

โรคทางเดินหายใจตะวันออกกลาง (MERS)

สาเหตุที่ก่อให้เกิดโรค

โรคทางเดินหายใจตะวันออกกลาง (MERS) เป็นโรคระบบทางเดินหายใจที่เกิดจากไวรัส โนเวล โครนา (novel coronavirus) ที่พบครั้งแรกในซาอุดีอาระเบียเมื่อปี 2012 โครนาไวรัสเป็นไวรัสตระกูลใหญ่ซึ่งรวมถึงไวรัสที่อาจก่อให้เกิดการเจ็บป่วยเล็กน้อย เช่น โรคไข้หวัด และการเจ็บป่วยที่รุนแรง เช่น โรคทางเดินหายใจเฉียบพลันรุนแรง (SARS) ในมนุษย์ โครนาไวรัสมีกลุ่มย่อยสี่กลุ่ม: อัลฟา (α), เบต้า (β), แกมมา (γ) และเดลต้า (δ) โครนาไวรัสกลุ่มอาการทางเดินหายใจตะวันออกกลาง (MERS-CoV) เป็นโครนาไวรัสชนิดเบต้า ซึ่งไม่เคยมีการระบุในมนุษย์มาก่อน และแตกต่างจากไวรัสโครนาอื่นๆ (รวมถึง SARS-โครนาไวรัส) ที่พบในมนุษย์หรือสัตว์.

ลักษณะอาการของโรค

ผู้ติดเชื้ออาจมีอาการป่วยด้วยโรคทางเดินหายใจเฉียบพลัน และรุนแรง พร้อมทั้งมีอาการไข้ ไอ หายใจไม่เต็มที่ และหายใจติดขัด ผู้ป่วยที่เป็นโรค MERS อาจมีโรคแทรกซ้อน เช่น ปอดบวม และไตวาย บางรายอาจมีอาการเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร เช่น ท้องร่วง และคลื่นไส้/อาเจียน คนที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่องอาจแสดงอาการของโรคแตกต่างจากปกติ บางรายที่ได้รับการยืนยันจากห้องปฏิบัติการว่ามีการติดเชื้อ MERS-CoV จะได้รับผลการตรวจรายงานว่าไม่แสดงอาการ ประมาณ 35% ของผู้ป่วย MERS ที่รายงานเสียชีวิต.

วิธีการแพร่กระจาย

ปัจจุบันเส้นทางการส่งสัญญาณที่แน่นอนยังไม่ชัดเจน. ผลการศึกษาทางวิทยาศาสตร์ยังสนับสนุนว่าอูฐที่มีหนอกเดียวนั้นเป็นสัตว์ที่เต็มไปด้วยการสะสมของโรค MERS-CoV และเป็นพาหะของการติดเชื้อโรคสู่มนุษย์ ผู้คนอาจติดเชื้อเมื่อสัมผัสกับที่ติดเชื้อสัตว์ (โดยเฉพาะอูฐหนอก) หรือผลิตภัณฑ์จากสัตว์ที่ปนเปื้อน.

จากข้อมูลปัจจุบัน MERS-CoV อาจแพร่กระจายผ่านการสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ติดเชื้อ. กรณีหูดียภูมิส่วนใหญ่เป็นบุคลากรทางการแพทย์ที่สัมผัสใกล้ชิดหรือให้การดูแลผู้ป่วยที่ติดเชื้อ MERS-CoV อย่างไม่มีการป้องกัน และติดเชื้อในสถานพยาบาล

ระยะฟักตัว

2 ถึง 14 วัน

การจัดการ

ขณะนี้ไม่มีการรักษาโรคโดยเฉพาะ รักษาตามอาการ

การป้องกัน

ปัจจุบันยังไม่มีวัคซีนป้องกันโรค MERS มาตรการการป้องกันที่ดีที่สุด คือ การรักษาสุขอนามัยส่วนบุคคล และสิ่งแวดล้อมให้ได้อยู่เสมอ ขณะอยู่ในห้องงหรือระหว่างการเดินทาง ประชาชนควรสวมหน้ากากอนามัยและขอคำแนะนำจากแพทย์ทันทีหากมีอาการทางเดินหายใจ.

1. รักษาความดี สุขอนามัยส่วนบุคคล

- ฝ่าฝืนสุขอนามัยของมือบ่อยครั้งโดยเฉพาะอย่างยิ่งก่อนที่จะสัมผัสปากจมูกหรือตาของตน ก่อนรับประทานอาหาร หลังจากใช้ห้องน้ำ; หลังจากสัมผัสสถานที่ปฏิบัติงานสาธารณะ เช่น รววจับหรือปุ่มประตู
- หรือเมื่อมือปนเปื้อนด้วยสารคัดหลั่งจากระบบทางเดินหายใจหลังไอหรือจามปลดล้างมือด้วยสบู่เหลวและน้ำและถูเป็นเวลาอย่างน้อย 20 วินาที. จากนั้นระบายออกแล้วล้างออกด้วยน้ำแล้วแห้งด้วยกระดาษเช็ดมือแบบใช้แล้วทิ้งหรือเครื่องเป่ามือ. หากไม่มีสิ่งอำนวยความสะดวกในการล้างมือหรือเมื่อมือไม่สกปรกอย่างเห็นได้ชัด สุขอนามัยของมือที่มีด้ามจับที่มีแอลกอฮอล์ 70 ถึง 80% เป็นทางเลือกที่มีประสิทธิภาพ
- ปิดปาก และจุกด้วยกระดาษชำระเมื่อมีการจาม หรือไอ กำจัดเนื้อเยื่อสกปรกลงในถังขยะที่มีฝาปิดแล้วล้างมือให้สะอาด
- เมื่อมีอาการเกี่ยวกับทางเดินหายใจให้สวมใส่หน้ากากอนามัย งดการไปทำงาน โรงเรียน หลีกเลี่ยงการไปในสถานที่แออัด และเข้ารับคำแนะนำจากแพทย์ทันที

- สร้างภูมิคุ้มกันที่ดีให้กับร่างกายด้วยการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และออกกำลังกายสม่ำเสมอ และพักผ่อนให้เพียงพอ ไม่สูบบุหรี่ และไม่ดื่มแอลกอฮอล์

2. รักษาความดี สุขอนามัยสิ่งแวดล้อม

ถึงแม้ว่าบางครั้งโคโรนาไวรัสจะสามารถอยู่ได้นานในสภาพแวดล้อม แต่สามารถทำลายเชื้อไวรัสได้ง่ายด้วยสารซักฟอก และสารที่ใช้ในการทำความสะอาดได้ สิ่งสำคัญที่ควรทำคือ:

- ทำความสะอาดและฆ่าเชื้อผิวหนังที่สัมผัสบ่อยเป็นประจำ เช่น เฟอร์นิเจอร์ ของเล่น และสิ่งของที่ใช้ร่วมกันทั่วไป ด้วยสารฟอกขาวในครัวเรือนที่เจือจาง 1:99 (ผสมสารฟอกขาวในครัวเรือน 10 มล ที่ประกอบด้วยไฮโดรเจนไฮโปคลอไรต์ 5.25% กับน้ำ 990 มล ทิ้งไว้ 15 ถึง 30 นาที จากนั้นล้างออกด้วยน้ำแล้วตาก. สำหรับพื้นผิวโลหะฆ่าเชื้อด้วยแอลกอฮอล์ 70%.
- ใช้ผ้าขนหนูซับน้ำที่ชื้นแล้วทิ้งเช็ดสิ่งปนเปื้อนที่สามารถมองเห็นได้ด้วยตาเปล่า เช่น สารคัดหลั่งจากทางเดินหายใจ แล้วทำการฆ่าเชื้อบนพื้นผิว และพื้นที่ใกล้เสียงด้วยสารฟอกขาวที่ใช้ภายในบ้านชนิดเจือจางอัตรา 1:49 (ผสมสารฟอกขาวในครัวเรือน 10 มล ที่ประกอบด้วยไฮโดรเจนไฮโปคลอไรต์ 5.25% กับน้ำ 490 มล ทิ้งไว้ 15 ถึง 30 นาที จากนั้นล้างออกด้วยน้ำแล้วตากให้แห้ง. สำหรับพื้นผิวโลหะฆ่าเชื้อด้วยแอลกอฮอล์ 70%.
- รักษาให้อากาศภายในห้องถ่ายเทได้ดี
- หลีกเลี่ยงการออกไปในสถานที่สาธารณะที่มีอากาศถ่ายเทไม่ดี ผู้ที่มีความเสี่ยงอาจพิจารณาสวมใส่หน้ากากอนามัยในขณะที่เดินทางไปสถานที่เหล่านั้น

คำแนะนำเกี่ยวกับสุขภาพขณะเดินทาง

ปรึกษาผู้ให้บริการดูแลด้านสุขภาพก่อนการเดินทางเพื่อตรวจสอบหาความเสี่ยงก่อนการเดินทางอย่างน้อย 6 สัปดาห์, เนื่องจากสถานะทางการแพทย์ที่สำคัญที่มีอยู่แล้ว เช่น เบาหวาน โรคปอดเรื้อรัง ไตวายที่มีอยู่แล้ว หรือสถานะที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่อง สามารถเพิ่มโอกาสของปัญหาทางการแพทย์ รวมถึง MERS ในระหว่างการเดินทางได้.

- หลีกเลี่ยงการเดินทางด้วยอูฐไปยังไร นา ยุงฉาง และตลาด
- หลีกเลี่ยงการสัมผัสทางกายโดยตรงกับสัตว์ โดยเฉพาะอูฐ รวมถึงการซื้อหรือเข้าร่วมกิจกรรมใด ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการสัมผัสหรือดูแลอูฐ
- ล้างมือก่อน และหลังการสัมผัสสัตว์ในกรณี que เดินทางด้วยอูฐไปยังไร นา ยุงฉาง หรือตลาด
- หลีกเลี่ยงการสัมผัสโดยตรงกับผู้ป่วย โดยเฉพาะผู้ป่วยที่มีอาการติดเชื้อในทางเดินหายใจที่รุนแรง และหลีกเลี่ยงการไปที่สถานพยาบาลกับผู้ป่วยที่ติดเชื้อ MERS
- ปฏิบัติตามกฎระเบียบด้านความปลอดภัยของอาหาร และสุขอนามัย เช่น การหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารดิบ หรือผลิตภัณฑ์ที่มาจากสัตว์ โดยไม่ได้รับการปรุงสุก รวมไปถึง นม และเนื้อสัตว์ หรืออาหารที่อาจปนเปื้อนสารคัดหลั่งของสัตว์ ของเสียที่ร่างกายขับถ่ายออกมา (เช่น ปัสสาวะ) หรือผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ ยกเว้นอาหารเหล่านั้นได้รับการปรุงสุก และล้าง หรือปกปิดอย่างเหมาะสม
- หากรู้สึกไม่สบาย ให้สวมใส่หน้ากากอนามัย เข้ารับคำแนะนำจากแพทย์ทันที
 - ก่อนออกเดินทาง: เลื่อนการเดินทางของคุณออกไปจนกว่าจะฟื้นตัว.
 - ในขณะที่อยู่ต่างประเทศ: แจ้งพนักงาน โรงแรมหรือผู้นำทัวร์.
 - หลังกลับถึงบ้าน หากเข้ารับการรักษาทางการแพทย์ โปรดแจ้งประวัติการเดินทางล่าสุดแก่แพทย์ รวมถึงจุดแวะพักระหว่างทาง

บันทึกพิเศษสำหรับผู้ที่ยังวางแผนจะเดินทางไปแสวงบุญ

ผู้แสวงบุญที่มีอายุมาก หรือผู้ที่มีโรคประจำตัว (เช่น โรคเบาหวาน โรคปอด โรคไต โรคหัวใจ หรือภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่อง) มีความเสี่ยงสูงที่จะเกิดอาการรุนแรงหากติดเชื้อ MERS ดังนั้น ควรปรึกษาแพทย์ก่อนเดินทางเพื่อประเมินความเสี่ยงและความเหมาะสม หากมีไข้และอาการไอจากโรคทางเดินหายใจเฉียบพลัน ไม่ควรเดินทาง

ดังนั้นผู้แสวงบุญควรปรึกษาผู้ให้บริการด้านสุขภาพก่อนเดินทางไปทบทวนความเสี่ยงและประเมินว่าควรเดินทางไปแสวงบุญหรือไม่ ขอแนะนำให้ชะลอการเดินทางหากมีอาการป่วยทางเดินหายใจเฉียบพลันที่มีไข้และไอ.

ผู้แสวงบุญควรปิดปากและจมูกเมื่อไอหรือจาม และล้างมือหลังจากสัมผัสกับสารคัดหลั่งจากระบบทางเดินหายใจ. หากมีอาการทางเดินหายใจเป็นไข้เฉียบพลันให้รักษาระยะห่างหนึ่งเมตรกับบุคคลอื่น. หากผู้แสวงบุญมีอาการป่วยทางเดินหายใจเฉียบพลันที่มีไข้และไอ (รุนแรงพอที่จะรบกวนกิจกรรมประจำวันตามปกติ) ในช่วงอัมระหรือฮัจญ์ พวกเขาควร:

- รายงานต่อเจ้าหน้าที่ทางการแพทย์ที่มาพร้อมกับกลุ่มหรือบริการด้านสุขภาพในท้องถิ่น;
- ปิดปากและจมูกของพวกเขาเมื่อไอหรือจามล้างมือหลังจากนั้นหรือถ้าเป็นไปได้ไอหรือจามเข้าไปในแขนเสื้อด้านบนของเสื้อผ้าของพวกเขา;
- หลีกเลี่ยงการไปสถานที่ที่มีผู้คนพลุกพล่านและควรแยกตัวเองออกจนกว่าจะสิ้นสุดอาการทางเดินหายใจ และหากไม่สามารถแยกตัวได้, ใช้หน้ากากผ่าตัดหรือเนื้อเยื่อเพื่อปกปิดจมูกและปากเมื่ออยู่ในที่แออัด.

หากผู้แสวงบุญรู้สึกไม่สบายในช่วงสองสัปดาห์หลังจากกลับถึงฮ่องกง พวกเขาควรสวมหน้ากากอนามัยและรีบไปพบแพทย์ทันที นอกจากนี้ พวกเขาควรแจ้งแพทย์เกี่ยวกับประวัติการเดินทางล่าสุด รวมถึงจุดพักระหว่างทางด้วย

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.

ปรับปรุงแก้ไขเมื่อวันที่ 1 สิงหาคม 2025 (1 August 2025)