วัคซีนที่ผู้ใหญ่ควรฉีด

นำเสนอเมื่อ : 28 พ.ค. 2551

พญ.สมศรี ประยูรวิวัฒน์ เรียบเรียง

นับตั้งแต่กระทรวงสาธารณะสุขได้บรรจุวัคซีนพื้นฐาน หรือวัคซีนภาคบังคับไว้ในแผนสร้างเสริมภูมิคุ้มกันโรคของประเทศไทยเรา เริ่มเมื่อประมาณ 30 ปีมาแล้ว โดยค่อยๆ เพิ่มชนิดวัคซีนที่คนพบใหม่เข้าไปเรื่อยๆ จนครอบคลุมโรคสำคัญแทบทุกโรคในปัจจุบัน

ด้วยเหตุนี้ เด็กๆ แทบทุกคนล้วนได้รับวัคซีนกันถ้วนหน้า ส่งผลให้โรคติดต่อร้ายแรงชนิดต่างๆลดลงอย่างเห็นได้ชัด จนแพทย์รุ่นใหม่แทบไม่เคยเห็นโรคเหล่านี้แล้ว ตัวอย่างเช่นโรคคอตีบ ไอกรน อีกทั้งเราแทบไม่เคยเห็นผู้ที่พิการจากโรคโปลิโอในปัจจุบัน ยกเว้นก็แต่เด็กที่อยู่ไกลปืนเที่ยงตามชายแดนที่วัคซีนยังเข้าไม่ถึง หรือผู้ที่ติดโรคจากประเทศเพื่อนบ้านตามชายแดนที่ระบบระบบสาธารณะสุขยังไม่เจริญ

นับเป็นคุณูปการอันใหญ่หลวงของบรรดาผู้ค้นพบวัคซีนที่ให้คุณประโยชน์ต่อมวลมนุษยชาติ ช่วยลดอัตราเสียชีวิตและพิการในเด็กแรกคลอดจำนวนมากมายมหาศาลทั่วโลก

หลังจากใช้วัคซีนอย่างแพร่หลายมานานนับสิบปี เด็กที่ได้วัคซีนเหล่านี้เริ่มเติบโตเป็นผู้ใหญ่ เราจึงพบว่าเมื่อเวลาผ่านไป ภูมิคุ้มกันโรคที่เกิดจากการฉีดวัคซีนบางชนิดยังคงมีระดับสูงเพียงพอในการป้องกันโรค แต่สำหรับบางโรค ระดับภูมิคุ้มกันกลับค่อยๆ ลดลงจนไม่เพียงพอสำหรับการป้องกันโรคอีกต่อไป เราจึงเริ่มพบโรคเหล่านี้ประปรายในเด็กโตและผู้ใหญ่ เช่น คอตีบ ไอกรน บาดทะยัก หัด ฯลฯ เป็นเหตุให้ต้องวัคซีนกระตุ้นกันใหม่

นอกจากนี้ผู้ที่เกิดก่อนที่มีการใช้วัคซีนภาคบังคับ และไม่เคยติดเชื้อเหล่านั้นทางธรรมชาติมาก่อน เพราะเชื้อโรคที่อยู่ในธรรมชาติพลอยลดลงจากผลของการให้วัคซีนกันอย่างกว้างขวาง จึงเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ไม่มีภูมิต้านทานต่อโรคเหล่านั้น อีกทั้งปัจจุบันมีการค้นพบวัคซีนใหม่ๆ สำหรับเด็กโตและผู้สูงอายุ วัคซีนจึงไม่ใช่สิ่งที่ใช่เฉพาะเด็กเล็กอีกต่อไป หากยังมีวัคซีนสำหรับเด็กโตและผู้ใหญ่ ประกอบด้วยวัคซีนหลายชนิด ดังต่อไปนี้...

• **วัคซีนคอตีบ ไอกรน บาดทะยัก (Diphtheria-Tetanus-Pertussis vaccine ย่อว่า DTP)** ผู้ที่ไม่เคยฉีดวัคซีนรวมคอตีบ ไอกรน บาดทะยักมาก่อน ควรฉีดวัคซีนรวมชนิดสำหรับเด็กโตและผู้ใหญ่ (dTap) ซึ่งผลิตขึ้นมาเพื่อลดผลข้างเคียงของวัคซีนนี้ โดยลดขนาดของวัคซีนคอตีบลง และใช้วัคซีนไอกรนชนิดไร้เซลล์ (acellular pertussis) แนะนำให้ฉีด 1 ครั้ง โดยเฉพาะผู้ที่มีทารกแรกคลอดในบ้าน หญิงเพิ่งคลอดลูกที่ต้องดูแลทารกหลังคลอด เพื่อป้องกันการติดเชื้อเหล่านี้ในเด็กทารกที่ยังไม่มีภูมิคุ้มกันโรค สวนหญิงตั้งครรภ์และผู้ที่มีบาดแผลหรือทำงานเสี่ยงต่อการเกิดบาดทะยักที่ไม่เคยฉีดวัคซีนนี้มาก่อน ควรรับวัคซีนป้องกันคอตีบ บาดทะยักชนิดผู้ใหญ่ (dT) โดยฉีด 3 ครั้ง ครั้งที่ 2 ห่างจากครั้งแรก 1-2 เดือน และครั้งที่ 3 ห่างจากครั้งที่สอง 6-12 เดือน และฉีดกระตุ้นทุก 10 ปี เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อสู่ผู้ที่ไม่มีภูมิคุ้มกัน โดยเฉพาะเด็กเล็กซึ่งมีอัตราป่วยตายสูง สวนผู้ที่เคยฉีดวัคซีนชนิดใดชนิดหนึ่งมาก่อน ให้ฉีดต่อจนครบ 3 ครั้ง แล้วกระตุ้นทุก 10 ปี

• **วัคซีนหัด หัดเยอรมัน คางทูม (Measles-Mumps-Rubella vaccine ย่อว่า MMR)** โดยปกติผู้ที่เคยฉีดวัคซีนครบ 2 ครั้งแล้ว ไม่จำเป็นต้องฉีดซ้ำอีก เนื่องจากระดับภูมิคุ้มกันสูงเพียงพอที่จะป้องกันโรคได้ตลอดชีวิต แต่ผู้หญิงที่ยังไม่เคยป่วยเป็นโรคทั้ง 3 นี้มาก่อน รวมทั้งผู้ที่ไม่เคยได้รับวัคซีน หรือได้รับวัคซีนไม่ครบ 2 ครั้ง ควรได้รับวัคซีนรวมอย่างน้อย 1 ครั้ง หญิงวัยเจริญเจริญพันธุ์ที่ไม่เคยได้รับวัคซีนป้องกันโรคหัดเยอรมันมาก่อน ควรได้รับวัคซีนหัดเยอรมันหรือวัคซีนรวมหัด หัดเยอรมัน คางทูมอย่างน้อย 1 ครั้ง และหลีกเลี่ยงการตั้งครรภ์เป็นเวลา 3 เดือนหลังฉีดวัคซีน

• **วัคซีนอีสุกอีใส งูสวัด (Varicella vaccine)** อีสุกอีใสเป็นโรคที่ไม่รุนแรงในเด็กเล็ก แต่การติดเชื้อในหญิงมีครรภ์ช่วงก่อนคลอดอาจเป็นอันตรายต่อทารกแรกคลอด เพราะการติดเชื้อในทารกแรกคลอดมักมีภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรงและมีอัตราเสียชีวิตสูง สวนอีสุกอีใสในผู้ใหญ่อาจมีอาการรุนแรงและมีภาวะแทรกซ้อนได้ วัคซีนอีสุกอีใสสามารถป้องกันโรคได้ประมาณ 90% สวนอีก 10% ของผู้ที่ได้รับวัคซีน มีโอกาสเป็นโรคได้ แต่อาการมักไม่รุนแรงอย่างการติดเชื้อทางธรรมชาติ อีกทั้งวัคซีนยังลดการเกิดโรคงูสวัดและอาการปวดเส้นประสาทหลังเป็นงูสวัด (post-herpetic neuralgia) ได้ดวย จึงควรฉีดในผู้ที่ไม่เคยได้รับวัคซีนหรือไม่เคยเป็นอีสุกอีใสหรืองูสวัดมาก่อน โดยฉีด 2 ครั้งห่างกัน 4-8 สัปดาห์ หญิงวัยเจริญพันธุ์ควรหลีกเลี่ยงการตั้งครรภ์เป็นเวลา 1 เดือนหลังฉีดวัคซีน ผู้ที่สัมผัสโรคควรฉีดวัคซีนภายใน 72 ชั่วโมงหลังสัมผัสโรคจึงป้องกันได้ หากเกิน 5 วันไม่สามารถป้องกันโรคแต่สามารถลดความรุนแรงของโรคได้

• **วัคซีนไวรัสตับอักเสบเอ (Hepatitis A vaccine)** โรคนี้ติดต่อทางอาหารและน้ำดื่มที่ปนเปื้อนเชื้อ ในอดีตที่สุขอนามัยยังไม่ดี คนไทยส่วนใหญ่ติดเชื้อนี้ตั้งแต่ยังเด็ก ซึ่งมักมีอาการไม่รุนแรง จึงมีภูมิต้านทานโรคตั้งแต่เด็ก แต่ในปัจจุบันที่สุขอนามัยดีขึ้น อาจติดเชื้อเมื่อเป็นวัยรุ่นหรือผู้ใหญ่ ซึ่งมักมีอาการรุนแรงกว่าติดเชื้อแต่เด็ก การระบาดมักเกิดจากการปนเปื้อนเชื้อไวรัสในอาหารจากแมลงวัน ในระหว่างการเตรียมอาหาร ผู้ที่ไม่เคยติดเชื้อมากอน ซึ่งส่วนใหญ่คือวัยรุ่นที่เกิดก่อนวัคซีนภาคบังคับ หรือผู้ใหญ่ที่อายุต่ำกว่า 30 ปี เป็นกลุ่มที่คาดว่าน่าจะยังไม่เคยติดเชื้อโดยธรรมชาติมากอน ควรได้รับวัคซีนป้องกันไวรัสตับอักเสบเอ โดยเฉพาะผู้ที่เป็นโรคตับเรื้อรัง ผู้ที่มีอาชีพประกอบอาหาร หรือผู้อาศัยอยู่ในที่ที่มีผู้คนอยู่รวมกันอย่างแออัด โดยฉีด 2 ครั้งห่างกัน 6-12 เดือน เชื่อว่าจะมีภูมิคุ้มกันนานเกิน 10 ปี

• **วัคซีนไวรัสตับอักเสบบี (Hepatitis B vaccine)** ไวรัสตับอักเสบบีอาจทำให้ตับอักเสบรุนแรงจนเกิดภาวะตับล้มเหลว คนที่ติดเชื้อส่วนหนึ่งเมื่อหายจากตับอักเสบอาจกลายเป็นพาหะของโรค โดยสามารถแพร่เชื้อสู่ผู้อื่นได้ทางสารคัดหลั่ง เช่น ทางเพศสัมพันธ์ จากแม่สู่ลูกขณะคลอด ทางการให้เลือด หรือการใช้สิ่งของร่วมกัน เช่น เข็มฉีดยา เข็มที่ใช้ในการสัก มีดโกน แปรงสีฟัน ฯลฯ อีกทั้งผู้ที่มีเชื้ออยู่ในร่างกายเป็นระยะเวลานานอาจเป็นตับอักเสบเรื้อรังและเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งตับในอนาคต จึงควรฉีดวัคซีนในผู้ที่ยังไม่เคยติดเชื้อและผู้ที่ไม่มีภูมิคุ้มกัน โดยเฉพาะผู้ที่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อสูง ได้แก่ บุคลากรทางการแพทย์ คนใกล้ชิดผู้ที่เป็นพาหะ ผู้รับการปลูกถ่ายอวัยวะ ฯลฯ โดยวัคซีนไวรัสตับอักเสบบีต้องฉีดทั้งหมด 3 ครั้ง ครั้งที่ 2 ห่างครั้งแรก 1 เดือน ครั้งที่ 3 ห่างครั้งแรก 6 เดือน หากเคยฉีดวัคซีนมากอนแต่ไม่ครบ 3 ครั้ง สามารถฉีดเข็มต่อไปได้เลย การฉีดวัคซีนในผู้ใหญ่ ภูมิต้านทานอาจเกิดขึ้นได้ไม่ดีเท่าการฉีดในเด็ก อาจต้องฉีดกระตุ้นครั้งที่ 4 และมีบางคนที่ไม่ตอบสนองต่อวัคซีน ซึ่งพบประมาณ 1-3% สวนใหญ่ผู้ที่ได้รับวัคซีนครบ แม้ระดับภูมิคุ้มกันไม่ขึ้น แต่เมื่อได้รับเชื้อ เขามาในร่างกาย ระบบภูมิคุ้มกันตอบสนองอย่างรวดเร็วจนสามารถป้องกันการติดเชื้อได้

• **วัคซีนพิษสุนัขบ้า (Rabies vaccine)** ควรฉีดในผู้ที่มีความเสี่ยงในการติดเชื้อสูง ได้แก่ บุรษไปรษณีย์ สัตวแพทย์ เจ้าหน้าที่ปฏิบัติการโรคพิษสุนัขบ้า คนเลี้ยงสุนัข ผู้ที่อาศัยอยู่ในแหลงที่โรคนี้ชุกชุม มีโอกาสสัมผัสเชื้อโดยไมรู้ตัวสูง ผู้ที่มีความเสี่ยงต่อการถูกสัตว์กัด หรืออยู่ในที่ที่ไม่สามารถเข้าถึงการรักษาอย่างถูกต้องหลังสัมผัสโรค ฯลฯ โดยฉีด 3 ครั้ง ในวันที่ 0, 7 และ 21 หรือ 28 ทำให้มีภูมิคุ้มกันชวยป้องกันโรคเมื่อสัมผัสโรคโดยไมรู้ตัว อีกทั้งเมื่อสัมผัสโรค ก็รักษาง่ายกวา คือฉีดวัคซีนเข็มกระตุ้นเพียง 1-2 ครั้งก็เพียงพอและไม่จำเป็นต้องรักษาด้วยเซรุ่ม (rabies immunoglobulin) ซึ่งมีราคาแพงและมีโอกาสแพ้สูง สวนผู้ที่สัมผัสเชื้อ เช่นถูกสัตว์กัด และไม่เคยได้รับวัคซีนมาก่อน ฉีดได้ 2 วิธี คือฉีดเข้ากล้าม 5 ครั้ง ในวันที่ 0, 3, 7, 14 และ 30 หรือฉีดใต้ผิวหนัง 2 จุด 4 ครั้ง ในวันที่ 0, 3, 7 และ 30

• **วัคซีนไข้หวัดใหญ่ (Influenza vaccine)** โดยทั่วไปไข้หวัดใหญ่มักมีอาการรุนแรงกว่าไข้หวัดและหายใน 5-7 วัน แต่การติดเชื้อในผู้ที่มีภูมิคุ้มกันต่ำ เด็กเล็ก ผู้สูงอายุ หญิงมีครรภ์ ผู้มีโรคเรื้อรังในระบบทางเดินหายใจ โรคหัวใจเรื้อรัง ฯลฯ อาจมีอาการรุนแรง เกิดภาวะแทรกซ้อนทำให้มีอัตราการเสียชีวิตสูง จึงแนะนำให้ฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่ในผู้สูงอายุ (อายุเกิน 65 ปี) ผู้มีโรคประจำตัวเรื้อรัง เช่น โรคหืด โรคหัวใจ โรคเบาหวาน โรคมะเร็ง โรคไตเรื้อรัง หญิงมีครรภ์ เด็กเล็ก ฯลฯ นอกจากนี้ยังแนะนำให้ฉีดในผู้ที่สามารถแพร่เชื้อไปยังผู้มีความเสี่ยงสูงได้ เช่น บุคลากรทางการแพทย์ ผู้ทำหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุ หรือดูแลเด็กเล็กในสถานรับเลี้ยงเด็ก ฯลฯ แนะนำให้ฉีดทุกปี เนื่องจากเชื้อไขหวัดใหญ่มีการเปลี่ยนแปลงสายพันธุ์ทุกปี โดยฉีดปีละ 1 ครั้ง ช่วงก่อนมีการระบาด ในประเทศไทยมักระบาด 2 ช่วงคือช่วงฤดูฝน และช่วงฤดูหนาว ทั้งนี้หามฉีดในผู้ที่แพ้ไขอย่างรุนแรง เนื่องจากไขเป็นส่วนหนึ่งในขบวนการผลิตวัคซีนไขหวัดใหญ่

• **วัคซีนนิวโมคอคคัส (Pneumococcal vaccine)** เชื้อนิวโมคอคคัสเป็นแบคทีเรียที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเกิดโรคติดเชื้อในผู้ที่มีภูมิคุ้มกันต่ำ เด็กเล็ก ผู้สูงอายุ ฯลฯ โดยเฉพาะการติดเชื้อนิวโมคอคคัสชนิดรุกล้ำ (Invasive pneumococcal disease ยอว่า IPD) ทำให้ติดเชื้อในกระแสเลือด เยื่อหุ้มสมองอักเสบ ติดเชื้อที่ระบบทางเดินหายใจ ได้แก ปอดอักเสบ หูชั้นกลางอักเสบ ไซนัสอักเสบ ปัจจุบันเชื้อโรคนี้ดื้อยาเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ จนเป็นปัญหาในการรักษา อีกทั้งมีอัตราเสียชีวิตสูง การฉีดวัคซีนเป็นทางเลือกหนึ่งในการป้องกันการติดเชื้อรุนแรงในผู้ที่เป็นกลุ่มเสี่ยง ได้แก ผู้ที่มีภูมิคุ้มกันต่ำ ผู้ที่ไม่มีม้าม ผู้สูงอายุ (มากกว่า 65ปี) ผู้มีโรคเรื้อรัง เช่น โรคเบาหวาน โรคหัวใจ โรคปอดเรื้อรัง โรคไตเรื้อรังโรคตับแข็ง กะโหลกศีรษะราวจนมีการรั่วของน้ำไขสันหลังออกมาทางจมูก ฯลฯ ในผู้ใหญ่ฉีดวัคซีนชนิด 23-valent polysaccharide pneumococcal vaccine ซึ่งผลิตจากเชื้อนิวโมคอคคัสจำนวน 23 กลุ่มสายพันธุ์ (serotype) โดยฉีดเพียงครั้งเดียว แต่อาจฉีดกระตุ้นอีกครั้งหลังฉีดครั้งแรก 3-5 ปี

• **วัคซีนไวรัสหูด (Human Papillomavirus vaccine)** ไวรัสหูดเป็นเชื้อที่ติดต่อได้โดยทางเพศสัมพันธ์ การติดเชื้อไวรัสสายพันธุ์ (type) 6 และ 11 เป็นสาเหตุของโรคหูดหงอนไกที่อวัยวะเพศ นอกจากนี้การติดเชื้อไวรัสหูดสายพันธุ์ตางๆ อีกหลายสายพันธุ์ที่บริเวณปากมดลูก เป็นต้นเหตุของมะเร็งปากมดลูกถึง 99% ที่สำคัญคือไวรัสหูดสายพันธุ์ 16 และ 18 ที่เป็นสาเหตุ 70-75% ของมะเร็งปากมดลูก ดังนั้นการฉีดวัคซีนป้องกันไวรัสหูด สายพันธุ์ 16 และ 18 สงผลให้ป้องกันมะเร็งปากมดลูกได้ถึง 70-75% วัคซีนมี 2 ชนิด คือชนิดที่ป้องกันไวรัสหูด 2 สายพันธุ์ คือสายพันธุ์ 16, 18 และชนิดที่ป้องกันไวรัสหูด 4 สายพันธุ์ คือสายพันธุ์ 6, 11, 16, 18 ซึ่งสามารถป้องกันหูดหงอนไกได้ 90% ดวย แนะนำวาควรฉีดวัคซีนป้องกันไวรัสหูดในเด็กหญิงกอนที่จะเริ่มมีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อ คืออายุประมาณ 10-12 ปีขึ้นไป คือกอนมีเพศสัมพันธครั้งแรก หรือผู้ที่เคยมีเพศสัมพันธ์แล้วแต่ยังไม่ติดเชื้อ โดยฉีดทั้งหมด 3 ครั้ง ครั้งที่ 2 ห่างครั้งแรก 1-2 เดือน ครั้งที่ 3 ห่างครั้งแรก 6 เดือน

นอกจากนี้ยังมีวัคซีนที่ใช้ฉีดเมื่อเดินทางไปยังพื้นที่ที่สุขอนามัยไม่ดี หรือมีโรคนั้นๆ ชุกชุม ได้แก่ วัคซีนไข้กาฬหลังแอ่น (Meningococcal vaccine) วัคซีนไทฟอยด์ (Typhoid vaccine) วัคซีนสมองอักเสบเจอี (Japanese encephalitis vaccine) วัคซีนไข้เหลือง (Yellow fever vaccine) วัคซีนอหิวาตกโรค (Cholera vaccine) ซึ่งเลือกฉีดเป็นกรณีๆไป แมการใช้วัคซีนจะคอนข้างปลอดภัยและได้ผลดีในการป้องกันโรค ทวาวัคซีนบางชนิดอาจมีผลข้างเคียงที่แตกต่างกันไป อาจมีไข้ต่ำๆ รองกวน อาเจียน ปวดเมื่อยตามตัว ชัก หรือมีอาการรุนแรงถึงขั้นช็อก (anaphylactic shock) จึงควรระมัดระวังในผู้ที่มีประวัติแพ้รุนแรงมากอน เช่น ผู้มีประวัติแพ้วัคซีนชนิดนั้นมากอน หรือแพ้สวนประกอบของวัคซีน เช่น แพ้ยีสต ไข่ไก่ ผู้ที่แพ้ neomycin, streptomycin, polymyxin B, erythromycin, kanamycin เจลาติน รุนแรง มีข้อห้ามในการฉีดวัคซีนบางชนิด

นอกจากนี้ยังมีข้อควรระวังที่แตกต่างกันไปของวัคซีนแต่ละชนิด เช่น บางชนิดไม่ควรใช้ในหญิงมีครรภ์โดยเฉพาะวัคซีนที่มีเชื้อตัวเป็น (live vaccine) แม้จะยังไม่มีรายงานวัคซีนชนิดใดมีผลต่อทารกในครรภ์ก็ตาม วัคซีนบางชนิดห้ามใช้ในผู้มีภูมิคุ้มกันบกพรอง หรือผู้ที่ได้รับยากดภูมิคุ้มกัน อีกทั้งผู้ที่เพิ่งได้รับเลือดหรือส่วนประกอบของเลือด อาจรบกวนการสร้างภูมิต้านทานหลังฉีดวัคซีน จึงควรเวนระยะไปกอนจนกวาภูมิต้านทานที่ได้มาจากส่วนประกอบของเลือดลดลงไปแล้ว

ที่มา http://women.sanook.com/health/tips/tips_48267.php