

อีสุกอีใส

(Thai Version)

Thủy đậu

(Vietnamese version)

水痘
Chickenpox



衛生防護中心
Centre for Health Protection



衛生署
Department of Health

อีสุกอีใส

สาเหตุ

- การติดเชื้อเฉียบพลันที่เกิดจากเชื้อไวรัสวาริเซลลา ซอสเตอร์
- ส่วนใหญ่มีผลต่อเด็กอายุต่ำกว่า 12 ปี
- เกือบทุกคนพัฒนาภูมิคุ้มกันตลอดชีวิตหลังจากการติดเชื้ออีสุกอีใส
- ไวรัสอาจแฝงอยู่ในร่างกายและเกิดขึ้นอีกหลายปีต่อมาเป็นงูสวัด (งูสวัด)

ลักษณะทางคลินิก

- มีไข้และมีผื่นคันที่ผิวหนัง
- ผื่นจะค่อยๆ ขึ้นเป็นกลุ่มๆ ในช่วงเวลา 5 วัน โดยเริ่มจากตามลำตัวก่อน แล้วจึงลามไปยังใบหน้า แขน และขามิมีผื่นคันที่ผิวหนัง ซึ่งครั้งแรกที่ปรากฏจะเป็นจุดแบนและต่อมาเป็นตุ่มพอง ตุ่มนี้จะคงอยู่เป็นเวลา 3-4 วันแล้วแห้งลงกลายเป็นสะเก็ด
- โดยปกติจะหายในเวลาประมาณ 2-4 สัปดาห์
- คนที่ได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคอีสุกอีใสอาจยังเป็นโรคอีสุกอีใสได้ (เรียกว่า 'การพัฒนาโรค') การแสดงออกทางคลินิกมักไม่รุนแรงหรือผิดปกติ อาจมีแผลที่ผิวหนังน้อยลงและผื่นผิวหนังมักเป็นถุงน้ำที่มีหรือไม่มีน้ำเลย เมื่อเทียบกับผู้ที่ไม่ได้รับการฉีดวัคซีน ระยะเวลาในการป่วยมักสั้นกว่า

โหมดของการส่งผ่าน

- ส่วนใหญ่กระจายผ่านละอองน้ำหรืออากาศ
- นอกจากนี้ยังสามารถแพร่กระจายผ่านการสัมผัสโดยตรงหรือโดยทางอ้อมจากตุ่มและเยื่อเมือกของผู้ที่ติดเชื้ออีสุกอีใสหรือเชื้อไวรัสวาริเซลลา ซอสเตอร์

ระยะฟักตัว

- 10-21 วัน โดยปกติ 14-16 วัน

ระยะเวลาการติดเชื้อ

- ปกติ 1-2 วัน ก่อนที่ผื่นจะปรากฏขึ้นและจนกว่าตุ่มจะแห้ง
- ติดต่อรุนแรง โดยเฉพาะในช่วงเริ่มต้นที่ตุ่มพองนี้แตก

ภาวะแทรกซ้อน

- โรคอีสุกอีใสโดยทั่วไปเป็นโรคที่ไม่รุนแรงและมักจะจำกัดตัวเอง
- การติดเชื้อแบคทีเรียตัวที่สองของแผลอาจเกิดขึ้น
- ผู้ที่มีภูมิคุ้มกันอ่อนแอหรือหญิงตั้งครรภ์มักจะต้องทรมาณจากภาวะแทรกซ้อนรุนแรง เช่นปอดบวมและโรคไขสมองอักเสบ
- ทารกแรกเกิดที่เป็นอีสุกอีใสอาจส่งผลให้เกิดการเจ็บป่วยรุนแรงและเสียชีวิตได้
- การติดเชื้อระหว่างช่วงแรกของการตั้งครรภ์อาจจะเกี่ยวข้องกับความผิดปกติแต่กำเนิดของทารกในครรภ์

การจัดการ

- ปรึกษาแพทย์เพื่อทำความเข้าใจเกี่ยวกับสภาพและทำตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพเพื่อใช้ยาเพื่อบรรเทาอาการ (เช่น ยาลดไข้ และโลชั่นแก้คัน)
- หากมีไข้ ให้ดื่มน้ำมาก ๆ และพักผ่อนให้เพียงพอ
- สวมถุงมือผ้าฝ้ายสะอาดๆ ระหว่างที่นอนหลับเพื่อป้องกันการเกาตุ่มแผลที่อาจทำให้เกิดการติดเชื้อและเป็นแผลเป็นได้
- หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับสตรีมีครรภ์และผู้ที่มีภูมิคุ้มกันอ่อนแอ
- เด็กป่วยควรอยู่บ้านและไม่ควรไปโรงเรียน / โรงเรียนอนุบาล / อนุบาล ผสมศูนย์รับดูแลเด็ก / ศูนย์ดูแลเด็ก จนกว่าจะหายดี โดยปกติประมาณ 1 สัปดาห์หลังจากเกิดอาการขึ้นเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการติดเชื้อไปยังผู้อื่น
- ผู้ปกครองควรเฝ้าดูอาการของเด็กอย่างใกล้ชิด หากเด็กมีไข้ไม่หยุด ไม่ยอมกินหรือดื่มนอน อาเจียนหรือดูง่วงนอน ควรรีบไปพบแพทย์ทันที
- ผู้ปกครองควรเฝ้าดูเด็กคนอื่น ๆ ในครัวเรือนอย่างใกล้ชิดด้วยเช่นกัน เพื่อหาสัญญาณและการของโรคอีสุกอีใส

การป้องกัน

1. การรักษาสุขอนามัยส่วนบุคคลที่ดี

- ปฏิบัติตามสุขอนามัยของมือบ่อย ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งก่อนที่จะสัมผัสปาก จมูก หรือตา; หลังจากสัมผัสกับสัตว์หรือสภาพแวดล้อมของพวกมันหรือสัมผัสสิ่งติดตั้งสาธารณะ เช่น ราวจับหรือลูกบิดประตู; หรือเมื่อมือปนเปื้อนจากการล้างของระบบทางเดินหายใจหลังจากไอหรือจาม ล้างมือด้วยสบู่เหลวและน้ำ และถูอย่างน้อย 20 วินาที จากนั้นล้างออกด้วยน้ำและเช็ดให้แห้งด้วยกระดาษเช็ดมือแบบใช้แล้วทิ้งหรือเครื่องเป่ามือ หากไม่มีสิ่งอำนวยความสะดวกในการล้างมือ หรือเมื่อมือไม่เปื้อนอย่างเห็นได้ชัด การทำความสะอาดมือด้วยน้ำยาแอลกอฮอล์ที่มีความเข้มข้น 70 ถึง 80% เป็นทางเลือกที่มีประสิทธิภาพ
- ปิดปากและจมูกด้วยกระดาษทิชชูเมื่อไอหรือจาม กำจัดเนื้อเยื่อสกปรกลงในถังขยะที่มีฝาปิดแล้วล้างมือให้สะอาด.

2. การรักษาสุขอนามัยสิ่งแวดล้อมที่ดี

- ทำความสะอาดและฆ่าเชื้อพื้นผิวที่สัมผัสบ่อยเป็นประจำ เช่น เฟอร์นิเจอร์, ของเล่น, และของใช้ที่ใช้ร่วมกันโดยทั่วไปด้วยน้ำยาฟอกขาวที่เจือจาง 1:99 (ผสมน้ำยาฟอกขาว 5.25% 1 ส่วนกับน้ำ 99 ส่วน), ทิ้งไว้ 15 – 30 นาทีแล้วล้างออกด้วยน้ำและทำให้แห้ง สำหรับพื้นผิวโลหะ ให้ฆ่าเชื้อด้วยแอลกอฮอล์ 70%
- ใช้ผ้าขนหนูแบบใช้แล้วทิ้งที่ดูดซับได้เพื่อเช็ดสิ่งปนเปื้อนที่เห็นได้ชัด เช่น สารคัดหลั่งในระบบทางเดินหายใจ จากนั้นฆ่าเชือบนพื้นผิวและบริเวณใกล้เคียงด้วยสารฟอกขาวที่เจือจาง 1:49 (ผสมสารฟอกขาว 5.25% 1 ส่วนกับน้ำ 49 ส่วน) ทิ้งไว้ 15 – 30 นาที แล้วล้างออกด้วยน้ำและทำให้แห้ง สำหรับพื้นผิวโลหะให้ฆ่าเชื้อด้วยแอลกอฮอล์ 70%
- รักษาการระบายอากาศภายในอาคารให้ดี หลีกเลี่ยงการไปในที่สาธารณะที่มีผู้คนพลุกพล่านหรือมีอากาศถ่ายเทไม่สะดวก บุคคลที่มีความเสี่ยงสูงอาจพิจารณาสวมหน้ากากผ้าตัดในขณะที่อยู่ในสถานที่ดังกล่าว

3. การฉีดวัคซีน

- การฉีดวัคซีนป้องกันโรคอีสุกอีใสมีประสิทธิภาพในการป้องกันโรคได้ 90% ของบุคคลที่ได้รับการฉีดวัคซีนจะได้รับภูมิคุ้มกัน
- ภายใต้โครงการฉีดวัคซีนในวัยเด็กของฮ่องกง เด็ก ๆ จะได้รับวัคซีนป้องกันโรคสุกใสสองครั้ง)(โปรดอ้างอิงไปยัง [โครงการฉีดวัคซีนในวัยเด็กของฮ่องกง](#)) ผู้ปกครองสามารถปรึกษาแพทย์ประจำครอบครัว หรือศูนย์สุขภาพแม่ และเด็กเพื่อขอทราบข้อมูลเพิ่มเติม

สำหรับข้อมูลเพิ่มเติมโปรดไปที่เว็บไซต์ www.chp.gov.hk ของศูนย์คุ้มครองสุขภาพ

ฉบับแปลมีไว้เพื่อการอ้างอิงเท่านั้น ในกรณีที่มีความแตกต่างระหว่างฉบับแปลและฉบับภาษาอังกฤษ ให้ยึดฉบับภาษาอังกฤษเป็นหลัก

Translated version is for reference only. In case of discrepancies between translated version and English version, English version shall prevail.

แก้ไขเมื่อเดือนธันวาคม 2025 (Revised in December 2025)

Thủy đậu

Tác nhân gây bệnh

- Bệnh thủy đậu (varicella) là một bệnh truyền nhiễm cấp tính do virus varicella-zoster gây ra.
- Nó chủ yếu ảnh hưởng đến trẻ em dưới 12 tuổi.
- Mặc dù hầu như tất cả mọi người đều có khả năng miễn dịch suốt đời sau khi bị nhiễm bệnh thủy đậu, virus có thể vẫn tiềm ẩn trong cơ thể và tái phát nhiều năm sau đó dưới dạng herpes zoster (bệnh zona).

Đặc điểm lâm sàng

- Bệnh nhân thường có biểu hiện sốt và phát ban ngứa da.
- Phát ban phát triển từng đợt trong khoảng thời gian 5 ngày trên cơ thể, sau đó lan đến mặt, cánh tay và chân.
- Các nốt ban đầu tiên xuất hiện dưới dạng các đốm phẳng và sau đó là mụn nước. Các mụn nước tiếp tục trong 3 - 4 ngày, sau đó khô và tạo thành vảy.
- Bệnh nhân thường hồi phục sau khoảng 2 - 4 tuần.
- Những người đã được chủng ngừa bệnh thủy đậu vẫn có thể mắc bệnh thủy đậu (được gọi là 'bệnh đợt phát'). Biểu hiện lâm sàng thường nhẹ hoặc không điển hình. Có thể có ít tổn thương da hơn và phát ban da thường là dạng dát sần với ít hoặc không có mụn nước. So với những người không được tiêm chủng, thời gian mắc bệnh thường ngắn hơn.

Phương thức lây truyền

- Bệnh thủy đậu có thể lây lan qua các giọt nhỏ hoặc không khí.
- Cũng có thể lây lan qua tiếp xúc trực tiếp hoặc gián tiếp với dịch tiết từ mụn nước và màng nhầy của người bị thủy đậu hoặc herpes zoster.

Thời gian ủ bệnh

- 10 - 21 ngày, thường là 14 - 16 ngày

Thời kỳ truyền nhiễm

- Thông thường 1 - 2 ngày trước khi phát ban xuất hiện và cho đến khi tất cả các mụn nước đã khô.
- Nó cực kỳ dễ lây lan, đặc biệt là trong giai đoạn đầu khi phát ban xuất hiện.

Biến chứng

- Thủy đậu nói chung là một bệnh nhẹ và thường tự khỏi.
- Tuy nhiên, nhiễm khuẩn thứ phát của vết thương có thể xảy ra.
- Những người có khả năng miễn dịch suy yếu hoặc đang mang thai có nhiều khả năng bị các biến chứng nghiêm trọng như viêm phổi và viêm não.
- Trẻ sơ sinh mắc bệnh thủy đậu có thể bị bệnh nặng và thậm chí tử vong.

- Nhiễm trùng trong giai đoạn đầu của thai kỳ có thể liên quan đến dị tật bẩm sinh của thai nhi.

Sự quản lý

- Tham khảo ý kiến bác sĩ để hiểu tình trạng và làm theo lời khuyên của chuyên gia y tế để dùng thuốc (như thuốc hạ sốt và kem chống ngứa) để giảm triệu chứng.
- Nếu bị sốt, hãy uống nhiều nước và nghỉ ngơi đầy đủ.
- Đeo găng tay bông sạch trong khi ngủ để tránh trầy xước các mụn nước có thể gây nhiễm trùng và sẹo.
- Tránh tiếp xúc với phụ nữ mang thai và những người bị suy giảm miễn dịch.
- Trẻ em bị bệnh nên ở nhà và không được đến trường/trường mẫu giáo/nhà trẻ kiên trung tâm chăm sóc trẻ em/trung tâm chăm sóc trẻ em cho đến khi tất cả các bọt nước đã khô, thường là khoảng 1 tuần sau khi xuất hiện phát ban để ngăn ngừa lây lan bệnh cho người khác.
- Cha mẹ nên theo dõi chặt chẽ tình trạng của trẻ. Nếu trẻ liên tục bị sốt, từ chối ăn hoặc uống, nôn mửa hoặc trông buồn ngủ, cần được chăm sóc y tế ngay lập tức.
- Phụ huynh cũng nên theo dõi chặt chẽ các trẻ em khác trong gia đình để phát hiện các dấu hiệu và triệu chứng của bệnh thủy đậu.

Phòng ngừa

1. Duy trì vệ sinh cá nhân tốt

- Thường xuyên vệ sinh tay, đặc biệt là trước khi chạm vào miệng, mũi hoặc mắt, sau khi chạm vào các thiết bị công cộng như tay vịn hoặc tay nắm cửa, hoặc khi tay bị nhiễm dịch tiết đường hô hấp sau khi ho hoặc hắt hơi. Rửa tay bằng xà phòng lỏng và nước, chà xát ít nhất 20 giây. Sau đó, rửa sạch bằng nước và lau khô bằng khăn giấy dùng một lần hoặc máy sấy tay. Nếu không có điều kiện rửa tay hoặc khi tay không bị bẩn rõ ràng, vệ sinh tay bằng dung dịch rửa tay có cồn 70-80% là một giải pháp thay thế hiệu quả.
- Khi có triệu chứng, hãy đeo khẩu trang y tế, nghỉ làm hoặc nghỉ học, tránh đến những nơi đông người và nhanh chóng đi khám bác sĩ.

2. Duy trì vệ sinh môi trường tốt

- Thường xuyên vệ sinh và khử trùng các bề mặt thường xuyên tiếp xúc như đồ nội thất, đồ chơi và các vật dụng chung bằng dung dịch nước tẩy gia dụng pha loãng tỷ lệ 1:99 (pha 1 phần nước tẩy 5,25% với 99 phần nước), để ngâm trong 15–30 phút, sau đó rửa lại bằng nước và lau khô hoàn toàn. Đối với bề mặt kim loại, khử trùng bằng cồn 70%.
- Sử dụng khăn giấy thấm hút dùng một lần để lau sạch các chất bẩn rõ ràng như dịch tiết hô hấp, sau đó khử trùng bề mặt và khu vực lân cận bằng dung dịch nước tẩy gia dụng pha loãng theo tỷ lệ 1:49 (pha 1 phần nước tẩy 5,25% với 49 phần nước), để yên trong 15–30 phút, sau đó rửa lại bằng nước và lau khô hoàn toàn. Đối với bề mặt kim loại, khử trùng bằng cồn 70%.
- Duy trì thông gió tốt trong nhà. Tránh đến những nơi công cộng đông đúc hoặc thông gió kém; những người có nguy cơ cao có thể cân nhắc đeo khẩu trang phẫu thuật khi ở những nơi như vậy.

3. Tiêm chủng

- Tiêm phòng vắc-xin thủy đậu có hiệu quả trong việc phòng ngừa bệnh. Khoảng 90% người được tiêm vắc-xin sẽ có miễn dịch.
- Theo Chương trình Tiêm chủng cho Trẻ em Hồng Kông, trẻ em được tiêm hai liều vắc-xin thủy đậu (Vui lòng tham khảo [Chương trình Tiêm chủng cho Trẻ em Hồng Kông](#)). Phụ huynh có thể tham khảo ý kiến bác sĩ gia đình hoặc Trung tâm Sức khỏe Mẹ và Trẻ em để biết thêm chi tiết.

Để biết thêm thông tin về sức khỏe, vui lòng truy cập trang web của Trung Tâm Bảo Vệ Sức Khỏe.
www.chp.gov.hk

Bản dịch chỉ mang tính chất tham khảo. Trong trường hợp có sự khác biệt giữa phiên bản dịch và phiên bản tiếng Anh, phiên bản tiếng Anh sẽ được ưu tiên.

Translated version is for reference only. In case of discrepancies between translated version and English version, English version shall prevail.

Đã sửa đổi vào tháng 12 năm 2025 (Revised in October 2025)

衛生防護中心網站 www.chp.gov.hk
Centre for Health Protection Website www.chp.gov.hk

สำหรับข้อมูลสุขภาพเพิ่มเติม โปรดไปที่เว็บไซต์ www.chp.gov.hk ของศูนย์คุ้มครองสุขภาพ

Để biết thêm thông tin về sức khỏe, vui lòng truy cập trang web của Trung Tâm Bảo Vệ Sức Khỏe.
www.chp.gov.hk