

เตสิพิวส์

ฉบับที่ 23,284 วันเสาร์ที่ 13 กรกฎาคม พ.ศ. 2556 หน้า 28

มาดูแลและป้องกันโรคตับอักเสบเรื้อรังจากไวรัสตับอักเสบบี



กรมอนามัย
ไทยปัญหาสุขภาพ

ต อเนื่องจากฉบับที่แล้ว แฟนคอลัมน์ก็ คงจะทราบถึงสาเหตุการเกิดโรคตับอักเสบบีเรื้อรังจากไวรัสตับอักเสบบีกันไปแล้ว ฉบับนี้..เรามาร่วมดูแลและป้องกันโรคตับอักเสบบีเรื้อรังจากไวรัสตับอักเสบบีกันดีกว่า โดยเฉพาะอย่างยิ่งการป้องกันด้วยการฉีดวัคซีน จะเป็นอย่างไร มีข้อห้ามและการปฏิบัติตัวอย่างไร ติดตามกันต่อได้เลย

สำหรับการดูแลและป้องกันโรคตับอักเสบบีเรื้อรังจากไวรัสตับอักเสบบี ผู้ที่ตรวจพบว่ามีเชื้อไวรัสตับอักเสบบี แม้ว่าจะมีเอนไซม์ตับปกติ แต่ก็ควรได้รับการติดตามว่าพบเชื้ออีกหรือไม่ทุก ๆ 3-6 เดือน โดยในการตรวจนับจำนวนไวรัสตับอักเสบบี และการตรวจดีเอ็นเอ ถือว่ามีความจำเป็นเพื่อประกอบการประเมินโรคอย่างมาก

นอกจากนี้ควรมีการติดตามแอลฟาฟีโตโปรตีน (Alpha-fetoprotein) และทำการอัลตราซาวด์ตับทุก ๆ 6 เดือนในผู้ที่มีความเสี่ยงสูงของการเกิดโรคมะเร็งตับ ได้แก่ ชายอายุ 40 ปีขึ้นไป หญิงอายุ 50 ปีขึ้นไป ที่เป็นโรคตับแข็ง มีคนในครอบครัวเป็นมะเร็งตับ ในกลุ่มผู้ที่มีอายุ 40 ปีขึ้นไปที่มีเอนไซม์ตับและหรือจำนวนไวรัสตับอักเสบบีสูง ควรหลีกเลี่ยงการรับประทานถั่วลิสงหรือพริกป่นบด เนื่องจากอาจมีเชื้อราอะฟลาทอกซินปนเปื้อน ที่อาจเพิ่มความเสี่ยงของการเกิดมะเร็งตับได้




(ต่อด้านหลัง)

ส่วนในผู้ที่มีเชื้อไวรัสตับอักเสบบี ผู้ที่เป็นพาหะของไวรัสตับอักเสบบี หรือเป็นโรคตับอักเสบริ่งจากไวรัสตับอักเสบบี ไม่ควรดื่มสุราหรือใช้ยาสมุนไพร ทั้งยังให้ระมัดระวังการใช้ยาที่เป็นพิษต่อตับ ซึ่งสามารถใช้ยาลดไข้แก้ปวดได้โดยไม่ใช้ยาเกินขนาด ไม่บริจาคโลหิต ระวังการติดต่อโรคให้ผู้อื่น เช่น จากแม่ไปสู่ลูก การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกัน พยายามไม่ให้สารคัดหลั่งสัมผัสบาดแผลของผู้อื่น ควรแจ้งให้สูติ-นรีแพทย์ทราบเมื่อไปฝากครรภ์ พักผ่อนให้เพียงพอ และติดตามการรักษากับแพทย์อย่างสม่ำเสมอในกรณีที่ได้รับการรักษาด้วยยาต้านไวรัสตับอักเสบบี

การป้องกันโรคไวรัสตับอักเสบบี (HBV) เมื่อเชื้อไวรัสตับอักเสบบีอยู่ในอากาศภายนอกที่มีอุณหภูมิปกติ เชื้อจะมีชีวิตอยู่ได้นาน 7 วัน โดยเชื้อสามารถติดต่อจากแม่สู่ลูกได้ในระหว่างตั้งครรภ์และการคลอดบุตร การติดเชื้อไวรัสตับอักเสบบีในเด็ก ระยะต้นอาจเกิดจากเชื้อไวรัสตับอักเสบบี จากเลือด หรือสารคัดหลั่งที่มีเชื้อชนิดนี้ไปสัมผัสกับบาดแผลตามร่างกาย ส่วนการติดต่อทางเพศสัมพันธ์เป็นสาเหตุส่วนใหญ่ของการติดเชื้อไวรัสตับอักเสบบีในประเทศที่พัฒนาแล้ว แต่ในประเทศที่กำลัง



พัฒนาพบว่ามีความชุกของเชื้อไวรัสชนิดนี้ค่อนข้างสูง มักมีการติดต่อจากแม่สู่ลูกหรือได้รับเชื้อในวัยเด็กระยะต้น การป้องกันการติดเชื้อมีประสิทธิภาพทำได้โดยการมีเพศสัมพันธ์แบบปลอดภัย มีสุขอนามัยที่ดี มีการตรวจหาไวรัสตับอักเสบบีในเลือดทุกถุง และปฏิบัติตามหลักการปลอดภัยที่แพทย์แนะนำ

ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2523 เป็นต้นมา พบว่าการใช้วัคซีนป้องกันไวรัสตับอักเสบบีนั้น วัคซีนมีประสิทธิภาพในการป้องกันโรคมากถึงร้อยละ 95 และจัดเป็นวัคซีนตัวแรกที่สามารถป้องกันโรคมะเร็งได้ วัคซีนป้องกันโรคไวรัสตับอักเสบบีจะฉีดเข้ากล้ามเนื้อโดยห่างจากเข็มแรก 1 เดือน และ 6 เดือน ผู้ที่ทราบว่าตนเองมีเชื้อไวรัสตับอักเสบบี ควรหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกัน ให้คู่ของตนเองไปฉีดวัคซีนให้มีภูมิคุ้มกันก่อนแต่งงาน และหลีกเลี่ยงการบริจาคโลหิต อวัยวะ และสารคัดหลั่งของร่างกาย

(ต่อด้านหลัง)

ในส่วนของวัคซีนป้องกันไวรัสตับอักเสบบี คำถามว่าใครควรได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคไวรัสตับอักเสบบี? ต้องบอกว่า ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2534 องค์การอนามัยโรคมีนโยบายให้โรงพยาบาลทุกแห่งมีการฉีดวัคซีนป้องกันโรคไวรัสตับอักเสบบีแก่ทารกแรกเกิดทุกราย เช่นเดียวกับผู้ที่อยู่ภายในบ้านเดียวกันกับผู้ที่เป็นโรคตับอักเสบบีเฉียบพลันจากไวรัสตับอักเสบบีหรือเป็นพาหะของไวรัสตับอักเสบบี รวมถึงผู้ที่มีประวัติการมีเพศสัมพันธ์ที่มีความเสี่ยง เช่น มีคู่นอนหลายคน ผู้ชายที่มีเพศสัมพันธ์กับผู้ชาย ผู้ที่เป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ รวมทั้งผู้ค้าบริการทางเพศ

สำหรับประโยชน์สำคัญของวัคซีนป้องกันโรคไวรัสตับอักเสบบีนั้น การฉีดวัคซีนป้องกันโรคไวรัสตับอักเสบบี ทำให้อุบัติการณ์ของโรคตับแข็ง มะเร็งตับในเด็กและวัยรุ่น ลดลงอย่างชัดเจน วัคซีนป้องกันโรคไวรัสตับอักเสบบี มีความปลอดภัยและมีผลข้างเคียงน้อยมาก

เมื่อฉีดวัคซีนป้องกันโรคไวรัสตับอักเสบบีครบ 3 เข็มแล้ว ควรตรวจวัดระดับภูมิต้านทาน anti-HBs ภายใน 1-3 เดือน ถ้ามีระดับภูมิต้านทานต่อไวรัสตับอักเสบบี หรือ anti-HBs มากกว่า 10 IU/L (international units per liter) ถือว่าป้องกันได้ มีผลการศึกษาพบว่าไม่จำเป็นต้องฉีดวัคซีนป้องกันไวรัสตับอักเสบบีซ้ำอีก ถ้าร่างกายเคยสร้างภูมิต้านทาน anti-HBs ขึ้นมาแล้ว ภูมิต้านทานนี้สามารถป้องกันเชื้อไวรัสตับอักเสบบีได้ตลอดชีวิต.

**รศ.พญ.อาภัสณี โสภณสฤษฏ์สุข
ภาควิชาอายุรศาสตร์
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี
มหาวิทยาลัยมหิดล**

(ต่อด้านหลัง)

(ต่อด้านหลัง)

