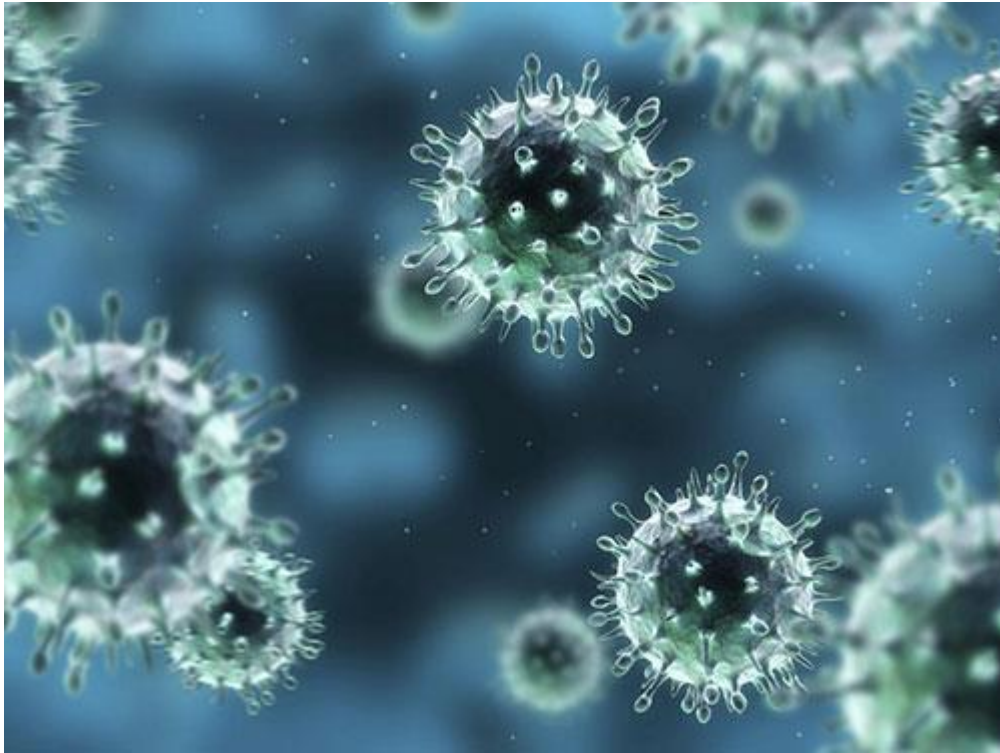


ข้อมูล ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์บี

พญ.ปิยรัชต์ สันตะรัตติวงศ์ แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านกุมารเวชศาสตร์และโรคติดเชื้อ สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี ให้ข้อมูลว่า ไข้หวัดใหญ่แบ่งออกเป็นสายพันธุ์ใหญ่ๆ 3 สายพันธุ์ คือ เอ บี และซี ซึ่งสายพันธุ์ซี มีความรุนแรงน้อยที่สุด แต่เนื่องจากไข้หวัดใหญ่ สามารถติดต่อกันได้ง่าย การปิดสถานศึกษาเพื่อลดการแพร่ระบาดของโรคจึงเป็นวิธีหนึ่ง



“ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์บี กับความรุนแรงของโรค”

คุณหมอปิยรัชต์ บอกเพิ่มเติมว่า ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์เอและบี เป็นสายพันธุ์ที่พบได้ทั่วโลก แต่ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์เอมักจะมีรุนแรงมากกว่า เพราะมีโอกาสระบาดใหญ่ทั่วโลกอย่าง ไข้หวัดใหญ่ 2009 อันที่จริงแล้ว ไข้หวัดใหญ่สามารถเกิดขึ้นได้ทั้งปี แต่ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์บีครั้งนี้เป็นไข้หวัดตามฤดูกาล โดยส่วนมากจะระบาดในช่วงฤดูหนาว เพราะเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่จะเจริญเติบโตได้ดีในอากาศเย็น ซึ่งพบมากที่สุดช่วงเดือนธันวาคมและมกราคม และฤดูฝน คือ ช่วงเดือนสิงหาคม

“หากถามถึงอาการของไข้หวัดใหญ่ แน่นอนว่า ต่างจากไข้หวัดธรรมดา เนื่องจากอาการป่วยจะเป็นแบบเฉียบพลัน ผู้ป่วยจะมีไข้สูงมากถึง 40 องศาเซลเซียส ปวดเมื่อยตามตัว คัดจมูก มีน้ำมูก เจ็บคอและไอ หากมีภาวะแทรกซ้อนก็จะเกิดภาวะปอดอักเสบได้ ระยะเวลาป่วยประมาณ 6-7 วัน” คุณหมอปิยรัชต์ บอกเล่าอาการ

ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์บี สามารถพบได้ทุกช่วงวัย แต่กลุ่มที่มีความเสี่ยง ต้องระมัดระวังเป็นพิเศษคือ ผู้ป่วยโรคปอดเรื้อรัง โรคหอบหืด โรคหัวใจ โรคภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่อง เด็กเล็กอายุน้อยกว่า 2 ปี ผู้สูงอายุและหญิงตั้งครรภ์ รวมถึงผู้ที่มีดัชนีมวลกายเยอะหรือโรคอ้วน หากเป็นไข้หวัดใหญ่ ก็มีความเสี่ยงที่จะมีอาการรุนแรงกว่าปกติ

“มาดูแลตัวเอง ให้ห่างไกลไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์บี กันเถอะ”

คุณหมอปิยรัชต์ แนะนำว่า การได้รับวัคซีน นับว่าเป็นการป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ทั้งสายพันธุ์เอ และบี ได้ดีที่สุดและแน่นอนว่า เราควรหลีกเลี่ยงการอยู่ใกล้ชิดกับผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่ หลีกเลี่ยงการเข้าไปในสถานที่แออัด หรือมีคนเยอะ ล้างมือบ่อยๆ และล้างให้สะอาดทุกครั้ง สำหรับผู้ป่วยควรหลีกเลี่ยงไม่ไอหรือจามรดคนอื่น ควรใส่หน้ากากอนามัยป้องกันทุกครั้ง



“ที่สำคัญคือ ควรพักผ่อนเยอะๆ ดื่มน้ำสะอาดให้มากและสม่ำเสมอ รับประทานอาหารอ่อนๆ และไม่ควรหักโหมร่างกาย จึงจะทำให้เราหายป่วยจากไข้หวัดใหญ่โดยไม่มีอาการแทรกซ้อนใดๆ เมื่อหายป่วยแล้วและอยู่ในช่วงอาการฟื้นตัว สามารถรับประทานอาหารได้ตามปกติ แต่ต้องระวังไม่ให้โดนอากาศเย็นมากนัก

เนื่องจากผู้ป่วยบางคนอาจยังมีอาการไออยู่บ้าง จึงอาจเกิดอาการแทรกซ้อนทางปอดได้ นอกจากนี้ควรได้รับวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่ประจำปีสม่ำเสมอ”