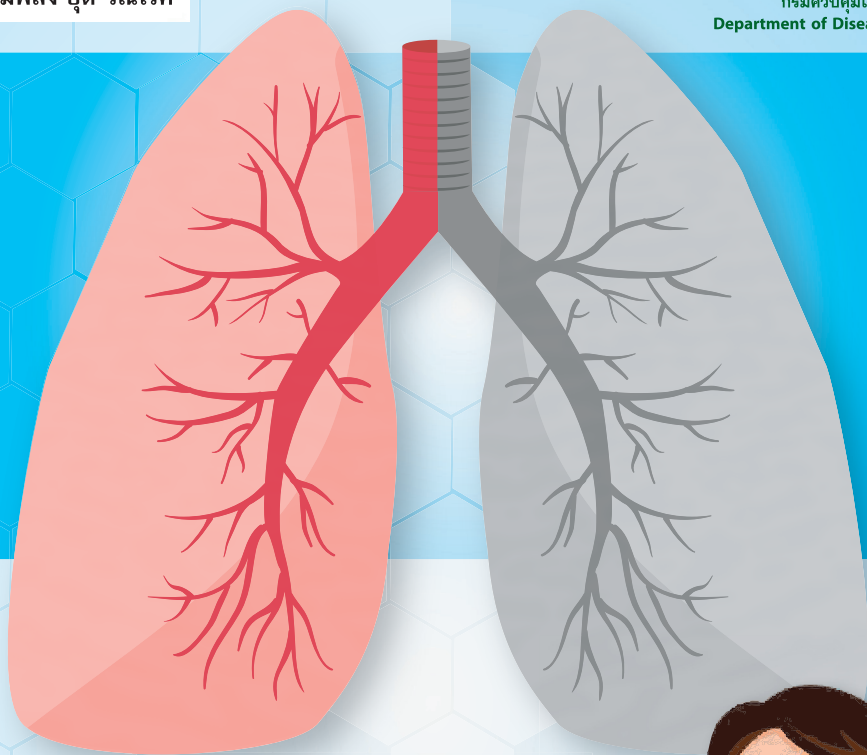


UNITE TO  
→ END  
TB

รวมพลัง ยุติ วัณโรค



กรมควบคุมโรค  
Department of Disease Control



เรียนรู้ เข้าใจ

วัณโรค



สำนักวัณโรค

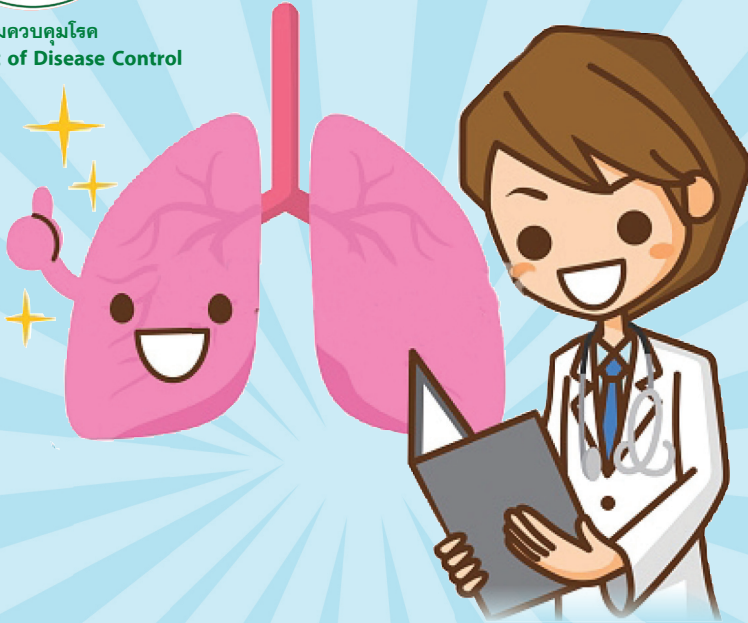
กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข



กรมควบคุมโรค  
Department of Disease Control

UNITE TO  
→ END  
TB

รวมพลัง ยุติ วัณโรค



คู่มือ

เรียนรู้ เข้าใจ วัณโรค

**ชื่อหนังสือ** : เรียนรู้ เข้าใจ วัคซีนโรค

**จัดพิมพ์และเผยแพร่โดย**

: สำนักวัคซีนโรค กรมควบคุมโรค

กระทรวงสาธารณสุข

: โทร. 0-2212-2279

**ISBN** : 978-974-297-634-7

**พิมพ์ครั้งที่ 1** : สิงหาคม 2550

**พิมพ์ครั้งที่ 2** : กรกฎาคม 2559 จำนวน 10,000 เล่ม

# คำนำ

**วัณโรค** ไม่ได้เป็นโรคที่ถ่ายทอดทางกรรมพันธุ์ แต่เป็นโรคติดต่อที่รักษาให้หายขาดได้ ซึ่งในสมัยก่อนใช้เวลาในการรักษา 1 ปี 6 เดือน – 2 ปี แต่ปัจจุบันใช้เวลาในการรักษาเพียง 6 – 8 เดือนเท่านั้น โดยการมีพี่เลี้ยงคอยดูแลให้กำลังใจผู้ป่วยกินยาอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ และพบแพทย์ตามนัดจนกว่าแพทย์จะสั่งหยุดยาเอง

หนังสือเล่มนี้จัดทำขึ้น เพื่อเผยแพร่ความรู้เรื่องวัณโรคแก่ประชาชนทั่วไปเพื่อให้มีความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับวัณโรค และการป้องกันตนเองไม่ให้ป่วยเป็นวัณโรค รวมทั้งการดูแลเมื่อป่วยเป็นวัณโรค



# สารบัญ

- วัณโรค...คืออะไร..... 5
- วัณโรค...ติดต่อได้อย่างไร..... 7
- วัณโรคปอด...มีอาการอย่างไร..... 9
- รู้ได้อย่างไรว่าเป็น...วัณโรคปอด..... 10
- เมื่อไรควรไปตรวจหาวัณโรค..... 11
- ควรปฏิบัติตัวอย่างไรขณะป่วยและรักษาวัณโรค..... 13
- DOT กับการรักษาวัณโรค..... 15
- ใครควรจะเป็นพี่เลี้ยงได้บ้าง..... 17
- อาการข้างเคียงที่อาจพบจากการกินยารักษาวัณโรค..... 18
- วัณโรครักษาหายได้..... 20
- อาการอย่างไรที่แสดงว่าดีขึ้นจากการรักษาวัณโรค..... 21
- รักษาวัณโรคเพื่อใคร?... 22
- ควรปฏิบัติตัวอย่างไรไม่ให้ป่วยเป็นวัณโรค..... 23
- วัณโรคในเด็ก..... 25
- วัณโรคกับเอดส์ มีความสัมพันธ์กันอย่างไร..... 26
- บริการปรึกษาปัญหาสุขภาพและรับการตรวจรักษาวัณโรคได้ที่..... 27
- เอกสารอ้างอิง..... 28



**วัณโรค...**

**..คืออะไร?**



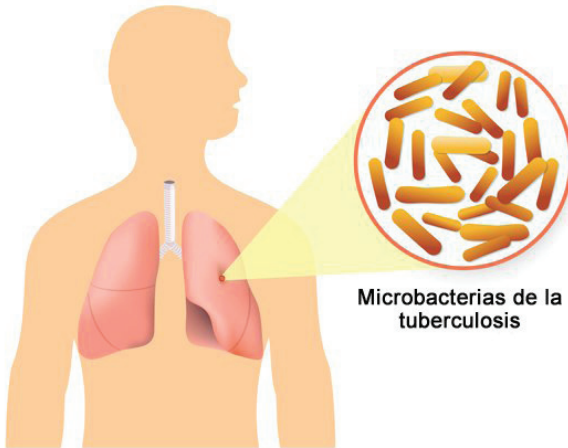
# วัณโรค

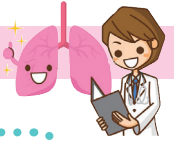
(Tuberculosis) หรือ TB

วัณโรค มีได้เป็นโรคที่ถ่ายทอดทางกรรมพันธุ์ แต่เป็นโรคติดต่อที่เกิดจากเชื้อแบคทีเรียชื่อ มัยโคแบคทีเรียม ทูเบอร์คูโลซิส (Mycobacterium Tuberculosis) มีรูปร่างเป็นแท่ง มีขนาดเล็กมากมองด้วยตาเปล่าไม่เห็น ต้องย้อมสีด้วยวิธีพิเศษ และดูด้วยกล้องจุลทรรศน์ขยายจึงจะเห็นตัวเชื้อวัณโรค

วัณโรค สามารถเป็นได้กับอวัยวะทุกส่วนของร่างกาย เช่น ปอด ลำไส้ ไต กระดูก ผิวหนัง ต่อม้ำเหลือง และเยื่อหุ้มสมอง แต่ที่พบบ่อยและเป็นปัญหามากในปัจจุบันคือ วัณโรคปอด

## TUBERCULOSIS





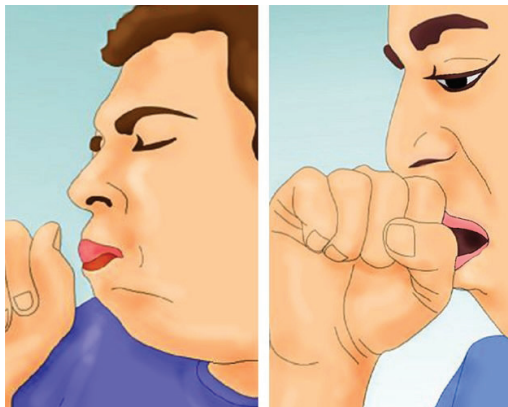
# วัณโรค...

## ติดต่อได้อย่างไร

เชื้อวัณโรคติดต่อโดยการแพร่กระจายจากคนหนึ่งไปสู่อีกคนหนึ่ง ทางระบบหายใจ โดยผู้ป่วยที่มีเชื้อในเสมหะ พุด คุย ไอ จาม โดยไม่ปิดปากเชื้อวัณโรคจะลอยไปกับละออง



เสมหะที่ผู้ป่วยไอ จาม ออกมา ละอองที่มีขนาดใหญ่ จะตกลงสู่พื้นดิน ส่วนละอองขนาดเล็กจะลอยไปในอากาศ ผู้ที่สูดหายใจ



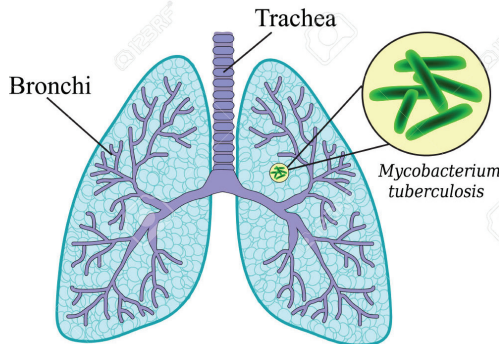
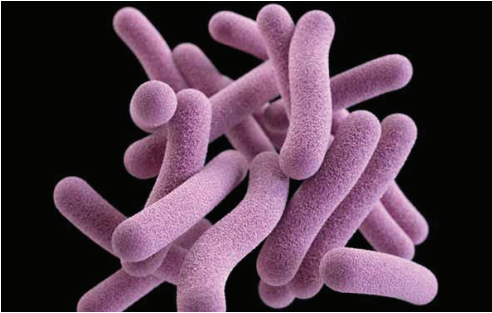


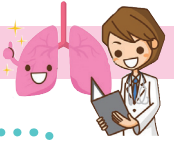


## เรียนรู้ เข้าใจ วัณโรค

เอาเชื้อวัณโรคเข้าสู่ร่างกาย ทำให้มีโอกาสติดเชื้อและป่วยเป็นวัณโรคได้ แต่ผู้ที่ได้รับเชื้อแล้ว ไม่จำเป็นต้องป่วยเป็นวัณโรคทุกคน เพราะร่างกายมีกลไกหลายอย่างที่จะต่อสู้และป้องกันเชื้อวัณโรคมีเพียงร้อยละ 10 ของผู้ที่ติดเชื้อวัณโรคเท่านั้นที่จะป่วยเป็นวัณโรค

เชื้อวัณโรคจากเสมหะที่ปลิวในอากาศโดยไม่ถูกแสงแดด จะมีชีวิตอยู่ได้นาน 8-10 วัน แสงอาทิตย์จะทำลายเชื้อวัณโรคได้ภายใน 5 นาที และจะถูกทำลายได้ในน้ำเดือด 2 นาที การทำลายเชื้อจากเสมหะที่ดีที่สุดจึงควรใช้ความร้อน เช่น การเผาทิ้ง





# วัณโรคปอด... มีอาการอย่างไร

ผู้ป่วยวัณโรคจะมีอาการหลายชนิด แต่อาการสำคัญของวัณโรคปอดคือ

- ไอติดต่อกันเกิน 2 สัปดาห์  
อาการอื่นๆที่อาจพบได้แก่
- ไอแห้งๆ หรือไอมีเสมหะหรือไอมีเสมหะปนเลือด
- เจ็บหน้าอก เหนื่อยหอบ
- มีไข้ต่ำๆ ตอนบ่ายหรือค่ำ
- เบื่ออาหาร น้ำหนักลด อ่อนเพลีย
- เหงื่อออกผิดปกติตอนกลางคืน





รู้ได้อย่างไรว่าเป็น...

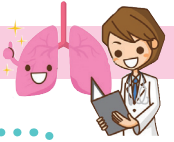
## วัคซีนปอด

- การตรวจเสมหะด้วยกล้องจุลทรรศน์  
เป็นวิธีที่สามารถบอกได้แน่นอนว่า ผู้ป่วยเป็นวัณโรค ปอดเพราะสามารถมองเห็นเชื้อวัณโรคปอดในเสมหะได้ การตรวจเสมหะเพื่อหาเชื้อวัณโรคควรตรวจ 2 ครั้ง

- การเอกซเรย์  
การเอกซเรย์ปอดอย่างเดียว ไม่สามารถบอกได้แน่นอนว่าผู้ป่วยเป็นวัณโรคปอด ต้องได้รับการตรวจเสมหะร่วมด้วย

- การเพาะเชื้อวัณโรค  
ในรายที่สงสัยว่าเป็นวัณโรค แต่ตรวจเสมหะไม่พบเชื้อ





## เมื่อไรควรไปตรวจ... หาเชื้อวัณโรค

- ไอติดต่อกันเกิน 2 สัปดาห์
- มีไข้ต่ำๆ ตอนบ่ายหรือค่ำ
- เบื่ออาหาร น้ำหนักลด อ่อนเพลีย
- เหงื่อออกตอนกลางคืน
- เมื่อมีญาติหรือผู้ใกล้ชิดป่วยเป็นวัณโรคปอด
- ตรวจสุขภาพประจำปี กรณีที่ไม่มีอาการ แต่ถ้ามีภาวะภูมิคุ้มกันต่ำ/ผู้ที่ได้รับยากดภูมิคุ้มกัน เช่น เป็นโรคเบาหวาน ติดสารเสพติดหรือติดเชื้อเอชไอวีควรตรวจทุก 3-6 เดือน เพื่อใช้ในการประกอบการขอใบรับรองแพทย์



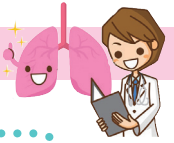


## ปัจจัยสำคัญของการป่วยเป็น... วัณโรค



- อยู่ร่วมกับผู้ป่วยวัณโรคที่ยังไม่ได้รับการรักษา เช่น พักอาศัยบ้านเดียวกันหรือทำงานร่วมกัน
- ผู้ติดเชื้อเอชไอวีหรือป่วยเป็นโรคเอดส์
- ผู้ป่วยโรคเรื้อรัง เช่น โรคเบาหวาน โรคตับ หรือโรคไต เป็นต้น
- ผู้ที่รับประทานยากดภูมิคุ้มกันนานๆ เช่น ยากลุ่ม สเตียรอยด์
- การจัดลักษณะที่อยู่อาศัยหรือที่ทำงาน ที่ใช้เครื่องปรับอากาศตลอดเวลา หรือสภาพแวดล้อม ที่อากาศถ่ายเทไม่สะดวกหรือชุมชนแออัด
- การสูบบุหรี่ ดื่มสุรา และการเสพสารเสพติด
- ทำงาน และดูแลผู้ป่วยวัณโรค

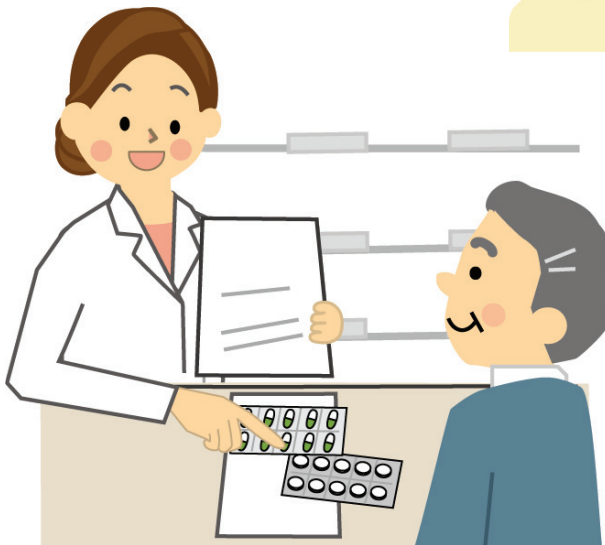




ควรปฏิบัติตัวอย่างไร...

## ขณะป่วยและรักษา

- กินยาตามชนิดและขนาดที่แพทย์สั่งอย่างต่อเนื่อง  
สม่ำเสมอ และพบแพทย์ตามนัดทุกครั้ง จนกว่าแพทย์สั่งหยุดยา
- เมื่อกินยาประมาณ 2 สัปดาห์ อาการจะดีขึ้น  
ห้ามหยุดยาเป็นอันขาด จะทำให้เชื้อวัณโรคื้อยา รักษาหายยาก
- ใช้ผ้าปิดปากและจมูกเวลาไอหรือ  
จาม เพื่อป้องกันมิให้เชื้อแพร่กระจายไปสู่ผู้อื่น
- ควรงดเหล้า บุหรี่ และสารเสพติด  
ทุกชนิด

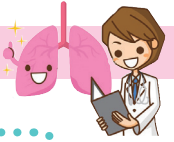




## เรียนรู้ เข้าใจ วัคซีน

- บ้วนเสมหะลงในภาชนะหรือกระป๋อง แล้วเทลงในส้วม ฝังดิน หรือนำไปเผา
- จัดสถานที่พักอาศัยให้อากาศถ่ายเทสะดวก แสงแดดส่องถึงและหมั่นนำเครื่องนอนออกตากแดด
- กินอาหารได้ทุกชนิดที่มีประโยชน์ และพักผ่อนให้เพียงพอ
- ควรนำผู้สัมผัสใกล้ชิดร่วมบ้านหรือผู้ใกล้ชิดกับผู้ป่วย โดยเฉพาะเด็ก ไปรับการตรวจร่างกายตามโรงพยาบาล หรือสถานบริการสาธารณสุขใกล้บ้านทุกแห่ง





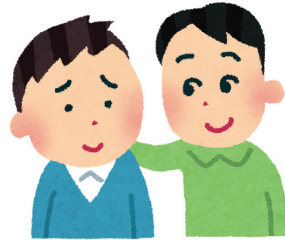
# DOT

## กับการรักษาวัณโรค

(Directly Observed Treatment) เป็นการรักษาวัณโรค แบบมีพี่เลี้ยงคอยดูแลผู้ป่วยโดยพี่เลี้ยงจะต้อง

- ดูแล กำกับการกินยาของผู้ป่วยวัณโรค พร้อมบันทึกการกินยาของผู้ป่วยวัณโรค

- ให้กำลังใจให้ผู้ป่วยกินยาครบตามกำหนดการรักษา



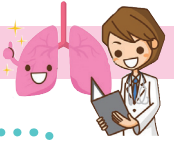




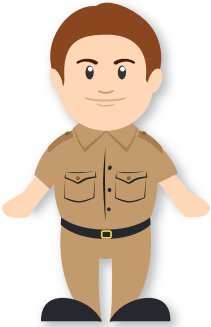
## เรียนรู้ เข้าใจ วัคซีนโรค

- แนะนำการปฏิบัติตนในการรักษาวัคซีนโรค รวมถึงการแนะนำเมื่อผู้ป่วยเกิดอาการข้างเคียงหรืออาการแพ้ยา
- หมั่นย้ำเรื่องการดูแลสุขภาพของผู้ป่วย เช่น ไม่ดื่มเหล้า ไม่สูบบุหรี่
- รักษาความลับของผู้ป่วย ไม่พูดคุยเรื่องการรักษาวัคซีนโรคให้ผู้อื่นรู้
- ให้ข้อมูลผู้ป่วยแก่เจ้าหน้าที่สาธารณสุข เช่น ความสม่ำเสมอในการกินยา
- อาการทั่วไป ปัญหาที่พบมีความรู้เกี่ยวกับวัคซีนโรค เช่น อาการการแพร่กระจายของเชื้อวัคซีนโรค การรักษา การป้องกัน





# ใครควรจะเป็น พี่เลี้ยงได้บ้าง



- เจ้าหน้าที่สาธารณสุข
- ผู้นำชุมชน อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน
- ญาติหรือสมาชิกในครอบครัว (โดยต้องมีเจ้าหน้าที่สาธารณสุขเยี่ยมบ้านเพื่อดูแลเป็นระยะๆ)





## อาการข้างเคียงที่อาจพบ จากการกักยารักษาวัคซีนโรค

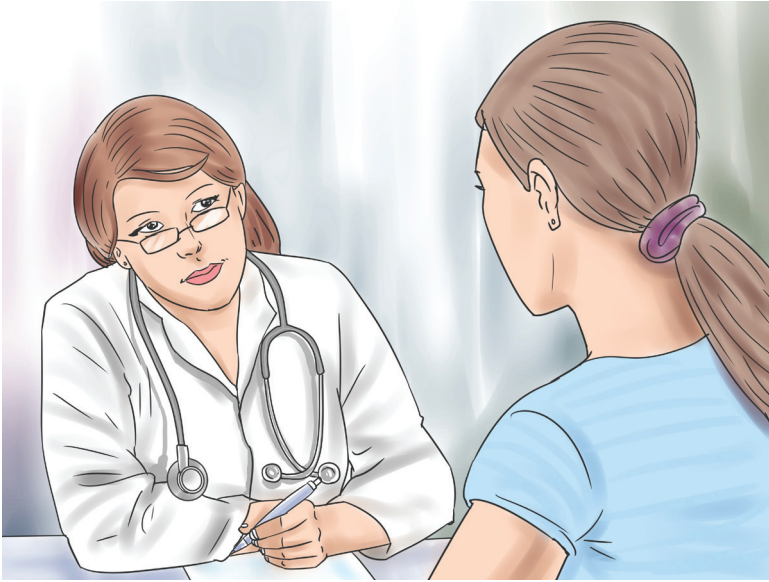
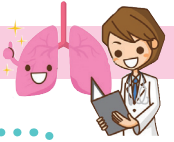


- ไข้คันตามตัว
- คลื่นไส้ อาเจียน วิงเวียนศีรษะ
- ปวดข้อ
- หูอื้อ
- อาการตามัว

- ตัวเหลือง ตาเหลือง  
(ตับอักเสบ)

- ซึมเศร้า โรคจิต





### อาการแบบไม่รุนแรง

ผื่นคันเล็กน้อย อาการเบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน  
ชาตามปลายมือปลายเท้า ปวดข้อ ส่วนใหญ่ไม่เป็นอันตราย  
พุดีให้กำลังใจผู้ป่วยกินยาต่อไป พร้อมกับให้ยารักษาตาม  
อาการ

### อาการรุนแรง

มีผื่นเป็นเม็ดแดงนูนเต็มตัว หูตึงหูอื้อ เดินเซ  
ตัวเหลือง ตาเหลือง ตาแมว สับสน อาการทางจิต ให้หยุดยา  
แล้วแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและไปพบแพทย์

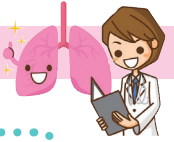


## วัณโรค รักษาหายได้

ปัจจุบันมียารักษาวัณโรคที่มีประสิทธิภาพสูง

- หากกินยาอย่างต่อเนื่อง และสม่ำเสมอใช้เวลาเพียง 6-8 เดือนเท่านั้น (ในอดีตใช้เวลารักษานาน 1 ปี 6 เดือน ถึง 2 ปี) โดยการรักษาแบบมีผู้คอยกำกับดูแลการกินยา ผู้ป่วยตามขนาดทุกมื้อให้ครบถ้วน คอยให้กำลังใจและให้คำแนะนำ (การรักษาแบบมีพี่เลี้ยงหรือ DOT)
- ผู้ป่วยวัณโรค หากได้รับการรักษาไม่ถูกต้อง ขาดยา หรือกินยาไม่ต่อเนื่อง จะทำให้เชื้อวัณโรคดื้อยา ทำให้ยากต่อการรักษา และอาจแพร่เชื้อวัณโรคดื้อยาสู่ผู้อื่นได้





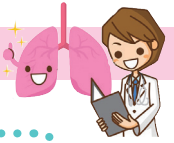
## อาการอย่างไรที่แสดงว่า ดีขึ้นจากการรักษาวันโรค

- อาการไอลดลง
- อาการมีไข้ลดลง
- น้ำหนักเพิ่มขึ้น

### อาการดีขึ้นแล้วหยุดยาได้ไหม?

ผู้ป่วยวัณโรคจะมีแผลและเชื้อวัณโรคอยู่ในปอด การรักษาวัณโรคในปัจจุบันไม่ซับซ้อนยุ่งยาก เพียงแต่กินยาตามที่แพทย์แนะนำทุกวัน อาการต่างๆจะดีขึ้นภายใน 2 สัปดาห์ อย่างไรก็ตามอย่าหยุดกินยาเป็นอันขาด เพราะเชื้อวัณโรคในปอดยังไม่หมดไป การหยุดกินยาหรือกินไม่ครบอาจทำให้เชื้อวัณโรคดื้อยา ซึ่งจะยากลำบากในการรักษามากขึ้นอีก และอาจรักษาไม่หายก็ได้

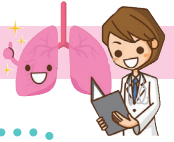




# รักษาวัณโรคเพื่อใคร

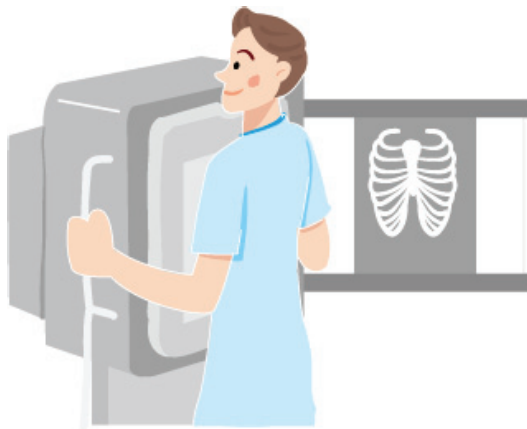
- เพื่อตัวคุณเอง
- เพื่อคนที่คุณรัก
- เพื่อครอบครัว
- เพื่อเพื่อนสนิทและคนใกล้ชิด
- เพื่อชุมชนและสังคม
- เพื่อทุกคนปลอดภัย





## ควรปฏิบัติตัวอย่างไร... ไม่ให้ป่วยเป็นวัณโรค

- ควรตรวจเช็คร่างกาย โดยการเอกซเรย์ปอด อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง
- นำเด็กแรกเกิดไปรับการฉีดวัคซีนบีซีจีที่โรงพยาบาล ทุกแห่งหรือสถานบริการ สาธารณสุขใกล้บ้าน
- หากมีอาการสงสัย ป่วยเป็นวัณโรค ควรรีบไปตรวจ ร่างกายที่โรงพยาบาลของรัฐ ทุกแห่งหรือสถานบริการ สาธารณสุขใกล้บ้าน







## เรียนรู้ เข้าใจ วัณโรค

- รักษาสุขภาพให้แข็งแรง โดยการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และกินอาหารที่มีประโยชน์

- หลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยง ต่อการติดเชื้อเอชไอวี ซึ่งจะทำให้ภูมิคุ้มกัน ของร่างกายเสื่อมลง มีโอกาสป่วยเป็น วัณโรคได้ง่ายขึ้น

- หลีกเลี่ยงสถานที่แออัด

- เด็กเล็กและคนชราไม่ควร

คลุกคลีกับผู้ป่วยวัณโรค



- ถ้ามีผู้ป่วยวัณโรค อยู่ในบ้าน ควรเอาใจใส่ ดูแล ให้กินยาอย่าง สม่ำเสมอ อย่าให้ขาด ยาจนครบมาตรฐาน การรักษา





## วัคซีนในเด็ก

โดยทั่วไปเรามักจะคิดว่าวัคซีนจะต้องเกิดกับผู้ใหญ่ หรือผู้สูงอายุเท่านั้น จริงๆ แล้ว เด็กก็เป็นวัคซีนได้ แม่จะพบไม่บ่อยนัก แต่ก็มีแนวโน้มมากขึ้นเรื่อยๆ ถึงแม้ว่าลูกเคยฉีดวัคซีนบีซีจี (BCG) ป้องกันวัณโรคนั้น จะไม่สามารถป้องกัน วัณโรคได้ร้อยเปอร์เซ็นต์ วัณโรคในเด็กนั้น การวินิจฉัยทำได้ยากกว่าผู้ใหญ่ เพราะโอกาสจะตรวจพบเชื้อมีน้อย การวินิจฉัย ส่วนใหญ่จึงต้องใช้อาการทางคลินิกประวัติสัมผัสโรค ภาพรังสี ทรวงอกที่ผิดปกติเข้าได้กับวัณโรค ตลอดจนการทดสอบทางผิวหนังด้วยน้ำยาทูเบอร์คูลิน

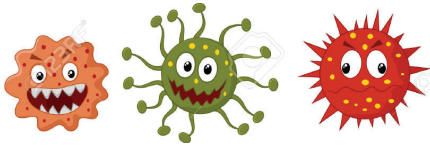


ดังนั้น ควรพาเด็กที่สัมผัสร่วมบ้านกับผู้ป่วย วัณโรค รับการตรวจ ถ้าพบว่าเป็น วัณโรคจะได้รับการรักษาต่อไป



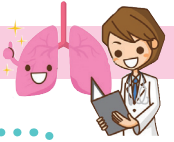
## วัคซีนกับเอดส์ มีความสัมพันธ์กันอย่างไร?

- การติดเชื้อเอชไอวี ทำให้ภูมิคุ้มกันบกพร่อง โอกาสป่วยเป็นวัณโรคได้รวดเร็วและรุนแรงมากกว่าผู้ที่ไม่ติดเชื้อเอชไอวี
- วัณโรคเป็นโรคติดเชื้อฉวยโอกาส ที่เป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับหนึ่งในผู้ป่วยเอดส์
- ผู้ติดเชื้อเอชไอวี ที่ป่วยเป็นวัณโรค มีสถิติการ



เสียชีวิตมากกว่าผู้ติดเชื้อเอชไอวีที่ไม่ป่วยเป็นวัณโรค





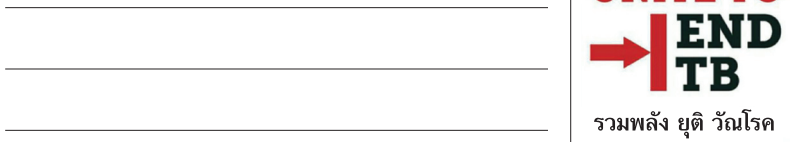
## บริการรักษาปัญหาสุขภาพ และรับการตรวจรักษาวัณโรคได้ที่

- สถานตรวจโรคปอดบางโคล่ สำนักวัณโรค  
ถนนสุขประเสริฐ เขตบางคอแหลม กรุงเทพฯ โทร.  
0-2272-2279
- สมาคมปราบวัณโรคแห่งประเทศไทย ใน  
พระบรมราชูปถัมภ์ ถนนพหลโยธิน เขตพญาไทย  
กรุงเทพฯ โทร. 0-2279-1354
- สถานบริการสาธารณสุขใกล้บ้าน
- โรงพยาบาลทุกแห่งทั่วประเทศ





บันทึก...



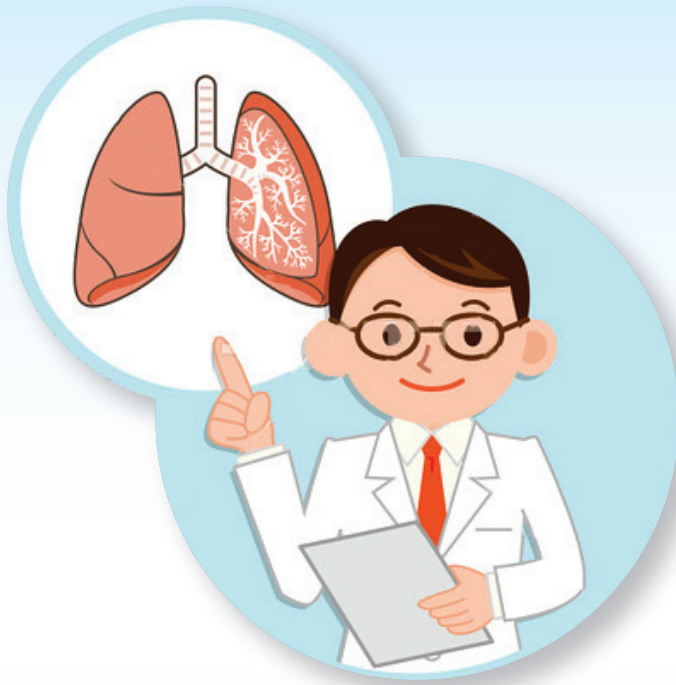
A series of horizontal lines for writing, starting from the top left and extending across the page.











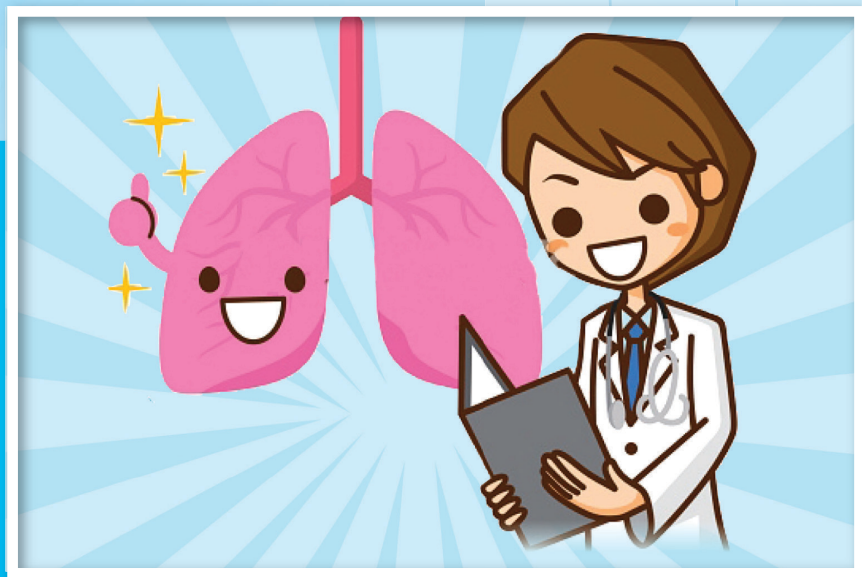
# เรียนรู้ เข้าใจ วัณโรค



กรมควบคุมโรค  
Department of Disease Control

UNITE TO  
→ END  
TB

ตามหลัง ยุติ วัณโรค



เรียนรู้ เข้าใจ วัณโรค

UNITE TO  
→ END  
TB

รวมพลัง ยุติ วัณโรค

จัดพิมพ์และเผยแพร่โดย  
สำนักวัณโรค กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข  
โทร. 0-2212-2279