

## ‘สังคมผู้สูงอายุ: วัคซีนที่ต้องฉีด’

**ร**าชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทย จัดกิจกรรมให้ความรู้เรื่อง “สังคมผู้สูงอายุ : วัคซีนที่ต้องฉีด” โดย ศ.นพ. วีระพงษ์ ตันพิเชียร ราชวิทยาลัย

อายุรแพทย์แห่งประเทศไทย กล่าวถึงสังคมผู้สูงอายุ : วัคซีนที่ต้องฉีด ว่า การติดเชื้อในผู้สูงอายุเป็นหนึ่งในปัญหาสำคัญทางสาธารณสุขของประเทศ เพราะเมื่อผู้สูงอายุมีการติดเชื้อ โดยเฉพาะผู้ที่มีโรคประจำตัวร่วมด้วย เช่น เบาหวาน โรคหัวใจ โรคปอดเรื้อรัง หรือป่วยเป็นมะเร็ง จะมีความเสี่ยงต่อความพิการหรือเสียชีวิตได้ ประกอบกับสังคมไทยกำลังจะก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ซึ่งมีประชากรสูงอายุมากกว่าประชากรเด็ก และวัยทำงาน ซึ่งหมายถึงว่าจะเกิดภาวะพึ่งพา โดยเฉพาะด้านสาธารณสุขมากขึ้น ดังนั้นการให้ความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพในผู้สูงอายุและการป้องกันโดยการฉีดวัคซีน จึงเป็นปัจจัยสำคัญที่จะช่วยลดภาระทุกขั้วรวมทั้งความเจ็บป่วยและลดภาระค่าใช้จ่ายด้านการรักษาพยาบาลอีกด้วย

ศ.นพ.วีระพงษ์เปิดเผยว่า ปัจจุบันการให้วัคซีนป้องกันโรคแก่ผู้สูงอายุและผู้ที่มีโรคเรื้อรังได้รับการสนับสนุนในหลายประเทศ แต่สำหรับประเทศไทยยังพบว่าอัตราการให้วัคซีนเพื่อป้องกันโรคในผู้สูงอายุหรือผู้ที่มีโรคเรื้อรังอยู่ในอัตราที่ต่ำ ซึ่งอาจมีสาเหตุมาจากแพทย์และผู้สูงอายุไม่เข้าใจ ถึงความสำคัญของการป้องกันโรคที่มีความรุนแรง ดังนั้นคนในครอบครัวคือจุดเริ่มต้นสำคัญที่จะช่วยลดผู้สูงอายุในบ้านให้มีสุขภาพที่แข็งแรงด้วยปัจจัยพื้นฐาน และการสนับสนุนการป้องกันโรคติดเชื้อด้วยการฉีดวัคซีน เพียงเท่านี้ สังคมสูงอายุก็จะมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นได้ ในปัจจุบันวัคซีนที่แพทย์ควรพิจารณาสำหรับผู้สูงอายุและผู้ที่มีโรคเรื้อรัง ได้แก่ วัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่ ปอดบวม ซึ่งเป็นโรคที่มีความสำคัญและพบเป็นสาเหตุที่ต้องเข้าโรงพยาบาลหรือป่วยหนัก ทำให้เกิดความพิการหรือเสียชีวิต นอกจากนี้ การฉีดวัคซีนเพื่อป้องกันโรคติดเชื้อที่พบได้ในผู้สูงอายุ เช่น วัคซีนป้องกันบาดทะยักคอตีบ วัคซีนป้องกันงูสวัด ก็มีความสำคัญเช่นกัน



โรคไข้หวัดใหญ่เกิดจากเชื้อไวรัสติดต่อโดยการหายใจหรือการสัมผัสของที่ปนเปื้อนเชื้อ โดยทั่วไปอาการไม่รุนแรงและหายได้เอง แต่ผู้สูงอายุ ผู้ที่มีโรคประจำตัวเรื้อรัง เช่น เบาหวาน หอบหืด ถุงลมโป่งพอง โรคหัวใจ โรคไตวายเรื้อรัง และผู้ที่มีภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่องหรือได้รับยากดภูมิคุ้มกันหรือหญิงตั้งครรภ์ อาจมีอาการรุนแรงหรือมีภาวะแทรกซ้อน เช่น ปอดบวม ทำให้ต้องเข้ารักษาในโรงพยาบาลและอาจเสียชีวิตได้ การป้องกันการติดเชื้อไข้หวัดใหญ่ทำได้โดยการรักษานาฬิกาส่วนบุคคล การล้างมือและการฉีดวัคซีน ซึ่งสามารถป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อน ลดการเข้ารับรักษาตัวในโรงพยาบาล

โรคไข้หวัดใหญ่เกิดจากเชื้อไวรัสติดต่อโดยการหายใจหรือการสัมผัสของที่ปนเปื้อนเชื้อ โดยทั่วไปอาการไม่รุนแรงและหายได้เอง แต่ผู้สูงอายุ ผู้ที่มีโรคประจำตัวเรื้อรัง เช่น เบาหวาน หอบหืด ถุงลมโป่งพอง โรคหัวใจ โรคไตวายเรื้อรัง และผู้ที่มีภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่องหรือได้รับยากดภูมิคุ้มกันหรือหญิงตั้งครรภ์ อาจมีอาการรุนแรงหรือมีภาวะแทรกซ้อน เช่น ปอดบวม ทำให้ต้องเข้ารักษาในโรงพยาบาลและอาจเสียชีวิตได้ การป้องกันการติดเชื้อไข้หวัดใหญ่ทำได้โดยการรักษานาฬิกาส่วนบุคคล การล้างมือและการฉีดวัคซีน ซึ่งสามารถป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อน ลดการเข้ารับรักษาตัวในโรงพยาบาล

พยาบาลเนื่องจากปอดบวมและลดการเสียชีวิตได้ แนะนำให้ฉีดวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่ โดยฉีดเข้ากล้ามเนื้อบริเวณต้นแขนปีละ 1 ครั้งทุกปี นอกจากนี้ยังควรฉีดวัคซีนแก้มุคผลซึ่งใกล้เคียงกับผู้สูงอายุหรือกลุ่มผู้มีปัจจัยเสี่ยงสูงกล่าวข้างต้น เช่น ผู้ดูแลผู้สูงอายุ เพราะมีโอกาสแพร่เชื้อให้ผู้ที่มีปัจจัยเสี่ยงสูงเมื่อตนเองป่วย ผู้สูงอายุที่มี

การติดเชื้อใช้หวัดใหญ่จะมีความเสี่ยงต่อการเกิด การติดเชื้อปอดบวม โดยเฉพาะการติดเชื้อแบคทีเรีย นิวโมค็อกคัส มักต้องเข้ารับการรักษาตัวในโรงพยาบาล และบางรายมีอาการรุนแรง มีการติดเชื้อในกระแสโลหิตหรือเสียชีวิต ปัจจุบันมีวัคซีนสำหรับป้องกันปอดบวมที่เกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรีย นิวโมค็อกคัส โดยแนะนำให้ฉีดแก่ผู้ที่มีความเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อปอดบวมรุนแรงดังกล่าวข้างต้น การฉีดวัคซีนอาจมีผลข้างเคียง แต่มักไม่รุนแรงและมักเป็นอาการเฉพาะที่ เช่น ปวด บวมแดง บริเวณที่ฉีดและหายได้ภายใน 2-3 วัน

ศ.นพ.วีระพงษ์กล่าวต่อว่า การกระตุ้นภาครัฐและภาคประชาชนเตรียมพร้อมรับมือสังคมผู้สูงอายุ โดยเฉพาะการป้องกันโรคเป็นสิ่งสำคัญ ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทย และสมาคมโรคติดเชื้อแห่งประเทศไทย ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของปัญหาดังกล่าว จึงได้จัดทำ “แนวทางการให้วัคซีนในผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ” เพื่อเผยแพร่ความรู้และสร้างความเข้าใจให้กับแพทย์และประชาชนเกี่ยวกับการฉีดวัคซีนในผู้สูงอายุ และผู้ที่มีโรคเรื้อรังอย่างถูกต้องและเหมาะสม สร้างความตระหนักในการดูแลเอาใจใส่ผู้ป่วยและผู้สูงอายุผู้ในครอบครัว ในด้านการป้องกันโรคและผลักดันภาครัฐ สังคม และเอกชน ให้เห็นความสำคัญในการสนับสนุนการให้วัคซีนแก่ผู้สูงอายุ ซึ่งปัจจุบันสถานเสาวภา สภากาชาดไทย ได้มีการจัดทำโปรแกรม “สถานเสาวภา” เพื่อให้แพทย์และประชาชนทั่วไปสามารถรับรู้ถึงวัคซีนที่จำเป็นสำหรับผู้สูงอายุหรือผู้ที่มีโรคเรื้อรังที่ควรได้รับการฉีดตามคำแนะนำดังกล่าว ซึ่งสามารถเข้าใช้โปรแกรมได้โดยผ่านทาง QR Code หรือ <http://medschedule.md.chula.ac.th/vaccine>.