

# ไขหวัดใหญ่ ป้องกันได้ด้วยวัคซีน

สำหรับ  
ประชาชน



## ไขหวัดใหญ่ ป้องกันได้ด้วย“วัคซีน”

ไขหวัดใหญ่ เกิดจากการติดเชื้อไวรัสอินฟลูเอนซ่า ซึ่งมีการระบาดเป็นช่วงๆ ในหน้าฝนและหน้าหนาว เป็นเชื้อที่มีโอกาสกลายพันธุ์เป็นสายพันธุ์ที่รุนแรงได้ สามารถแพร่กระจายเชื้อได้ทางการหายใจ ไอ จาม อาการโดยทั่วไป จะคล้ายไข้หวัดจากเชื้ออื่นๆ แต่มีโอกาที่จะมีอาการรุนแรง และเกิดโรคแทรกซ้อนได้มากกว่า ผู้ป่วยจะมีน้ำมูกไหล ไอ เจ็บคอ มีไข้สูง ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย ปวดเมื่อยตามตัว โดยทั่วไปจะมีอาการ 2-3 วัน แต่บางรายอาจมีอาการรุนแรง เช่น ปอดบวม และจำเป็นต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล



## ประชาชนกลุ่มใดควรได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคไขหวัดใหญ่

- 1\* ผู้ที่มีโรคเรื้อรัง ได้แก่ ปอดอุดกั้นเรื้อรัง หอบหืด หัวใจ หลอดเลือดสมอง ไตวาย มะเร็งที่กำลังให้เคมีบำบัดเบาหวาน
- 2\* บุคคลที่อายุ 65 ปีขึ้นไป
- 3\* หญิงมีครรภ์ อายุครรภ์ 4 เดือนขึ้นไป
- 4\* เด็กอายุ 6 เดือน ถึง 2 ปี
- 5\* ผู้พิการทางสมอง ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้
- 6 โรคลำไส้ซีเมีย หรือภูมิคุ้มกันบกพร่อง (รวมถึงผู้ติดเชื้อเอชไอวีที่มีอาการ)
- 7\* ผู้มีน้ำหนักตั้งแต่ 100 กิโลกรัม หรือดัชนีมวลกายตั้งแต่ 35 กิโลกรัม ต่อ ตารางเมตร

\* ในปี 2557 ภาครัฐสนับสนุนการให้วัคซีน โดยเน้นกลุ่มที่ 1 - 4



## “วัคซีน” ต้องฉีดซ้ำหรือไม่

วัคซีนไขหวัดใหญ่สามารถฉีดได้ตลอดปี วัคซีนนี้ต้องฉีดซ้ำทุก 1 ปี ถ้าต้องการป้องกันอย่างต่อเนื่อง สำหรับเด็กอายุต่ำกว่า 9 ปี ที่รับการฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่เป็นปีแรก ควรได้รับ 2 เข็ม โดยเข็มที่ 2 ห่างจากเข็มแรก 1 เดือน ช่วงเวลาที่เหมาะสมในการฉีดวัคซีน คือ ก่อนฤดูฝน (เดือนพฤษภาคม) และก่อนฤดูหนาว (เดือนตุลาคม) เนื่องจากเป็นช่วงที่เริ่มมีการระบาด

## สังเกตอาการข้างเคียง

วัคซีนป้องกันโรคไขหวัดใหญ่อาจมีอาการบวมแดงบริเวณที่ฉีด มีไข้ ปวดเมื่อย มักจะเริ่มไม่นานหลังฉีด อาการดังกล่าวควรหายภายใน 1-2 วัน การแพ้ถึงขั้นเป็นอันตรายต่อชีวิตมีน้อยมาก ถ้าหากเกิดขึ้นจะปรากฏภายใน 2 นาที ถึง 3 ชั่วโมงหลังฉีด โดยอาจมีอาการหายใจเสียงดัง ลมพิษ ชีตขาว อ่อนเพลีย หัวใจเต้นเร็ว วิงเวียนศีรษะ หน้ามืด เป็นลม หหมดสติ

กรณีเป็นหวัดเล็กน้อย ไม่มีไข้ สามารถรับการฉีดวัคซีนได้



- ### ใครไม่ควรฉีดหรือควรเลื่อนการฉีดวัคซีน
- เด็กอายุน้อยกว่า 6 เดือน
  - คนที่มีประวัติแพ้ไข่ไก่หรือไข่ไก่อย่างรุนแรง เพราะวัคซีนผลิตในไข่ไก่
  - ผู้ที่เคยฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่แล้วมีอาการแพ้อย่างรุนแรง
  - มีไข้หรือเจ็บป่วยเฉียบพลันหรือโรคประจำตัวมีอาการกำเริบ ควบคุมไม่ได้

## การดูแลรักษาอาการข้างเคียง

หากปวดบวมบริเวณที่ฉีด ให้ประคบด้วยผ้าเย็น หากมีไข้ให้รับประทานยาลดไข้ในขนาดที่เหมาะสม หากมีอาการรุนแรง หรือเป็นมากควรปรึกษาแพทย์ทันที และแจ้งอาการให้ทราบโดยละเอียด

## โรคไขหวัดใหญ่ ป้องกันได้ ด้วยตัวเอง

- รักษาร่างกายให้แข็งแรง และอบอุ่น
- ล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำสบู่ เป็นประจำ
- ไม่ควรใช้เครื่องใช้ส่วนตัวปะปนกับผู้อื่น
- หลีกเลี่ยงสถานที่ที่มีคนแออัด
- ไม่คลุกคลี หรือนอนร่วมกับผู้ป่วยในระยะที่มีการระบาดของโรค
- กลุ่มผู้มีความเสี่ยงสูงควรรับการฉีดวัคซีนตามกำหนดเวลาที่แพทย์แนะนำเสมอ

สำหรับประชากรกลุ่มอื่น หากต้องการป้องกันไขหวัดใหญ่ สามารถฉีดวัคซีนได้ ซึ่งวัคซีนมีประสิทธิภาพดี และมีความปลอดภัย



สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมที่สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด

ด้วยความห่วงใยในสุขภาพประชาชน จากกระทรวงสาธารณสุข

