicin (ไรแฟมปีซิน)
3. Ethambutol (อีแธมบูโธล)
4. Pyrazinamide (ไพราซีนามาย)

โดยจะให้รับประทานยาทั้ง 4 ตัว 2 เดือน ต่อด้วยยา isoniazid + Rifampicin อีก 4 เดือน อาการหรือผลข้างเคียงของยารักษาวัณโรคเช่น มีผื่น อาเจียน ปวดข้อ และตับอักเสบ ซึ่งพบผลข้างเคียงจากยาได้ประมาณ 5%

ผู้ป่วยวัณโรคควรปฏิบัติอย่างไร?

ผู้ป่วยวัณโรคควรดูแลตนเองหรือควรปฏิบัติดังนี้

1. รับประทานยาวัณโรคตามที่แพทย์แนะนำจนครบตามกำหนด เพื่อป้องกันการเกิดวัณโรคดื้อยา ถ้ามีอาการผิดปกติหลังเริ่มรับประทานยาวัณโรคเช่น มีผื่น อาเจียน ปวดข้อ ต้องรีบพบแพทย์ เพื่อทำการปรับยาและพบแพทย์ตามนัดสม่ำเสมอ
2. ในช่วงแรกของการรักษาโดยเฉพาะสองอาทิตย์แรกถือเป็นระยะแพร่เชื้อ ผู้ป่วยควรอยู่แต่ในบ้าน โดยแยกห้องนอน นอนในห้องที่อากาศถ่ายเทสะดวกและแสงแดดส่องถึง ไม่ออกไปในที่ที่มีผู้คนแออัด และต้องใส่หน้ากากอนามัยเวลาอยู่ในที่ชุมชน
3. ปิดปาก จมูก เวลาไอหรือจามทุกครั้ง
4. งดสิ่งเสพติดเช่น เหล้า บุหรี่ พักผ่อนให้เพียงพอ ทานอาหารที่มีประโยชน์ (อาหารมีประโยชน์ห้าหมู่) เช่น เนื้อสัตว์ ไข่ ธัญพืช ผัก และผลไม้
5. ให้บุคคลใกล้ชิดเช่น คนในบ้านพบแพทย์เพื่อตรวจร่างกายและเอกซเรย์ปอด ซึ่งในผู้ใหญ่ ถ้าผลเอกซเรย์ไม่พบความผิดปกติจะถือว่าไม่เป็นวัณโรคไม่จำเป็นต้องมีการรักษา แต่ในเด็ก เล็ก ถึงแม้จะไม่มีอาการและเอกซเรย์ปอดปกติ จะต้องตรวจทูเบอร์คูลิน (tuberculin skin test หรือ TST) ซึ่งถ้าผลเป็นบวก แพทย์จึงจะให้การรักษาวัณโรค

ป้องกันวัณโรคได้อย่างไร? ควรพบแพทย์เมื่อไร?

การป้องกันวัณโรคและการพบแพทย์ได้แก่

1. รักษาสุขภาพให้แข็งแรง โดยการออกกำลังกายพักผ่อนให้พอเพียง กินอาหารที่มีประโยชน์ ไม่ใช้ยาเสพติด หลีกเลี่ยงความเสี่ยงการติดโรคเอดส์ (รักษาสุขอนามัยพื้นฐาน/สุขบัญญัติแห่งชาติ) และควรตรวจสุขภาพและเอกซเรย์ปอดเป็นประจำทุกปี
2. ถ้ามีผู้ป่วยวัณโรคอยู่ในบ้าน ควรดูแลให้ทำตามข้อควรปฏิบัติของผู้ป่วยวัณโรคดังกล่าว ในหัวข้อ ผู้ป่วยวัณโรคควรปฏิบัติอย่างไร อย่างเคร่งครัด
3. ฉีดวัคซีนบีซีจี (BCG) ให้ทารกแรกเกิดทุกราย วัคซีนชนิดนี้มีผลในการป้องกันวัณโรค ชนิดรุนแรงในเด็กเล็ก แต่ไม่สามารถป้องกันวัณโรคปอดในผู้ใหญ่ ผู้ที่เคยฉีดบีซีจีมาแล้วก็ยังมี โอกาสเสี่ยงต่อการเป็นวัณโรคปอดได้
4. ถ้ามีอาการผิดปกติที่สงสัยว่าจะเป็นวัณโรคเช่น ไอเรื้อรัง มีไข้ เจ็บหน้าอก เหงื่อออก กลางคืน เหนื่อย หอบ เบื่ออาหาร น้ำหนักลด ควรรีบพบแพทย์เสมอ

บรรณานุกรม

1. ศรายุทธ อุตตมางคพงศ์ <http://td.dpc7.net/sites/default/files/situation.pdf> [2015,March21]



“สุขภาพดีของท่าน คือบริการของเรา”
รอรับไว้เองสุขภาพง่าย แค่นี้...คลีก็มา...

Group.wunjun.com/Thatumhealthty

งานสุขศึกษาและประชาสัมพันธ์โรงพยาบาลท่าตุม

โทร.044-591126 ต่อ 116