

โรคหัดเยอรมัน

สาเหตุที่ก่อให้เกิดโรค

โรคหัดเยอรมัน (Rubella หรือ German Measles) มีสาเหตุมาจากเชื้อไวรัสรูเบลล่า

ลักษณะทางคลินิก

ผู้ป่วยมักมีผื่นขึ้นทั่วร่างกาย มีไข้ ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย ต่อมทอนซิลโต มีอาการของโรคติดเชื้อทางเดินหายใจส่วนบน และเยื่อบุตาอักเสบ โดยมักจะมีผื่นขึ้นนานประมาณ 3 วัน แต่ผู้ป่วยบางรายอาจไม่มีผื่นเลยก็เป็นได้ ส่วนอาการปวดข้อหรือข้ออักเสบมักเกิดขึ้นกับผู้ใหญ่ที่เป็นโรคหัดเยอรมัน ทั้งนี้การติดเชื้อหัดเยอรมันยังสามารถทำให้ทารกในครรภ์มีพัฒนาการที่ผิดปกติได้อีกด้วย โดยโรคหัดเยอรมันแต่กำเนิดจะมีลักษณะอาการคือ หูหนวก ต้อกระจก หัวใจผิดปกติ ความบกพร่องทางสติปัญญา เป็นต้น ซึ่งมักเกิดขึ้นในทารกที่เกิดจากแม่ที่ติดเชื้อในช่วง 3 เดือนแรกของการตั้งครรภ์

วิธีการแพร่กระจายเชื้อ

โรคนี้สามารถติดต่อได้โดยการสัมผัสกับสารคัดหลั่งจากจมูกและลำคอของผู้ติดเชื้อผ่านทางละอองฝอยหรือการสัมผัสโดยตรงกับผู้ป่วย ซึ่งโรคนี้เป็นโรคที่ติดต่อกันได้ง่ายและผู้ป่วยสามารถแพร่เชื้อไปยังบุคคลอื่นได้ตั้งแต่ 1 สัปดาห์ก่อนถึง 1 สัปดาห์หลังจากเริ่มมีผื่นขึ้น

ระยะฟักตัว

โรคมีระยะฟักตัวตั้งแต่ 12 – 23 วัน โดยทั่วไปคือ 14 วัน

การจัดการ

ไม่มีการรักษาจำเพาะเจาะจง แต่สามารถส่งยาเพื่อบรรเทาอาการไม่สบายได้

การป้องกัน

1. รักษาสุขอนามัยส่วนบุคคลให้ดี

- ล้างมือให้สะอาดอยู่เสมอ โดยเฉพาะก่อนสัมผัสปาก จมูก หรือตา หลังจากสัมผัสสิ่งของในที่สาธารณะ เช่น ราวบันไดหรือลูกบิดประตู หรือเมื่อมือปนเปื้อนสารคัดหลั่งจากทางเดินหายใจหลังจากการไอหรือจาม ล้างมือด้วยสบู่เหลวและน้ำสะอาด แล้วถูไปมาเป็นเวลาอย่างน้อย 20 วินาที จากนั้นล้างออกด้วยน้ำและเช็ดให้แห้งด้วยกระดาษเช็ดมือแบบใช้แล้วทิ้งหรือเครื่องเป่ามือ หากไม่มีสถานที่ล้างมือหรือมือไม่เปื้อนอย่างเห็นได้ชัด การทำความสะอาดมือด้วยเจลล้างมือที่มีแอลกอฮอล์ 70 ถึง 80% ถือเป็นทางเลือกที่มีประสิทธิภาพเช่นกัน
- ปิดปากและจมูกด้วยกระดาษทิชชูเมื่อจามหรือไอ ทิ้งกระดาษทิชชูที่เปื้อนลงในถังขยะที่มีฝาปิด จากนั้นล้างมือให้สะอาด
- เมื่อมีอาการทางระบบทางเดินหายใจ ควรสวมหน้ากากอนามัย งดไปทำงานหรือไปโรงเรียน หลีกเลี่ยงการไปในสถานที่ที่มีผู้คนพลุกพล่าน และรีบไปพบแพทย์ทันที
- ผู้ที่ติดเชื้อควรอยู่แต่ในบ้านเป็นเวลา 7 วันนับตั้งแต่วันที่เริ่มมีผื่นขึ้นและหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับผู้ที่มีความเสี่ยง โดยเฉพาะสตรีมีครรภ์และสตรีที่กำลังเตรียมตัวตั้งครรภ์ เนื่องจากสตรีมีครรภ์ที่ไม่มีภูมิคุ้มกันต่อโรคหัดเยอรมันจะติดโรคได้ และทารกในครรภ์ก็อาจติดเชื้อได้เช่นกัน ดังนั้น ควรติดตามอาการของผู้ที่สัมผัสใกล้ชิดกับหญิงตั้งครรภ์และตรวจสอบสถานะภูมิคุ้มกันด้วย

2. รักษาสุขอนามัยของสภาพแวดล้อมให้ดี

- ทำความสะอาดและฆ่าเชื้อพื้นผิวที่มีการสัมผัสบ่อยครั้ง เช่น เฟอร์นิเจอร์ ของเล่น และสิ่งของที่ใช้ร่วมกันเป็นประจำด้วยน้ำยาฟอกขาวเจือจาง 1:99 (ผสมน้ำยาฟอกขาว 5.25% จำนวน 1 ส่วนกับน้ำ 99 ส่วน) ทั้งไว้ 15 – 30 นาที แล้วล้างออกด้วยน้ำและเช็ดให้แห้ง สำหรับพื้นผิวโลหะ ให้ฆ่าเชื้อด้วยแอลกอฮอล์ 70%
- ใช้ผ้าขนหนูแบบใช้แล้วทิ้งที่ดูดซับได้ดีเช็ดคราบสกปรกที่เห็นได้ชัดเจน เช่น สารคัดหลั่งจากทางเดินหายใจ จากนั้นฆ่าเชื้อพื้นผิวและบริเวณใกล้เคียงด้วยน้ำยาฟอกขาวเจือจาง 1:49 (ผสมน้ำยาฟอก

ชาว 5.25% จำนวน 1 ส่วนกับน้ำ 49 ส่วน) ทิ้งไว้ 15 – 30 นาที แล้วล้างออกด้วยน้ำและผึ่งให้แห้ง สำหรับพื้นผิวโลหะ ให้ฆ่าเชื้อด้วยแอลกอฮอล์ 70%

- ควรระบายอากาศพื้นที่ภายในอาคารให้ดี หลีกเลี่ยงการไปในสถานที่สาธารณะที่มีผู้คนพลุกพล่านหรือมีการระบายอากาศที่ไม่ดี ผู้ที่มีความเสี่ยงสูงอาจต้องสวมหน้ากากอนามัยขณะอยู่ในสถานที่ดังกล่าว

3. การสร้างภูมิคุ้มกัน

- การสร้างภูมิคุ้มกันด้วยวัคซีนป้องกันโรคหัดเยอรมันมีประสิทธิภาพในการป้องกันโรค ภายใต้โครงการสร้างภูมิคุ้มกันในวัยเด็กของฮ่องกง เด็กๆ จะได้รับวัคซีนป้องกันโรคหัดเยอรมันสองเข็ม (โปรดดูรายละเอียดได้ที่**โครงการสร้างภูมิคุ้มกัน**ในวัยเด็กของฮ่องกง)
- สตรีวัยเจริญพันธุ์ที่ไม่ได้รับวัคซีนภูมิคุ้มกันควรตรวจสอบสถานะภูมิคุ้มกันของตนเองก่อนวางแผนตั้งครรภ์ และรับวัคซีนป้องกันโรคหัดเยอรมันหากจำเป็น
- ในสถานที่ต่างๆ จะมีการพัฒนาโปรแกรมการฉีดวัคซีนที่แตกต่างกันไปตามลักษณะการระบาดของโรค ผู้ปกครองควรจัดให้บุตรหลานของตนรับวัคซีนตามโปรแกรมการฉีดวัคซีนของสถานที่พำนักของตน ตัวอย่างเช่น เด็กอายุน้อยกว่า 1 ขวบที่เดินทางไปหรือพำนักอยู่ในแผ่นดินใหญ่บ่อยครั้ง ควรปฏิบัติตามตารางการฉีดวัคซีนป้องกันโรคหัดเยอรมันของแผ่นดินใหญ่ โดยการฉีดวัคซีนป้องกันโรคหัดเยอรมันเข็มแรกเมื่ออายุ 8 เดือน ตามด้วยเข็มที่สองเมื่ออายุ 18 เดือน
- ผู้ช่วยแม่บ้านชาวต่างชาติ (FDH) ทุกคนที่ไม่ได้รับวัคซีนภูมิคุ้มกันต่อโรคหัดเยอรมันควรได้รับวัคซีนป้องกันโรคหัด คางทูม และหัดเยอรมัน (MMR) โดยควรฉีดก่อนเดินทางมาถึงฮ่องกง หากไม่สามารถดำเนินการได้ ก็สามารถปรึกษาแพทย์หลังจากเดินทางมาถึงฮ่องกงแล้วได้ สำนักงานจัดหางานสามารถพิจารณาเพิ่มการประเมินสถานะภูมิคุ้มกันของวัคซีนป้องกันโรคหัดเยอรมันหรือ MMR ให้กับ ผู้ช่วยแม่บ้านชาวต่างชาติ (FDH) เป็นรายการเพิ่มเติมในแฟ้มเอกสารตรวจสอบสุขภาพก่อนเข้าทำงาน
- โดยทั่วไปแล้ว บุคคลต่อไปนี้ไม่ควรได้รับวัคซีน MMR^{^*}:
 1. ผู้ที่มีอาการแพ้อย่างรุนแรงต่อวัคซีน MMR โดสก่อนหน้าหรือส่วนประกอบใดๆ ของวัคซีน (เช่น เจลาตินหรือไข่ไก่)
 2. ผู้ที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่องอย่างรุนแรงจากโรคหรือการรักษาโรค (เช่น ผู้ที่อยู่ระหว่างการรักษามะเร็งในปัจจุบัน เช่น เคมีบำบัดและการฉายรังสี ผู้ที่รับประทานยาที่กดภูมิคุ้มกันอยู่ เช่น คอร์ติโคสเตียรอยด์ขนาดสูง เป็นต้น)
 3. มีการตั้งครรภ์#

@โดยทั่วไปแล้ว ในบุคคลทั่วไปจะถือว่าไม่มีภูมิคุ้มกันต่อโรคหัดเยอรมันได้หาก (i) ไม่เคยได้รับการยืนยันการติดเชื้อหัดเยอรมันจากการทดสอบในห้องปฏิบัติการมาก่อน และ (ii) ไม่เคยได้รับวัคซีนป้องกันโรคหัดเยอรมันหรือไม่ทราบสถานะการฉีดวัคซีน

[^]ควรขอคำแนะนำจากแพทย์เสมอ

* ตามข้อมูลจากองค์การอนามัยโลกและศูนย์ควบคุมและป้องกันโรคแห่งสหรัฐอเมริกา อาการแพ้อย่างรุนแรงจากวัคซีน MMR นั้นไม่เกี่ยวข้องกับอาการแพ้ต่อแอนติเจนในไข่ แต่เกี่ยวข้องกับส่วนประกอบอื่นๆ ของวัคซีน (เช่น เจลาติน) ความเสี่ยงต่ออาการแพ้รุนแรงหลังจากได้รับวัคซีนเหล่านี้โดยผู้ที่แพ้ไข่น้อยมาก ดังนั้น ผู้ที่มีอาการแพ้ไข่ที่ไม่ใช่อาการแพ้รุนแรงจึงสามารถฉีดวัคซีน MMR ได้อย่างปลอดภัย ส่วนผู้ที่มีอาการแพ้รุนแรง (เช่น ภูมิแพ้รุนแรงเฉียบพลัน) ต่อไข่ ควรปรึกษาผู้เชี่ยวชาญด้านการแพทย์เพื่อฉีดวัคซีนในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม

โดยทั่วไปผู้หญิงควรหลีกเลี่ยงการตั้งครรภ์เป็นเวลา 3 เดือนหลังจากได้รับวัคซีน MMR และใช้วิธีคุมกำเนิดที่เหมาะสม

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.

23 กุมภาพันธ์ 2024 (23 February 2024)