

ระวัง เมอร์ส !

โคโรนาไวรัสสายพันธุ์ใหม่ (MERS-CoV) เราควรป้องกันอย่างไรดี?

กระแสวิพากษ์วิจารณ์ “ไวรัสเมอร์ส” ที่กำลังเป็นที่สนใจในขณะนี้ รองศาสตราจารย์ ดร.วันชัย เลิศวัฒนวิลาศ อาจารย์ประจำสาขาวิชาการพยาบาลผู้ป่วยโรคติดเชื้อและการควบคุมการติดเชื้อ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ได้ให้รายละเอียดเกี่ยวกับไวรัสเมอร์ส นี้ว่า คำว่า เมอร์ส เป็นตัวย่อภาษาอังกฤษคำว่า MERS ย่อมาจากคำว่า Middle East Respiratory Syndrome หากแปลให้ง่ายต่อการเข้าใจ ก็แปลว่า กลุ่มอาการที่เกิดกับระบบทางเดินหายใจ ที่มีต้นกำเนิดมาจากประเทศกลุ่มตะวันออกกลาง โดยเฉพาะประเทศซาอุดีอาระเบีย การ์ตา และ จอร์แดน โดยมีการรายงานการระบาดในกลุ่มประเทศดังกล่าวมาตั้งแต่ปี พ.ศ.2555 คำว่า MERS-CoV ที่คนไทยเราอ่านว่า เมอร์ส-คอฟ หรือ เมอร์ส-โคฟี ก็เป็นคำที่ย่อมาจากคำว่า Middle East Respiratory Syndrome Coronavirus หมายถึง เชื้อไวรัสโคโรนาที่เป็นสาเหตุของกลุ่มอาการที่เกิดกับระบบทางเดินหายใจ

อาการและอาการแสดงของผู้ป่วย

เชื้อโคโรนาไวรัส มีระยะเวลาฟักตัวของเชื้อยังไม่ทราบแน่นอน แต่อยู่ในช่วงประมาณ 1-12 วัน คำว่าระยะฟักตัว หมายถึง ระยะเวลานับจากที่ร่างกายรับเชื้อโรคใดโรคหนึ่ง จนกระทั่งแสดงอาการออกมา ซึ่งองค์การอนามัยโลก (WHO) และศูนย์ควบคุมโรคและป้องกันโรค สหรัฐอเมริกา (Centers for Disease Control and Prevention หรือ CDC) ให้คำแนะนำ สำหรับผู้ที่เดินทางกลับจากกลุ่มประเทศในตะวันออกกลางให้สังเกตอาการภายใน ระยะเวลา 14 วัน

ระวัง เมอร์ส !

โคโรนาไวรัสสายพันธุ์ใหม่ (MERS-CoV) เราควรป้องกันอย่างไรดี?

สำหรับอาการของผู้ป่วยเมอร์ส-คอฟ มักจะมีอาการของการติดเชื้อระบบทางเดินหายใจ เช่น มีไข้ มีน้ำมูก ไอ เจ็บคอ ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ หรือบางคนอาจจะมีอาการของปอดอักเสบ เช่น หอบเหนื่อย เจ็บหน้าอก หายใจไม่สะดวก หรือบางรายที่มีอาการรุนแรง อาจมีระบบหายใจล้มเหลวได้ และจากรายงานของกลุ่มผู้ป่วยยังสามารถพบอาการ และอาการแสดงทางอวัยวะอื่นได้ เช่น อาการไตวายเฉียบพลัน ท้องเสีย คลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร ปวดท้อง เยื่อหุ้มหัวใจอักเสบได้ แต่หากเป็นมาก อาการคล้ายไข้หวัดใหญ่ แต่รุนแรงกว่ามีสาเหตุจากเมอร์ส-คอฟ เช่น หายใจลำบาก ระบบการหายใจล้มเหลว จนเสียชีวิตได้ จากข้อมูลการวิเคราะห์อาการของผู้ป่วยโดย CDC ในผู้ป่วย 47 ราย พบอาการไข้ร้อยละ 98 ร่วมกับ อาการ ไอ หอบ ร้อยละ 72 นอกจากนี้ยังพบผู้ป่วย อาการของระบบทางเดินอาหาร พบร้อยละ 26 ได้แก่ คลื่นไส้ อาเจียน ถ่ายเหลว

เมื่อใดควรสงสัยโรค เมอร์ส

- เดินทางมาจากประเทศที่มีโรคนี้ระบาด ภายใน 14 วัน
- เป็นผู้อยู่ร่วมบ้านผู้ป่วยหรือผู้สงสัยมีอาการโรคนี้ หรือเป็นบุคลากรทางการแพทย์ที่ดูแลผู้ป่วยหรือผู้สงสัยเป็นโรคนี้
- พบการระบาดของโรคทางเดินหายใจหรือปอดอักเสบเป็นกลุ่มก้อนในครอบครัวหรือ ชุมชนโดยเฉพาะถ้ามีการสัมผัสกับผู้ป่วยหรือผู้สงสัยเป็นโรคนี้

การรักษา

ในปัจจุบันยังไม่มียาต้านไวรัสเมอร์ส เนื่องจากเมอร์สเป็นโรคอุบัติใหม่ ข้อมูลการใช้ยาต้านไวรัสค่อนข้างจำกัด ยังไม่มีรายงานยาเฉพาะที่ใช้รักษาที่ชัดเจน การรักษาจึงเน้นตามอาการแบบประคับประคอง เช่น การให้ยาลดไข้ ยาแก้อาการต่างๆ แต่ไม่มีผลในทางรักษาโดยตรง การให้ออกซิเจนในรายที่การหายใจไม่ดี เป็นต้น

ระวัง เมอร์ส !

โคโรนาไวรัสสายพันธุ์ใหม่ (MERS-CoV) เราควรป้องกันอย่างไรดี?

การป้องกันตนเองไม่ให้ติดเชื้อเมอร์ส-คอฟ

1. ควรล้างมือบ่อยๆ ด้วยสบู่และน้ำอย่างน้อย 20 วินาที หรืออาจใช้แอลกอฮอล์เจลแทนได้ ในยามนี้หากเดินทางไปในที่สาธารณะที่อาจไม่สะดวกล้างมือ คงต้องพกขวดแอลกอฮอล์เจลไว้ใช้เพื่อความสะดวก เนื่องจากเชื้อพบปนเปื้อนที่มือของผู้ที่ติดเชื้อแล้วไปจับสิ่งของหรือวัตถุ ทั่วไป
2. รักษาสุขอนามัยของตนเอง หลีกเลี่ยงผู้ที่สงสัยว่าติดเชื้อ เช่น ผู้ที่มีไข้ ไอ มีน้ำมูก เป็นต้น แนะนำให้เขาสวมหน้ากากอนามัย
3. หากต้องอยู่ในที่แออัด ควรสวมหน้ากากอนามัยเพื่อลดการสัมผัสเชื้อ แต่หากไม่มีหน้ากากอนามัย ควรใช้ทิชชูปิดปากและจมูกทุกครั้ง หลังการใช้กระดาษทิชชู ให้ทิ้งในถังขยะที่มีฝาปิดมิดชิด เนื่องจากเชื้อพบได้ทั้งในอากาศ น้ำมูกและเสมหะ ทำให้อาจฟุ้งกระจายแพร่ไปสู่คนอื่นได้
4. หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสตา จมูก ปาก และใบหน้าตนเองและผู้อื่น โดยเฉพาะหากยังไม่ได้ล้างมือให้สะอาด พยายามหลีกเลี่ยงการมีปฏิสัมพันธ์อย่างใกล้ชิด เช่น จูบกับผู้ป่วยที่มีความเสี่ยงโรคเมอร์ส
5. หลีกเลี่ยงการเข้าไปในที่ที่มีผู้คนแออัด หรือที่สาธารณะที่มีคนอยู่เป็นจำนวนมาก เนื่องจากเชื้อเมอร์ส-คอฟ มีการติดต่อผ่านทางมูล ละอองฝอยจากการไอและจาม ตามหลักการแล้ว ควรอยู่ห่างผู้ที่สงสัยว่ามีอาการของการติดเชื้อทางเดินหายใจอย่างน้อย 1 เมตร
6. เมื่อรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่น ควรใช้ช้อนกลาง เพื่อลดโอกาสการติดเชื้อ
7. หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับปศุสัตว์มีชีวิตหรือสัตว์ป่า หลีกเลี่ยงนมอูฐหรือเนื้อสัตว์ต่างๆ ที่ปรุงไม่สุก เลี่ยงกินอาหารที่ปรุงสุกใหม่ๆ ในกรณี que เดินทางไปในประเทศในตะวันออกกลาง
8. หลีกเลี่ยงการเดินทางไปยังพื้นที่เสี่ยง เช่น ประเทศซาอุดีอาระเบีย ประเทศใกล้เคียง และประเทศเกาหลีใต้ รวมถึงประเทศจีนในช่วงที่มีการระบาดของเชื้อไวรัสอยู่

ระวัง เมอร์ส !

โคโรนาไวรัสสายพันธุ์ใหม่ (MERS-CoV) เราควรป้องกันอย่างไรดี?

ถ้ารู้สึกว่าตนเองป่วย ให้ปฏิบัติตัวดังนี้

1. ควรล้างมือบ่อยๆ ด้วยน้ำยาทำลายเชื้ออย่างน้อย 20 วินาที หรืออาจใช้แอลกอฮอล์เจลแทนได้ เนื่องจากเชื้อพบปนเปื้อนที่มือของผู้ที่ติดเชื้อแล้วไปจับสิ่งของหรือวัตถุทั่วไป
2. รักษาสุขอนามัยของตนเอง ให้สวมหน้ากากอนามัยเพื่อป้องกันการแพร่เชื้อสู่คนอื่น แต่หากไม่มีหน้ากากอนามัย ควรใช้ทิชชูปิดปากและจมูกทุกครั้ง หลังการใช้กระดาษทิชชู ให้ทิ้งในถังขยะที่มีฝาปิดมิดชิด รีบไปพบแพทย์ทันที ให้บอกเล่าอาการอย่างละเอียด ประวัติการเป็นโรคประจำตัว
3. เสื้อผ้า ของใช้ ให้มีการเก็บแยกจากของบุคคลอื่น ไม่ควรใช้ของร่วมกัน ให้มีการซักล้างได้ตามปกติ สำหรับของใช้ที่สัมผัสสัมผัส ละอองฝอยจากการไอและจาม
4. หลีกเลี่ยงการเข้าไปในที่ที่มีผู้คนแออัด หรือที่สาธารณะที่มีคนอยู่เป็นจำนวนมาก เนื่องจากเชื้อเมอร์ส-คอฟ มีการติดต่อผ่านทางมูลละอองฝอยจากการไอและจาม ดังนั้น หากสงสัยว่าตนเองมีอาการให้แยกตัวเองจากบุคคลอื่น หากไม่ได้รับการรักษาในโรงพยาบาล ควรมีการนอนห้องแยก ห้องที่มีอาการระบายสู่ข้างนอกห้องได้ง่าย มีการระบายอากาศที่ดี

ระวัง เมอร์ส !

โคโรนาไวรัสสายพันธุ์ใหม่ (MERS-CoV) เราควรป้องกันอย่างไรดี?

เมอร์ส เป็นกลุ่มอาการของการติดเชื้อทางเดินหายใจที่มีอาการรุนแรง ส่งผลให้มีอัตราเสียชีวิตที่ค่อนข้างสูง มีสาเหตุจากเชื้อเมอร์ส-คอฟ ในปัจจุบันยังไม่มียารักษาโดยตรง มีเพียงการรักษาตามอาการ ยังมีการระบาดในประเทศในตะวันออกกลางและกำลังระบาดที่ประเทศเกาหลีใต้และมี การแพร่กระจายไปยังประเทศอื่น แต่ยังไม่มียางานในประเทศไทย การเฝ้าระวังการติดเชื้อ การป้องกันตนเองจึงเป็นสิ่งสำคัญที่สุด อันได้แก่ การทำความสะอาดมือบ่อย ๆ การสวมหน้ากากอนามัยเพื่อป้องกันตนเองหากอยู่ในบริเวณคนแออัดและสงสัยว่าอาจ มีคนแพร่เชื้อ หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารที่ปรุงไม่สุก หลีกเลี่ยงการเดินทางไปยังประเทศที่มีการระบาด

