

โรคหัดเยอรมัน

สาเหตุที่ก่อให้เกิดโรค

โรคหัดเยอรมัน เป็นที่รู้จักกันในชื่อ "โรคหัดเยอรมัน" และเกิดจากเชื้อไวรัสหัดเยอรมัน

ลักษณะอาการของโรค

ผู้คนมักแสดงอาการผื่นแดงกระจายทั่วร่างกาย มีไข้ ปวดศีรษะ มีความกังวล มีการขยายตัวของต่อมน้ำเหลือง อาการของทางเดินหายใจส่วนบน และเยื่อบุตาอักเสบ ผื่นแดงมักจะอยู่ได้นานประมาณ 3 วัน แต่ผู้ป่วยบางรายอาจไม่มีผื่นแดงเลยก็ได้ อาการปวดข้อ หรืออาการข้ออักเสบมักพบบ่อยในผู้หญิงวัยผู้ใหญ่ที่มีการติดเชื้อโรคหัดเยอรมัน การติดเชื้อโรคหัดเยอรมันยังสามารถทำให้เกิดความผิดปกติด้านการพัฒนาของทารกในครรภ์ได้ ภาวะการพิการแต่กำเนิด โดยมีลักษณะของอาการหูหนวก ต้อกระจก โรคหัวใจพิการแต่กำเนิด ความบกพร่องทางสติปัญญา เป็นต้น ซึ่งมีแนวโน้มที่จะเกิดในทารกที่เกิดจากสตรีที่ติดเชื้อระหว่างการตั้งครรภ์ในช่วง 3 เดือนแรก

วิธีการแพร่กระจาย

โรคสามารถแพร่กระจายด้วยการสัมผัสกับสารคัดหลั่งจากจมูก และลำคอของผู้ที่ติดเชื้อ ผ่านการติดต่อกันทางลมหายใจ หรือการสัมผัสโดยตรงกับผู้ป่วย โรคนี้เป็นโรคที่สามารถติดต่อกันได้สูง และผู้ป่วยสามารถแพร่เชื้อไปยังบุคคลอื่นได้ตั้งแต่ 1 สัปดาห์ก่อน ไปจนถึง 1 สัปดาห์หลังจากที่ปรากฏผื่นแดงขึ้น

ระยะฟักตัว

ระยะฟักตัวอยู่ในช่วงตั้งแต่ 12 – 23 วัน ปกติมักจะมีระยะเวลา 14 วัน

การจัดการ

ไม่มีการรักษาเฉพาะทาง แต่สามารถส่งยาเพื่อบรรเทาอาการไม่สบายตัวได้

การป้องกัน

1. รักษาสุขอนามัยส่วนบุคคลที่ดี

- รักษาทำความสะอาดมือบ่อย ๆ โดยเฉพาะก่อนสัมผัสที่ปาก จมูก หรือตา หลังจากการสัมผัสสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่ในห้องน้ำสาธารณะ เช่น ราวจับ หรือกลอนประตู หรือเมื่อมือเปื้อนสารคัดหลั่งจากทางเดินหายใจหลังจากการไอ หรือการจาม ล้างมือด้วยสบู่เหลว แล้วเช็ดมือเป็นเวลา 20 วินาที จากนั้นล้างออกด้วยน้ำ แล้วทำให้แห้งด้วยกระดาษเช็ดมือ หรือเครื่องเป่ามือ หากไม่มีสิ่งอำนวยความสะดวกในการล้างมือ หรือเมื่อมือเปื้อนโดยที่ไม่สามารถมองเห็นได้ เจลล้างมือที่มีส่วนผสมแอลกอฮอล์ 70 ถึง 80% เนื่องจากเป็นทางเลือกที่มีประสิทธิภาพ
- ปิดปาก และจมูกด้วยกระดาษชำระเมื่อทำการจาม หรือไอ ทั้งกระดาษชำระที่เปื้อนลงไปถึงขยะที่มีฝาปิด จากนั้นล้างมือให้สะอาดทั่วถึง
- เมื่อมีอาการเกี่ยวกับทางเดินหายใจ ให้สวมใส่หน้ากากอนามัย งดการไปทำงาน หรือโรงเรียน หลีกเลี่ยงการไปในสถานที่แออัด และเข้ารับคำปรึกษาจากแพทย์ทันที

- ผู้ที่ติดเชื้อมีอาการป่วยที่บ้านเป็นเวลา 7 วัน นับจากวันที่มีผื่นแดงปรากฏขึ้น และหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับบุคคลที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อ โดยเฉพาะอย่างยิ่งสตรีมีครรภ์ และสตรีที่กำลังวางแผนตั้งครรภ์ เนื่องจากสตรีมีครรภ์ที่ไม่มีภูมิคุ้มกันทานโรคหัดเยอรมันจะติดโรค และเด็กทารกในครรภ์ของพวกเขาอาจได้รับเชื้อไปด้วย ดังนั้นควรมีการติดตามผู้ที่เข้าใกล้สตรีมีครรภ์ และควรตรวจสอบสถานะของภูมิคุ้มกันขอพวกเขาด้วย

2. รักษาสุขอนามัยสิ่งแวดล้อมที่ดี

- ทำความสะอาด และฆ่าเชื้อพื้นผิวที่ถูกสัมผัสเป็นประจำ เช่น เฟอร์นิเจอร์ ของเล่น และสิ่งของที่ใช้ร่วมกันด้วยสารฟอกขาวที่ใช้ภายในบ้านชนิดเจือจางอัตรา 1:99 (ส่วนผสม 1 ส่วนของน้ำยาฟอกขาว 5.25% กับน้ำ 99 ส่วน) ปลอยทิ้งไว้เป็นเวลา 15 – 30 นาที แล้วล้างออกด้วยน้ำ จากนั้นทำให้แห้ง สำหรับพื้นผิวที่เป็นโลหะ ให้ใช้แอลกอฮอล์ฆ่าเชื้อ 70%
- ใช้ผ้าขนหนูซับน้ำที่ใช้แล้วทิ้งเช็ดสิ่งปนเปื้อนที่สามารถมองเห็นได้ด้วยตาเปล่า เช่น สารคัดหลั่งจากทางเดินหายใจ แล้วทำการฆ่าเชื้อบนพื้นผิว และพื้นที่ใกล้เคียงด้วยสารฟอกขาวที่ใช้ภายในบ้านชนิดเจือจางอัตรา 1:49 (ส่วนผสม 1 ส่วนของน้ำยาฟอกขาว 5.25% กับน้ำ 49 ส่วน) ทิ้งไว้เป็นเวลา 15 – 30 นาที แล้วล้างออกด้วยน้ำ จากนั้นทำให้แห้งสำหรับพื้นผิวที่เป็นโลหะ ให้ใช้แอลกอฮอล์ฆ่าเชื้อ 70%
- รักษาถ่ายเทอากาศภายในห้องให้ดี หลีกเลี่ยงการออกไปในที่แออัด หรือสถานที่สาธารณะที่มีอากาศถ่ายเทไม่ดี บุคคลที่มีความเสี่ยงสูงควรสวมใส่หน้ากากอนามัยในสถานที่เหล่านั้น

3. การฉีดวัคซีน

- การฉีดวัคซีนป้องกันโรคหัดเยอรมันเป็นการป้องกันโรคที่มีประสิทธิภาพ ภายใต้โครงการด้านการฉีดวัคซีนป้องกันโรคในวัยเด็กของฮ่องกงนั้นเด็ก ๆ จะได้รับวัคซีนป้องกันโรคหัดสองเข็ม (โปรดอ้างอิงไปยังโครงการด้านการฉีดวัคซีนป้องกันโรคในวัยเด็กของฮ่องกง)
- สตรีวัยเจริญพันธุ์ที่ยังไม่ได้รับวัคซีน ควรตรวจสอบสถานะของภูมิคุ้มกันก่อนการวางแผนตั้งครรภ์ และเข้ารับวัคซีนที่เกี่ยวข้องกับหัดเยอรมัน หากมีความจำเป็น
- สถานที่ที่แตกต่างกันจะพัฒนาโครงการด้านการฉีดวัคซีนป้องกันโรคที่แตกต่างกันออกไปตามข้อมูลทางระบาดวิทยาของแต่ละสถานที่ พ่อ แม่ควรจัดเตรียมให้เด็ก ๆ ได้รับวัคซีนตามโครงการด้านการฉีดวัคซีนป้องกันโรคภายในท้องถิ่นของพื้นที่พักอาศัยของตน ตัวอย่างเช่น เด็กที่มีอายุต่ำกว่าหนึ่งปี และมักเดินทางไป หรือพำนักอยู่ในแผ่นดินใหญ่บ่อยครั้งควรปฏิบัติตามตารางการฉีดวัคซีนป้องกันโรคหัดเยอรมันของแผ่นดินใหญ่ วัคซีนป้องกันโรคหัดเยอรมันเข็มแรกจะได้รับเมื่อมีอายุ 8 เดือน ตามด้วยเข็มที่สองเมื่อมีอายุ 18 เดือน
- ผู้ช่วยแม่บ้านชาวต่างชาติ (FDH) ทุกคนที่ไม่มีภูมิคุ้มกัน^๑ ต่อโรคหัดเยอรมันควรได้รับวัคซีนป้องกันโรคหัด คางทูม และหัดเยอรมัน (MMR) ก่อนเดินทางมาถึงฮ่องกงจะดีที่สุด หากไม่สามารถทำได้ พวกเขาสามารถขอคำปรึกษาจากแพทย์หลังจากที่ได้เดินทางมาถึงฮ่องกงแล้ว หน่วยงานผู้จ้างงานสามารถพิจารณาเพิ่มการประเมินสถานะของการฉีดวัคซีนป้องกันโรคหัดเยอรมัน หรือ MMR ให้กับ FDH เพิ่มเติมในรายการของแพ็คเกจการตรวจสอบสุขภาพก่อนการจ้างงานได้
- โดยทั่วไป บุคคลต่อไปนี้ไม่ควรได้รับวัคซีนป้องกันโรค MMR^๒:

1. ผู้ที่มีปฏิกิริยาการแพ้อย่างรุนแรงต่อวัคซีนป้องกันโรค MMR เข็มก่อนหน้า หรือส่วนประกอบต่าง ๆ ของวัคซีน (เช่น เจลาติน หรือนีโอมัยซิน)

2. ผู้ที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่องรุนแรงจากโรค หรือการรักษา (เช่น การรักษาโรคมะเร็งในปัจจุบัน เช่น เคมีบำบัด และรังสีบำบัด การรับประทานยาภูมิคุ้มกันโรค เช่น มีปริมาณของคอร์ติโคสเตียรอยด์สูง เป็นต้น)

3. สตรีมีครรภ์#

@โดยทั่วไป ผู้คนอาจพิจารณาว่าไม่มีภูมิคุ้มกันต่อโรคหัด หาก (i) พวกเขาได้รับการยืนยันจากการทดสอบในห้องปฏิบัติการว่าไม่มีการติดเชื้อมาก่อน และ (ii) พวกเขาไม่เคยได้รับวัคซีนป้องกันโรคหัดครบปริมาณของยา หรือไม่รู้อาณัติของการฉีดวัคซีนป้องกันโรค

^ควรเข้ารับคำแนะนำจากแพทย์เสมอ

* ตามข้อมูลจากองค์การอนามัยโลก และศูนย์ควบคุม และป้องกัน โรคแห่งสหรัฐอเมริกาพบว่า ปฏิบัติการแพ้อาหาร MMR นั้นไม่เกี่ยวข้องกับสารกระตุ้นการสร้างภูมิคุ้มกันจากไข่แต่เป็นส่วนประกอบอื่น ๆ ของวัคซีน (เช่น เจลาติน) ความเสี่ยงในการเกิดปฏิกิริยาการแพ้อย่างรุนแรงจากสารกระตุ้นการสร้างภูมิคุ้มกันจากไข่หลังจากได้รับวัคซีนเหล่านี้เกิดขึ้นได้น้อยมาก ดังนั้นผู้ที่มีความแพ้สารกระตุ้นการสร้างภูมิคุ้มกันจากไข่ที่ไม่รุนแรงควรได้รับวัคซีน MMR อย่างปลอดภัย ปฏิบัติการแพ้อาหาร (เช่นการแพ้ชนิดรุนแรง) ต่อไข่ควรได้รับคำปรึกษาจากผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพสำหรับการเข้ารับวัคซีนในรูปแบบที่เหมาะสม

#โดยทั่วไป สตรีควรหลีกเลี่ยงการตั้งครรภ์เป็นระยะเวลาสามเดือนหลังจากได้รับวัคซีนป้องกันโรค MMR และใช้มาตรการคุมกำเนิดอย่างเหมาะสม

9 กรกฎาคม 2019

Revised in July 2019