

Health Diary

สมุดบันทึกสุขภาพผู้ป่วย

รวมพลัง ยุติ วัณโรค



→ **END
TB**

กองวัณโรค

กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข



สายด่วน 1422 โทร. 02 212 2279



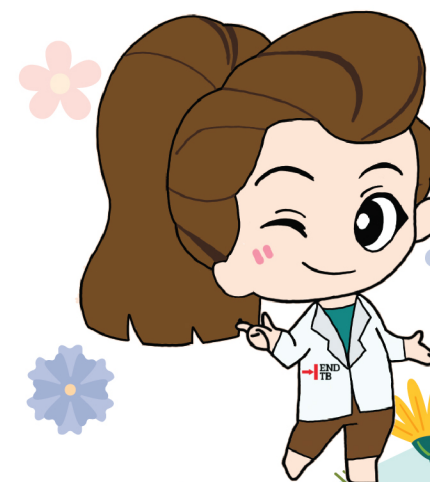
กรมควบคุมโรค
กองวัณโรค

TUBERCULOSIS

สมุดบันทึก
สุขภาพ

สุขภาพดีสร้างได้ ร่วมมือร่วมใจฝ่ารักษา

Health
Diary



บันทึกประจำวัน

เลขที่บัตรประชาชน.....

ชื่อ.....นามสกุล.....

สถานที่ติดต่อ.....

โทรศัพท์.....โทรสาร.....

TBNo.....

HN.....

ชื่อผู้ติดต่อกรณีฉุกเฉิน.....

โทรศัพท์ผู้ติดต่อกรณีฉุกเฉิน.....

วันที่เริ่มรักษา.....

ประเภทการขึ้นทะเบียนรักษาวัณโรค.....

สูตรยา.....น้ำหนัก (กก.).....

ผลสมหะก่อนเริ่มรักษา AFB...../Xpert.....

ผลตรวจการดื้อยา ไม่มีผลตรวจ/ ไม่ดื้อยา/ ดื้อต่อยา.....

ด้วยวิธีการตรวจ.....

สถานที่รักษา.....

โทรศัพท์.....โทรสาร.....

ผู้ใดเก็บเอกสารนี้ได้ โปรดติดต่อสถานที่รักษา
หรือติดต่อเจ้าของสมุด

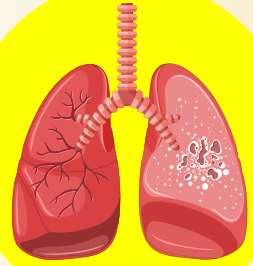


กล่าว นำ

บันทึกสุขภาพนี้ มีเนื้อหาเกี่ยวกับความรู้เรื่องโรค
เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถดูแลตนเอง และเข้าใจขั้นตอน
การรักษาได้อย่างถูกต้อง และรักษาโรคจนครบ
ตามกำหนด



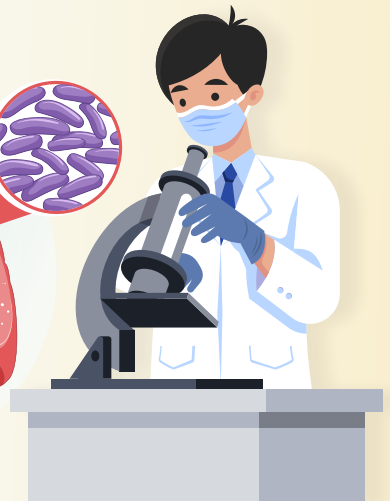
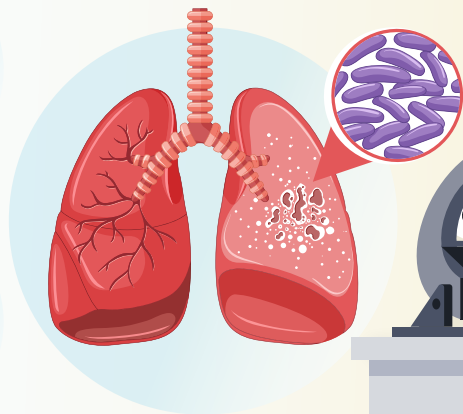
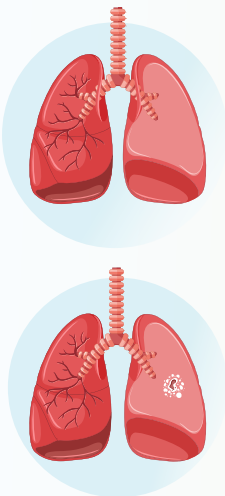
ความรู้เกี่ยวกับวัณโรค



1. วัณโรค คืออะไร



วัณโรคเป็นโรคติดต่อเกิดจากเชื้อแบคทีเรีย ชนิดไมโครแบคทีเรียม ทูเบอร์คูโลซิส รูปร่างเป็นแท่งเล็ก ๆ มีขนาดเล็กมากจนมองด้วยตาเปล่าไม่เห็น ต้องย้อมสีพิเศษและดูด้วยกล้องจุลทรรศน์ จึงจะเห็นตัวเชื้อวัณโรค เกิดได้กับอวัยวะทุกส่วนของร่างกาย เช่น ต่อม้ำเหลือง ผิวหนัง กระดูก แต่ส่วนมากเป็นที่ปอด **จึงเรียกว่า...วัณโรคปอด**



2.อาการวัณโรคปอดเป็นอย่างไร

- ◆ ไอเรื้อรังเกิน 2 สัปดาห์
- ◆ ไอแห้งหรือมีเสมหะ และอาจมีไอปนเลือด
- ◆ มีไข้ต่ำ อาจมีเหงื่อออกมากตอนกลางคืน
- ◆ อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร น้ำหนักลด ผอมลง
- ◆ เหนื่อยหอบเจ็บหน้าอก



หมายเหตุ

คนไข้วณโรคที่ป่วยระยะเริ่มแรก อาจไม่มีอาการใด ๆ

ผู้ติดเชื้อเอชไอวี (เอดส์) ผู้ป่วยเบาหวาน ผู้ที่ใช้ยากดภูมิคุ้มกัน หรือใช้สเตียรอยด์เป็นเวลานาน อาจป่วยเป็นวัณโรคได้ง่าย หากมีอาการสงสัย ควรรีบไปตรวจที่โรงพยาบาลโดยเร็ว

3. วัคซีนติดได้อย่างไร



ผู้ป่วยวัณโรคปอดจะมีเชื้อวัณโรคอยู่ในปอด เมื่อผู้ป่วยไอจาม เชื้อจะออกมาพร้อมกับละอองเสมหะ และลอยอยู่ในอากาศ ผู้ใกล้ชิดที่สุดหายใจเอาเชื้อเข้าไปจะมีโอกาสป่วยเป็นวัณโรคได้ แต่ผู้ที่ได้รับเชื้อมาแล้ว ไม่จำเป็นต้องป่วยเป็นวัณโรคทุกคน เพราะร่างกายมีภูมิคุ้มกัน ที่จะต่อสู้เชื้อวัณโรค มีเพียงร้อยละ 10 เท่านั้น ที่จะป่วยเป็นวัณโรค หลังได้รับเชื้อ



การป้องกันการติดต่อ

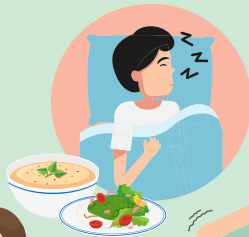
- ◆ ผู้ป่วยวัณโรคปอด เมื่อไอหรือจาม ให้ปิดปาก ปิดจมูก ทุกครั้ง เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อวัณโรคสู่คนใกล้ชิด
- ◆ ที่พักอาศัยของผู้ป่วยวัณโรคปอด ควรมีแสงแดดส่องถึง อาจเปิดหน้าต่างและประตู เพื่อให้อากาศถ่ายเท
- ◆ ภายใน 2 สัปดาห์แรก หลังจากเริ่มกินยารักษาวัณโรค ผู้ป่วยวัณโรคปอด ควรหลีกเลี่ยงการเดินทางไปยังสถานที่แออัด หรือ สถานที่ปิด เช่น รถตู้ รถเมล์ รถแท็กซี่ หากจำเป็นต้องเดินทางให้สวมหน้ากากอนามัยตลอดเวลา



4. เมื่อป่วยเป็นวัณโรคจะดูแลตนเองอย่างไร ให้หายป่วย

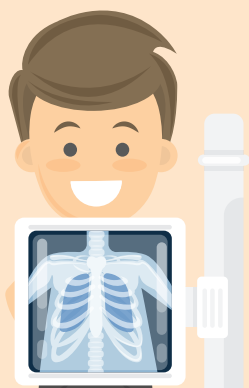
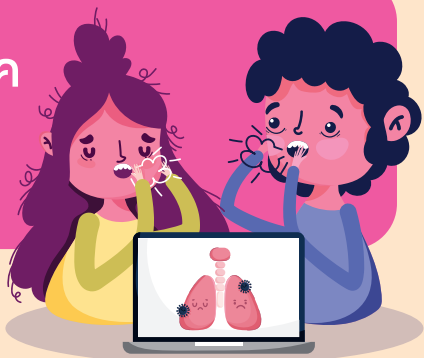


- ◆ วัณโรครักษาให้หายได้ โดยกินยาต่อเนื่องอย่างน้อย 6 เดือน
- ◆ กินยาให้ครบถ้วน ทุกเม็ด ทุกวัน
- ◆ มาตรฐานตามนัดทุกครั้ง
- ◆ หากสงสัยอาการแพ้ยา ให้ปรึกษาแพทย์ ไม่หยุดยาเอง
- ◆ กินอาหารที่มีประโยชน์ นอนหลับให้เพียงพอ รักษาสุขภาพจิตให้เข้มแข็ง
- ◆ งดสูบบุหรี่ และงดการดื่มสุรา
- ◆ รักษาโรคร่วม เช่น ควบคุมเบาหวานให้ได้ กินยาต้านไวรัสเอชไอวีสม่ำเสมอ
- ◆ นำผู้สัมผัสร่วมบ้าน/ใกล้ชิดมาตรวจคัดกรอง วัณโรค เพื่อให้การรักษาหรือกินยาป้องกัน



กินยาครบ ทุกเม็ด ทุกมื้อ ไม่ดื้อยา

5. บุคคลใกล้ชิดผู้ป่วยวัณโรค ต้องปฏิบัติตัวอย่างไร ?



1

คนในครอบครัว
และ บุคคลใกล้ชิด
โดยเฉพาะเด็กเล็ก
ควรมาตรวจ
คัดกรองวัณโรคด้วย
การเอกซเรย์ปอด



2

เด็กอายุน้อยกว่า
5 ปี ควรได้รับยา
รักษาการติดเชื้อ
วัณโรคระยะแฝง



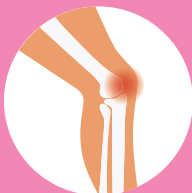
3

ผู้ติดเชื้อเอชไอวี
ควรได้รับยารักษา
การติดเชื้อวัณโรค
ระยะแฝง



6. อาการแพ้ยาเป็นอย่างไร

หากท่านมีอาการไม่สบายในช่วงที่กำลังรักษาวัณโรค เช่น ...



ปวดตามข้อต่าง ๆ

ตัวเหลือง ตาเหลือง



เหนื่อยหอบมากและอ่อนเพลีย



สายตามัว มองไม่ชัดเจน



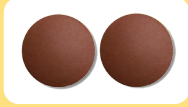
มีผื่นคันตามตัว ผิวหนังเป็นรอยขีด



อาการต่าง ๆ เหล่านี้
เป็นอาการแพ้ยา ควรพบหมอกทันที

ยาที่ต้านกินรักษาวัณโรค

และอาการไม่พึงประสงค์

ชนิดยา	อาการข้างเคียง/อาการไม่พึงประสงค์	
	ไม่รุนแรง	รุนแรง
 1. ไอโซไนอะซิด (Isoniazid, H, INH)	ชาตามปลายมือ ปลายเท้า	ตัวเหลือง ตาเหลือง ผื่นคัน ปวดกระดูก
 2. ไรแฟมปีซิน (Rifampicin, R, RF)	คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง อ่อนเพลีย ปัสสาวะ อุจจาระ และ สารคัดหลั่งต่าง ๆ สีส้มแดง	ผื่นทั้งตัว ผื่นแพ้ พุพองที่ปาก ตาแดง ตับอักเสบ ภาวะช็อค เหนื่อยง่ายกว่าปกติ ไม่มีแรง
 3. ไพราซินามิด (Pyrazinamide, Z, PZA)	คลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร อ่อนเพลีย ปวดตามข้อ สีผิวคล้ำขึ้น	ตับอักเสบ ตัวเหลือง
 4. อีแทมบูทอล (Ethambutol, E, EMB)	อ่อนเพลีย ปวดตามข้อ ปวดหัว คลื่นไส้ อาเจียน	การมองเห็นผิดปกติ เช่น ตาพร่ามัว มองเห็นไม่ชัด เห็นสีผิดปกติ

7. ข้อควรจำ (สำคัญมาก อย่าลืม)

การกินยาไม่ต่อเนื่อง หรือขาดยาเป็นสิ่งที่อันตรายมาก เพราะทำให้รักษาไม่หาย และทำให้เกิดวัณโรคชนิดดื้อยาตาม

การรักษาวัณโรคชนิดดื้อยา ต้องใช้จำนวนยาที่มากขึ้น ระยะเวลารักษามากขึ้น ผลข้างเคียงของยามากขึ้น และโอกาสรักษาหายน้อยลง

การกินยารักษาโรควัณโรคต้องกินยาต่อเนื่องสม่ำเสมอ ตามแผนการรักษาของหมออนจนครบระยะการรักษา (อย่างน้อย 6 เดือน)

ถ้าท่านลืมกินยาให้กินยาเมื่อต่อไปไม่ต้องหยุดยา ห้ามกินยาเมื่อที่ลืมเมื่อวานกับมือกับมือวันนี้พร้อมกัน ให้ออกหมอกถึงจำนวนวันที่ลืมกินยา เพราะอาจต้อง ย้ายจำนวนวันที่รักษา เพื่อให้โรคหายขาด

เมื่อกินยารักษาวัณโรคได้ 2-3 สัปดาห์ อาการป่วยจะเริ่มดีขึ้น แต่ท่านยังไม่หายขาด เชื้อโรค บางส่วนยังไม่ตาย ต้องกินยาต่อไปอีกจนครบ การรักษา (อย่างน้อย 6 เดือน) เพื่อให้หายขาด ไม่เกิดการดื้อยา หรือการกลับมาเป็นซ้ำ





ป้องกันไม่ให้ป่วยเป็นวัณโรค อีกต้องทำอะไร ?



ดูแลรักษาสุขภาพ
ให้แข็งแรงอยู่เสมอ



ตรวจสุขภาพร่างกายปีละ 1-2 ครั้ง

หลีกเลี่ยงสถานที่แออัด อากาศไม่ถ่ายเท



ลด ละ เลิกสูบบุหรี่และดื่มเหล้า

มีอาการสงสัยวัณโรค ไอติดต่อกัน
เกิน 2 สัปดาห์ รีบพบหมอเพื่อหา
สาเหตุการป่วย





เพื่อครอบครัว

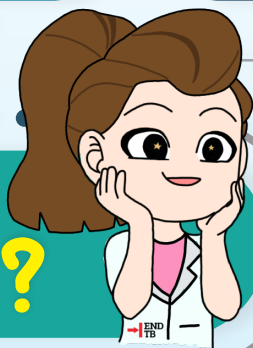


เพื่อตัวเอง



เพื่อเพื่อนสนิท
คนใกล้ตัว

รักษาโรค
ครั้งนี้เพื่อใคร ?



เพื่อชุมชน
และสังคม



เพื่อทุกคน
ปลอดภัย



วัณโรคทุกรายหายแน่ ทำกับดูแลให้กินยา

 “บันทึกการกินยาวันโรค”

เดือนที่ **1** วัน/เดือน/ปี เริ่ม ถึง วัน/เดือน/ปี

ผลสมหะเดือนที่ 0 คือ

ยาที่ได้รับ **H** (ไอโซโนอะซิด) mg. จำนวน เม็ด
 R (ไรเฟมปีซิน) mg. จำนวน เม็ด
 E (อีแทมบูทอล) mg. จำนวน เม็ด
 Z (ไพราซิनाโมด) mg. จำนวน เม็ด

ลำดับที่	วัน/เดือน/ปี	กิน (/) ไม่ได้กิน (0)	ผู้ดูแลการกินยา	บันทึกอาการข้างเคียง / อาการไม่พึงประสงค์
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				

ผลสมหะสิ้นสุดเดือนที่ 1 คือ

เดือนที่ **2** วัน/เดือน/ปี เริ่ม ถึง วัน/เดือน/ปี

ผลสมหะเดือนที่ 0 คือ

ยาที่ได้รับ **H** (ไอโซโนอะซิด) mg. จำนวน เม็ด

R (ไรเฟมปีซิน) mg. จำนวน เม็ด

E (อีแทมบูทอล) mg. จำนวน เม็ด

Z (ไพราซิनाโมด) mg. จำนวน เม็ด

ลำดับที่	วัน/เดือน/ปี	กิน (/) ไม่ได้กิน (0)	ผู้ดูแลการกินยา	บันทึกอาการข้างเคียง / อาการไม่พึงประสงค์
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				

ผลสมหะสิ้นสุดเดือนที่ 2 คือ

เดือนที่ **3** วัน/เดือน/ปี เริ่ม ถึง วัน/เดือน/ปี

ผลสมทบเดือนที่ 0 คือ

ยาที่ได้รับ **H** (ไอโซโนอะซิด) mg. จำนวน เม็ด
 R (ไรเฟมปีซิน) mg. จำนวน เม็ด
 E (อีแทมบูทอล) mg. จำนวน เม็ด
 Z (ไพราซิनाโมด) mg. จำนวน เม็ด

ลำดับที่	วัน/เดือน/ปี	กิน (/) ไม่ได้กิน (0)	ผู้ดูแลการกินยา	บันทึกอาการข้างเคียง / อาการไม่พึงประสงค์
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				

ผลสมทบสิ้นสุดเดือนที่ 3 คือ

เดือนที่ 4 วัน/เดือน/ปี เริ่ม ถึง วัน/เดือน/ปี

ผลสมหะเดือนที่ 0 คือ

ยาที่ได้รับ H (ไฮโซโนอะซิด) mg. จำนวน เม็ด
 R (ไรเฟมปีซิน) mg. จำนวน เม็ด
 E (อีแทมบูทอล) mg. จำนวน เม็ด
 Z (ไพราซิनाโมด) mg. จำนวน เม็ด

ลำดับที่	วัน/เดือน/ปี	กิน (/) ไม่ได้กิน (0)	ผู้ดูแลการกินยา	บันทึกอาการข้างเคียง / อาการไม่พึงประสงค์
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				

ผลสมหะสิ้นสุดเดือนที่ 4 คือ

เดือนที่ 5 วัน/เดือน/ปี เริ่ม ถึง วัน/เดือน/ปี

ผลสมทบเดือนที่ 0 คือ

ยาที่ได้รับ H (ไอโซโนอะซิด) mg. จำนวน เม็ด
 R (ไรเฟมปีซิน) mg. จำนวน เม็ด
 E (อีแทมบูทอล) mg. จำนวน เม็ด
 Z (ไพราซิनाโมด) mg. จำนวน เม็ด

ลำดับที่	วัน/เดือน/ปี	กิน (/) ไม่ได้กิน (0)	ผู้ดูแลการกินยา	บันทึกอาการข้างเคียง / อาการไม่พึงประสงค์
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				

ผลสมทบสิ้นสุดเดือนที่ 5 คือ



เดือนที่ 6 วัน/เดือน/ปี เริ่ม ถึง วัน/เดือน/ปี

ผลสมหะเดือนที่ 0 คือ

ยาที่ได้รับ H (ไฮโซโนอะซิด) mg. จำนวน เม็ด

R (ไรเฟมปีซิน) mg. จำนวน เม็ด

E (อีแทมบูทอล) mg. จำนวน เม็ด

Z (ไพราซิनाโมด) mg. จำนวน เม็ด

ลำดับที่	วัน/เดือน/ปี	กิน (/) ไม่ได้กิน (0)	ผู้ดูแลการกินยา	บันทึกอาการข้างเคียง / อาการไม่พึงประสงค์
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				

ผลสมหะสิ้นสุดเดือนที่ 6 คือ

เดือนที่ **7** วัน/เดือน/ปี เริ่ม ถึง วัน/เดือน/ปี

ผลสมทบเดือนที่ 0 คือ

ยาที่ได้รับ **H** (ไอโซไนอะไซด์) mg. จำนวน เม็ด
R (ไรเฟมปีซิน) mg. จำนวน เม็ด
E (อีแทมบูทอล) mg. จำนวน เม็ด
Z (ไพราซิनाโมด) mg. จำนวน เม็ด

ลำดับที่	วัน/เดือน/ปี	กิน (/) ไม่ได้กิน (0)	ผู้ดูแลการกินยา	บันทึกอาการข้างเคียง / อาการไม่พึงประสงค์
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				

ผลสมทบสิ้นสุดเดือนที่ 7 คือ



เดือนที่ 8 วัน/เดือน/ปี เริ่ม ถึง วัน/เดือน/ปี

ผลสมทบเดือนที่ 0 คือ

ยาที่ได้รับ H (ไฮโซโนอะซิด) mg. จำนวน เม็ด
 R (ไรเฟมปีซิน) mg. จำนวน เม็ด
 E (อีแทมบูทอล) mg. จำนวน เม็ด
 Z (ไพราซิनाโมด) mg. จำนวน เม็ด

ลำดับที่	วัน/เดือน/ปี	กิน (/) ไม่ได้กิน (0)	ผู้ดูแลการกินยา	บันทึกอาการข้างเคียง / อาการไม่พึงประสงค์
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				

ผลสมทบสิ้นสุดเดือนที่ 8 คือ

เดือนที่ 9 วัน/เดือน/ปี เริ่ม ถึง วัน/เดือน/ปี

ผลสมทบเดือนที่ 0 คือ

ยาที่ได้รับ H (ไอโซโนอะซิด) mg. จำนวน เม็ด

R (ไรเฟมปีซิน) mg. จำนวน เม็ด

E (อีแทมบูทอล) mg. จำนวน เม็ด

Z (ไพราซิनाโมด) mg. จำนวน เม็ด

ลำดับที่	วัน/เดือน/ปี	กิน (/) ไม่ได้กิน (0)	ผู้ดูแลการกินยา	บันทึกอาการข้างเคียง / อาการไม่พึงประสงค์
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				

ผลสมทบสิ้นสุดเดือนที่ 9 คือ



ผลการตรวจเสมหะ

ว/ด/ป	เดือนที่รักษาโรค	ผลเสมหะ	Lab Serial No.

การนัด การรับบริการ/การรักษาพิเศษ

วัน/เดือน/ปี	รายละเอียดการรักษา

ผลการรักษา

- | | | |
|--|--|---|
| ☐ หาย | ☐ กินยาครบ | ☐ ล้มเหลวต่อการรักษา |
| ☐ ขาดยามากกว่า 2 เดือนติดต่อกัน | ☐ เสียชีวิตระหว่างรักษา | |
| ☐ โอนออกไปไม่ทราบผลการรักษา | | |

ลงนาม

การส่งต่อ/การขอโอนย้าย

**** นำสมุดบันทึกประจำตัวเล่มนี้ ไปยังโรงพยาบาลปลายทางด้วย ****

วันที่ส่ง

ทะเบียนเลข(TBNo.)

ชื่อเจ้าหน้าที่ที่ส่งต่อ/โอนย้าย

โทรศัพท์

สถานพยาบาลที่ส่ง

ประเภทการขึ้นทะเบียนรักษาวัณโรค

สูตรยา

สถานพยาบาลที่รับ

หมายเหตุ

.....

.....