

## คำถามที่พบบ่อยเกี่ยวกับโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า

สำนักโรคติดต่ออุบัติใหม่ กรมควบคุมโรค

ณ วันที่ ๘ สิงหาคม ๒๕๕๗

### ๑. โรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่าคืออะไร

**ตอบ** โรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า เป็นโรคที่มักจะมีอาการรุนแรงถึงชีวิตซึ่งมีอัตราป่วยตายสูงถึงร้อยละ ๕๐ โรคนี้พบทั้งในคนและสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนมกลุ่มอื่นที่ไม่ใช่คน (nonhuman primates เช่น ลิง กอริลลาและชิมแปนซี)

โรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่าปรากฏขึ้นเป็นครั้งแรกเมื่อปีพ.ศ. ๒๕๑๙ ในการระบาดที่เกิดขึ้นสองแห่งพร้อมกันแห่งหนึ่งเกิดขึ้นที่หมู่บ้านริมแม่น้ำอีโบล่าในสาธารณรัฐประชาธิปไตยคองโก อีกแห่งหนึ่งเกิดที่เขตชนบทห่างไกลในประเทศซูดาน

ไวรัสชนิดนี้มาจากไหนยังไม่ทราบ แต่จากหลักฐาน เท่าที่มีเชื่อว่าค้างคาวผลไม้ (Pteropodidae) น่าจะเป็นที่อาศัย (host) ของไวรัสอีโบล่า

### ๒. มนุษย์ติดเชื้อไวรัสอีโบล่าได้อย่างไร

**ตอบ** ในการระบาดของโรคที่แอฟริกาตะวันตกครั้งนี้ ผู้ป่วยส่วนใหญ่ล้มป่วยเนื่องจากการแพร่ระบาดของโรคจากคนหนึ่งสู่อีกคนหนึ่ง

การติดเชื้อเกิดจากการสัมผัสโดยตรงกับเลือดหรือสารเหลวในร่างกาย หรือสารคัดหลั่ง (อุจจาระ ปัสสาวะ น้ำลาย น้ำอสุจิ) ของคนที่ติดเชื้อ โดยสัมผัสกับบาดแผลที่ผิวหนัง หรือกับเยื่อเมือกบริเวณต่างๆ การติดเชื้อยังเกิดขึ้นได้ด้วยถ้าผิวหนังที่มีบาดแผล หรือเยื่อเมือกบริเวณต่างๆ ของคนที่สุขภาพดี มาสัมผัสกับสิ่งแวดล้อมที่ปนเปื้อนด้วยสารเหลวที่มีเชื้อไวรัสจากผู้ป่วยโรคอีโบล่า เช่น เสื้อผ้าที่เปื้อนเลือด ผ้าปูที่นอน หรือเข็มฉีดยาใช้แล้ว

มีบุคลากรสาธารณสุขจำนวนมากกว่า ๑๐๐ รายแล้วที่ได้รับเชื้อไวรัสระหว่างให้การรักษาพยาบาลแก่ผู้ป่วยโรคอีโบล่า การที่เกิดเหตุเช่นนี้ได้ เป็นเพราะบุคลากรเหล่านั้นอาจไม่ได้สวมใส่อุปกรณ์ปกป้องตนเองหรือไม่ได้ปฏิบัติตามมาตรการป้องกันและควบคุมการติดเชื้ออย่างถูกต้อง ในขณะที่ทำหน้าที่ดูแลผู้ป่วย ดังนั้นจึงควรแจ้งให้บุคลากรผู้ทำหน้าที่รักษาพยาบาลในระบบสาธารณสุขทุกระดับ ไม่ว่าจะเป็นในโรงพยาบาล คลินิก และสถานอนามัย ได้ทราบธรรมชาติของโรคและวิธีการแพร่โรค และขอให้เขาเหล่านั้นปฏิบัติตามข้อควรระวังเพื่อการป้องกันและควบคุมการติดเชื้อโดยเคร่งครัด

องค์การอนามัยโลกแนะนำว่า ไม่ให้ครอบครัวหรือชุมชนต่างๆ ดูแลคนที่อาจมีอาการของโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่าด้วยตนเองที่บ้าน แต่ขอให้ไปรับการรักษาที่โรงพยาบาลหรือศูนย์การรักษาพยาบาลที่มีแพทย์ และพยาบาลผู้มีความรู้ และอุปกรณ์พร้อมสำหรับการดูแลผู้ป่วยด้วยโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า ถ้าท่านตัดสินใจที่จะดูแลรักษาผู้ป่วยในบ้านของท่านเอง องค์การอนามัยโลกจำเป็นต้องแนะนำให้ท่านแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ของท่านได้ทราบและให้ท่านได้รับการฝึกอบรมที่เหมาะสม และอุปกรณ์ในการดูแลผู้ป่วย (ถุงมือและอุปกรณ์ปกป้องตนเอง) วิธีการถอด และทิ้งอุปกรณ์ปกป้องตนเองอย่างถูกต้องหลังการใช้งาน และสาระความรู้ว่าท่านจะป้องกันการติดเชื้อและการแพร่โรคไปยังตัวท่านเอง สมาชิกในครอบครัวหรือชุมชนของท่านได้อย่างไร

นอกจากนี้ ยังมีวิธีแพร่โรควิธีอื่นที่ได้เกิดขึ้นแล้วในชุมชนระหว่างพิธีศพ และการฝังศพด้วย เนื่องจากพบว่า ในพิธีฝังศพที่ผู้มาร่วมพิธีมีการสัมผัสและต้องร่างของผู้ตายโดยตรง ก็สามารถแพร่โรคอีโบล่าได้เช่นกัน การสัมผัสและต้องศพของผู้ที่ตายจากโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า จะต้องกระทำโดยสวมเสื้อผ้า และถุงมือที่รัดกุม

และต้องนำศพไปฝังในทันที องค์การอนามัยโลกแนะนำว่าควรยอมให้เฉพาะเจ้าหน้าที่ที่ผ่านการอบรมและมีอุปกรณ์พร้อมสรรพ เป็นผู้นำร่างของผู้ตายไปฝังตามกรรมวิธีที่ถูกต้อง

คนจะยังอยู่ในระยะแพร่เชื้อ ๓-๖ เดือนหลังจากที่เลือดและสารคัดหลั่งของเขายังมีเชื้อไวรัสนี้อยู่ ด้วยเหตุนี้ ก่อนจะกลับบ้านได้ ผู้ป่วยที่ติดเชื้อจึงต้องได้รับการติดตามดูแลอย่างใกล้ชิด โดยบุคลากรทางการแพทย์ และต้องผ่านการทดสอบทางห้องปฏิบัติการ เพื่อให้แน่ใจว่าเชื้อไวรัสหมดสิ้นไปจากระบบต่างๆ ของร่างกายแล้ว เมื่อแพทย์รับรองว่าผู้ป่วยสามารถกลับบ้านได้ แสดงว่าผู้ป่วยพ้นระยะแพร่เชื้อแล้ว และไม่สามารถทำให้ผู้อื่น ภายในชุมชนของตนติดเชื้อได้อีก อนึ่ง พบว่าชายผู้หายจากโรคยังจะแพร่เชื้อให้คู่ของตนผ่านทางน้ำอสุจิได้ต่อไป เป็นเวลาไม่เกิน ๗ สัปดาห์หลังจากหายป่วย ด้วยเหตุนี้ จึงเป็นเรื่องสำคัญที่ชายเหล่านั้นควรตรวจร่วมเพศเป็นเวลา อย่างน้อย ๗ สัปดาห์หลังจากหายป่วย หรือมีฉะนั้นก็ต้องสวมถุงยางอนามัยทุกครั้งที่ร่วมเพศตลอด ๗ สัปดาห์หลังจากหายป่วย

โดยทั่วไป จะต้องมีการซักคนหนึ่งที่สัมผัสกับสัตว์ตัวใดตัวหนึ่งที่มีเชื้อไวรัสอีโบล่า ก่อนที่เขื่อนี้จะแพร่ระบาดต่อไปในชุมชนมนุษย์โดยแพร่จากคนหนึ่งไปสู่อีกคนหนึ่ง

### ๓. ใครมีความเสี่ยงต่อการติดโรคมามากที่สุด?

**ตอบ** ในระหว่างที่โรคกำลังระบาด ผู้ที่มีความเสี่ยงต่อการติดโรคมามากกว่าผู้อื่น ได้แก่

- บุคลากรสาธารณสุข
- สมาชิกในครอบครัว หรือผู้อื่นที่สัมผัสคลุกคลีกับผู้ติดเชื้อ
- ผู้มาร่วมพิธีศพที่สัมผัสและต้องร่างของผู้ตายโดยตรง และ

ยังต้องมีการศึกษาวิจัยมากกว่านี้เพื่อทำความเข้าใจว่าคนบางกลุ่ม เช่นผู้มีความบกพร่องทางภูมิคุ้มกัน หรือผู้ที่มีภาวะสุขภาพอื่น ๆ ประจำตัว จะติดเชื้อไวรัสชนิดนี้ได้ง่ายกว่าคนกลุ่มอื่นหรือไม่

การควบคุมการสัมผัสไวรัสเป็นสิ่งที่สามารถทำได้โดยปฏิบัติตามมาตรการปกป้องตนเอง ไม่ว่าจะเป็นใน คลินิกและโรงพยาบาล ในที่ประชุมชน รวมทั้งในบ้าน

### ๔. อาการของโรค และอาการที่ถึงการติดเชื้อ ได้แก่อะไร?

**ตอบ** ไข้เฉียบพลัน อ่อนเพลียรุนแรง ปวดกล้ามเนื้อ ปวดหัวและเจ็บคอ เหล่านี้เป็นอาการของโรค และอาการที่แสดงว่าติดเชื้อ หลังจากนั้น อาการที่เกิดขึ้นตามมา ได้แก่ อาเจียน อุจจาระร่วง ผื่นขึ้นตามร่างกาย ไตและตับทำงานบกพร่อง และในผู้ป่วยบางรายจะมีเลือดออกทั้งภายนอกและภายใน ผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการ พบมีปริมาณเม็ดเลือดขาวและเกร็ดเลือดต่ำแต่เอ็นไซม์ตับมีระดับสูงกว่าปกติ

ระยะฟักตัวของโรค ซึ่งเป็นระยะเวลาตั้งแต่ได้รับเชื้อจนถึงเวลาที่แสดงอาการ ตั้งแต่ ๒ ถึง ๒๑ วัน ผู้ป่วยจะเข้าสู่ระยะแพร่เชื้อในทันทีที่แสดงอาการ ผู้ป่วยที่ยังอยู่ในระยะฟักตัวของโรคจะไม่แพร่เชื้อ การยืนยันการติดเชื้อไวรัสอีโบล่าทำได้โดยการทดสอบทางห้องปฏิบัติการเท่านั้น

### ๕. ควรจะเข้าพบแพทย์เมื่อใด?

**ตอบ** ผู้ที่เคยอยู่อาศัยในพื้นที่ที่มีรายงานผู้ป่วยโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า หรือผู้ที่สัมผัสคลุกคลีกับผู้ป่วยยืนยัน หรือต้องสงสัยว่าป่วยด้วยโรคอีโบล่า หากเริ่มแสดงอาการแล้ว ควรจะเข้าพบแพทย์เพื่อตรวจรักษาในทันที

ในกรณีที่มีผู้ใดถูกตั้งข้อสงสัยว่าอาจจะป่วยเป็นโรคนี้ ควรเร่งส่งรายงานไปยังหน่วยสาธารณสุขที่ใกล้ที่สุด โดยทันที การให้บริการทางการแพทย์โดยเร็ว มีส่วนสำคัญยิ่งในการเพิ่มอัตราการรอดชีวิตจากโรคนี้ ที่สำคัญไม่แพ้กันคือ การควบคุมการแพร่ระบาดของโรคและกระบวนการควบคุมการติดเชื้อจำเป็นต้องเริ่มต้น ในทันที

## ๖. การรักษาโรคนี้ทำได้อย่างไร

**ตอบ** ผู้ป่วยที่มีอาการหนักจำเป็นต้องรักษาแบบประคับประคองชนิดเข้มข้น ผู้ป่วยมักจะมีอาการขาดน้ำและจำเป็นต้องให้สารเหลวทางหลอดเลือดดำ หรือให้สารละลายเกลือแร่ทางปาก ในปัจจุบันนี้ยังไม่มีวิธีการรักษาให้หายจากโรคนี้

ผู้ป่วยบางรายจะหายจากโรคได้เองหากได้รับการดูแลทางการแพทย์ที่เหมาะสม เพื่อช่วยควบคุมมิให้เชื้อไวรัสแพร่ระบาดต่อไป ผู้ที่ต้องสงสัยว่าป่วย หรือได้รับการยืนยันแล้วว่าป่วยด้วยโรคนี้ ควรถูกแยกกักให้ห่างจากผู้ป่วยอื่นๆ และได้รับการดูแลจากบุคลากรสาธารณสุขโดยใช้มาตรการควบคุมการติดเชื้ออย่างเข้มงวด

## ๗. โรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า ป้องกันได้หรือไม่? มีวัคซีนป้องกันโรคหรือยัง?

**ตอบ** ขณะนี้ยังไม่มียาหรือวัคซีนใดที่ผ่านการทดสอบจนได้รับอนุญาตให้ใช้สำหรับโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า แต่มีผลิตภัณฑ์หลายชนิดที่อยู่ระหว่างการวิจัยพัฒนา

### วิธีป้องกันการติดเชื้อและการแพร่โรค

ผู้ป่วยด้วยโรคติดเชื้อไวรัสอีโบลารายแรกๆ นั้นติดโรคมานโดยการจับต้องสัตว์ที่ติดเชื้อหรือซากสัตว์ ในขณะที่ผู้ป่วยรายถัดมาล้วนแต่ติดโรคโดยการสัมผัสโดยตรงกับสารเหลวจากร่างกายของผู้ป่วยรายอื่นทั้งสิ้น ไม่ว่าจะเป็นโดยผ่านวิธีที่ไม่ปลอดภัยในการดูแลผู้ป่วย หรือโดยผ่านวิธีที่ไม่ปลอดภัยในการฝังศพ ในการระบาดของโรคคราวนี้ พบว่าโรคส่วนใหญ่ได้แพร่ระบาดไปจากคนหนึ่งสู่อีกคนหนึ่ง การป้องกันการติดเชื้อและการจำกัดหรือหยุดยั้งการแพร่โรคมีวิธีทำได้หลายขั้นตอนดังต่อไปนี้

- ทำความเข้าใจเรื่องธรรมชาติของโรค วิธีแพร่โรคและวิธีหยุดยั้งการแพร่ระบาดของโรค (รายละเอียดเพิ่มเติมโปรดดูจากคำถามก่อนหน้านี้เกี่ยวกับโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า ในเอกสารว่าด้วยคำถามที่พบบ่อยฉบับนี้)
  - ติดตามรับฟังและปฏิบัติตามคำชี้แนะที่จัดทำโดยกระทรวงสาธารณสุขในประเทศของท่าน
  - หากท่านสงสัยว่ามีผู้ใดที่ใกล้ชิดกับท่านหรืออยู่ในชุมชนของท่านกำลังป่วยด้วยโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า ขอให้เชิญชวนและสนับสนุนเขาให้ไปรับการตรวจรักษาที่เหมาะสมที่หน่วยบริการทางการแพทย์
  - หากท่านตัดสินใจที่จะดูแลรักษาผู้ป่วยด้วยตนเองที่บ้านของท่าน ขอให้แจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขให้ทราบความประสงค์ของท่านเพื่อเจ้าหน้าที่จะได้จัดการฝึกอบรม มอบถุงมือและอุปกรณ์ปกป้องตนเองที่เหมาะสมให้แก่ท่าน (ถุงมือ เสื้อคลุมที่น้ำซึมน้ำไม่ได้ รองเท้าบูท หรือรองเท้าหุ้มปิดที่มีแผ่นยางกันน้ำหุ้มทับด้านนอก หน้ากากอนามัยและแว่นป้องกันของเหลวกระเด็นเข้าตา) รวมทั้งให้คำชี้แนะที่เป็นข้อควรจำเรื่องวิธีให้การดูแลที่เหมาะสมสำหรับผู้ป่วย วิธีปกป้องตนเองและครอบครัวของท่าน และวิธีที่อุปกรณ์ปกป้องตนเองอย่างถูกต้องหลังการใช้งาน
- หมายเหตุ* องค์การอนามัยโลกแนะนำว่าไม่ควรจัดการดูแลผู้ป่วยที่บ้านแต่แนะนำให้บุคคลตลอดจนสมาชิกในครอบครัวไปรับการดูแลรักษาตามมาตรฐานวิชาชีพที่ศูนย์การรักษาพยาบาล
- ในการเข้าเยี่ยมผู้ป่วยที่โรงพยาบาลหรือการดูแลรักษาพยาบาลผู้ป่วยที่บ้าน แนะนำให้ล้างมือด้วยสบู่และน้ำทุกครั้งภายหลังการสัมผัสและต้องล้างร่างกายหรือสารเหลวจากร่างกาย หรือสิ่งแวดล้อมรอบร่างกายผู้ป่วย
  - การสัมผัสและต้องศพของผู้ที่ตายด้วยโรคอีโบล่าต้องกระทำโดยใช้อุปกรณ์ปกป้องที่เหมาะสมเท่านั้น และควรให้บุคลากรสาธารณสุขที่ผ่านการฝึกอบรมเรื่องวิธีฝังศพอย่างปลอดภัยเป็นผู้นำศพไปฝังโดยทันที

นอกจากนี้ บุคคลควรลดการสัมผัสคลุกคลีกับสัตว์ที่มีความเสี่ยงสูงต่อการติดโรค (ได้แก่ ค้างคาวผลไม้ ลิง และลิงแสม) ที่อาศัยอยู่ในป่าฝนของพื้นที่ที่เกิดโรค หากท่านสงสัยว่าสัตว์ตัวใดตัวหนึ่งเป็นสัตว์ที่ติดเชื้อ จงอย่าสัมผัสและต้องมัน ควรปรุงผลิตภัณฑ์จากสัตว์ (เลือดและเนื้อ) ให้สุกอย่างทั่วถึงก่อนรับประทาน

#### ๘. บุคลากรทางสาธารณสุข จะปกป้องตนเองในขณะที่ดูแลผู้ป่วยได้อย่างไร?

**ตอบ** บุคลากรสาธารณสุขที่มีหน้าที่รักษาพยาบาลผู้ป่วยต้องสงสัย หรือผู้ป่วยที่ยืนยันแล้ว นับเป็นผู้ที่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อมากกว่าคนกลุ่มอื่น ในระหว่างการระบาดของโรค กิจกรรมสำคัญหลายประการจะลดหรือหยุดยั้งการแพร่เชื้อไวรัสได้ มีผลในทางปกป้องบุคลากรสาธารณสุขและคนอื่น ๆ ทั้งหมดที่อยู่ในภาวะแวดล้อมของสถานบริการสาธารณสุข กิจกรรมเหล่านั้นเรียกว่า “ข้อควรระวังมาตรฐานและข้อควรระวังเพิ่มเติม” และเป็นคำแนะนำที่อิงหลักฐานเป็นที่รับรู้แน่ชัดว่าสามารถป้องกันมิให้การติดเชื่อนั้นแพร่ระบาดต่อไปได้ ชุดคำถามและคำตอบต่อไปนี้จะพรรณนาข้อควรระวังเหล่านั้นโดยละเอียด

#### ❖ ควรแยกผู้ป่วยต้องสงสัยหรือผู้ป่วยยืนยันว่าเป็นโรคอีโบล่าให้ห่างจากผู้ป่วยโรคอื่นหรือไม่?

การแยกกักผู้ป่วยต้องสงสัยหรือผู้ป่วยยืนยันว่าเป็นโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่าไว้ในห้องแยกเดี่ยว เป็นสิ่งที่พึงปฏิบัติ หากหาห้องแยกเช่นนั้นไม่ได้ ก็ต้องกำหนดขอบเขตของพื้นที่ขึ้นมาสำหรับใช้เฉพาะผู้ป่วยต้องสงสัยหรือผู้ป่วยยืนยันว่าเป็นโรคอีโบล่าโดยให้อยู่แยกต่างหากจากผู้ป่วยโรคอื่น ในพื้นที่ที่กำหนดขึ้นนี้ ต้องแยกผู้ป่วยต้องสงสัยออกห่างจากผู้ป่วยยืนยันด้วย พื้นที่ดังกล่าวต้องกำหนดเป็นพื้นที่หวงห้ามที่จำกัดการเข้าถึง อุปกรณ์เครื่องใช้ต่าง ๆ ต้องจำกัดให้ใช้เฉพาะในบริเวณดังกล่าวสำหรับผู้ป่วยทั้งสองกลุ่มนี้เท่านั้น บุคลากรทั้งฝ่ายคลินิกและฝ่ายอื่น ๆ ต้องได้รับการมอบหมายงานให้ดูแลเฉพาะห้องแยกกักและพื้นที่เฉพาะเหล่านี้เท่านั้น

#### ❖ ผู้เยี่ยมไข้จะได้รับอนุญาตให้เข้ามาในพื้นที่รับตัวผู้ป่วยต้องสงสัยหรือผู้ป่วยยืนยันว่าเป็นโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่าไว้รักษาหรือไม่?

ควรยับยั้งมิให้ผู้เยี่ยมไข้เข้าถึงตัวผู้ป่วยดังกล่าวจะดีกว่า หากไม่สามารถทำเช่นนั้นได้ ควรยอมให้เข้าถึงผู้ป่วยได้เฉพาะบุคคลที่จำเป็นสำหรับสวัสดิภาพและการดูแลรักษาผู้ป่วย เช่นผู้ปกครองของผู้ป่วยเด็ก เป็นต้น

#### ❖ จะต้องใช้อุปกรณ์ปกป้องตนเองขณะดูแลรักษาผู้ป่วยเหล่านี้หรือไม่?

- นอกเหนือจากข้อควรระวังตามมาตรฐานของการดูแลผู้ป่วยแล้ว บุคลากรสาธารณสุขควรปฏิบัติตามมาตรการควบคุมการติดเชื้อที่แนะนำไว้อย่างเคร่งครัดเพื่อหลีกเลี่ยงการสัมผัสเลือดและสารเหลวที่ติดเชื้อ หรือสิ่งแวดล้อมหรือวัตถุที่ปนเปื้อน เช่น เครื่องนอน หรือเข็มฉีดยาที่ใช้แล้วของผู้ป่วย
- ผู้เยี่ยมไข้และบุคลากรสาธารณสุขควรใช้อุปกรณ์ปกป้องตนเองชนิดต่าง ๆ อย่างเต็มที่ อุปกรณ์ดังกล่าวอย่างน้อยต้องประกอบด้วย ถุงมือ เสื้อคลุมชนิดน้ำซึมผ่านไม่ได้ รองเท้าบูท หรือรองเท้าหุ้มปิดที่มีแผ่นยางกันน้ำหุ้มทับด้านนอก หน้ากากอนามัยและแว่นป้องกันของเหลวกระเด็นเข้าตา (แว่นปกป้องนัยน์ตาหรือหน้ากากป้องกันใบหน้า)

#### ❖ สุขอนามัยของมือมีความสำคัญหรือไม่?

สุขอนามัยของมือเป็นสิ่งสำคัญและต้องปฏิบัติทุกครั้ง:

- ก่อนสวมถุงมือและอุปกรณ์ปกป้องตนเองจะเข้าไปในห้องหรือพื้นที่แยกกัก
- ก่อนเริ่มทำตามกรรมวิธีสะอาดหรือกรรมวิธีไร้เชื้อใด ๆ กับร่างกายของผู้ป่วย

- หลังจากเกิดความเสียหายที่จะสัมผัส หรือได้สัมผัสเลือดหรือสารเหลวจากร่างกายของผู้ป่วย
- หลังจากสัมผัสสิ่งที่ปนเปื้อน (หรืออาจปนเปื้อน) ได้แก่พื้นผิวต่าง ๆ สิ่งของ หรืออุปกรณ์ใด ๆ ในสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วย และ
- หลังจากถอดอุปกรณ์ปกป้องตนเองขณะจะออกจากพื้นที่แยกกัก

สิ่งสำคัญที่ควรทราบคือ การระมัดระวังการปฏิบัติเพื่อสุขอนามัยของมือหลังจากถอดอุปกรณ์ปกป้องตนเองออกแล้ว จะลดทอนประโยชน์อันพึงได้จากอุปกรณ์เหล่านั้น

ไม่ว่าจะเป็นสารล้างมือที่ผสมแอลกอฮอล์หรือสบู่กับน้ำที่กำลงไหลต่างก็ใช้สร้างสุขอนามัยของมือได้ ทั้งนี้ต้องปฏิบัติตามขั้นตอนที่ถูกต้องตามคำแนะนำขององค์การอนามัยโลก สิ่งสำคัญคือควรล้างมือทันทีด้วยสบู่และน้ำที่กำลงไหลเมื่อมองเห็นได้ชัดว่ามือนั้นกำลงเปื้อนเปื้อน สารล้างมือที่ผสมแอลกอฮอล์ควรจวางให้พร้อมใช้ประจำจุดที่มีการดูแลผู้ป่วย (ที่ประตูทางเข้าออกและภายในห้องหรือพื้นที่แยกกัก) น้ำที่ไหลจากก๊อก สบู่และผ้าเช็ดมือชนิดไม่ใช่ผ้า ควรจะมีให้พร้อมใช้ตลอดเวลา

#### ❖ ข้อควรระวังอย่างอื่นที่จำเป็นต้องทราบในสภาพการทำงานแบบสถานพยาบาลได้แก่อะไรบ้าง?

ข้อควรระวังที่สำคัญเรื่องอื่น ๆ ได้แก่การฉีดยาอย่างปลอดภัยและกระบวนการเจาะเส้นเลือด รวมถึงการจัดการกับสิ่งมีคมอย่างปลอดภัย การทำความสะอาดสภาพแวดล้อมทั้งแบบปกติและแบบเข้มข้น การชะล้างสิ่งปนเปื้อนจากผิวสัมผัสและอุปกรณ์ต่าง ๆ และการจัดการกับเครื่องนอนเปื้อนเปื้อน และการจัดการขยะ

นอกจากนี้ ยังมีสิ่งสำคัญอีกคือต้องสร้างกระบวนการที่ปลอดภัยในการเก็บตัวอย่างส่งตรวจทางห้องปฏิบัติการจากผู้ป่วยต้องสงสัยหรือผู้ป่วยยืนยันว่าเป็นโรคอีโบล่า และการจับต้องร่างของผู้ตายหรือชิ้นส่วนต่าง ๆ ของศพเพื่อการตรวจชันสูตรศพ และเพื่อเตรียมการฝังศพ บุคลากรสาธารณสุขหรือวิชาชีพอื่นใดที่ต้องปฏิบัติกิจเหล่านี้เกี่ยวข้องกับผู้ป่วยต้องสงสัยหรือผู้ป่วยยืนยันว่าเป็นโรคอีโบล่าควรสวมอุปกรณ์ปกป้องตนเองอย่างเหมาะสมและปฏิบัติตามข้อควรระวังและกรรมวิธีทั้งหลายที่แนะนำโดยองค์การอนามัยโลก

#### ๙. ข่าวลือที่ว่าอาหารบางชนิดจะป้องกันหรือรักษาโรคนี้ได้ เป็นจริงหรือไม่?

**ตอบ** องค์การอนามัยโลกขอแนะนำให้ประชาชนติดตามรับฟังคำชี้แนะทางสุขภาพที่เชื่อถือได้เกี่ยวกับโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่าจากกระทรวงสาธารณสุขแห่งประเทศของตน

เนื่องจากยังไม่มียาที่ใช้ได้ผลในการรักษาโรคอีโบล่า การรักษาที่ดีที่สุดขณะนี้คือ การรักษาแบบประคับประคองชนิดเข้มข้นภายในโรงพยาบาลโดยบุคลากรสาธารณสุขที่ทำตามกระบวนการป้องกันควบคุมการติดเชื้ออย่างเคร่งครัด การติดเชื้อนี้สามารถควบคุมได้โดยใช้มาตรการปกป้องที่แนะนำไว้

#### ๑๐. องค์การอนามัยโลก มีมาตรการในการป้องกันโรคในระหว่างการระบาดของโรคอย่างไร?

**ตอบ** องค์การอนามัยโลกจัดทำคำชี้แนะทางวิชาการให้แก่ประเทศและชุมชนต่าง ๆ เพื่อเตรียมการรับมือและตอบโต้การระบาดของโรคอีโบล่า

กิจกรรมขององค์การอนามัยโลกมีดังนี้:

- ตรวจหาการระบาดของโรคผ่านระบบเฝ้าระวังโรคและแจ้งข่าวสารระหว่างภูมิภาค
- ให้ความช่วยเหลือทางวิชาการเพื่อสอบสวนและควบคุมภัยต่อสุขภาพในทันทีที่เกิดขึ้น เช่น การช่วยค้นหาผู้ป่วยและสอบสวนแบบแผนของการเกิดโรค ณ พื้นที่เกิดเหตุ
- ชี้แนะทางเลือกต่าง ๆ ของการป้องกันและรักษาโรค

- จัดวางกำลังผู้เชี่ยวชาญและจัดส่งวัสดุอุปกรณ์ทางสาธารณสุข (เช่น อุปกรณ์ปกป้องตนเองประจำตัวบุคลากรสาธารณสุข) หากได้รับการร้องขอจากประเทศนั้น ๆ
- จัดการสื่อสารเพื่อเพิ่มความตระหนักรู้เรื่องธรรมชาติของโรคและมาตรการปกป้องสุขภาพเพื่อควบคุมการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส และ
- กระตุ้นให้เกิดเครือข่ายผู้เชี่ยวชาญทั้งในระดับภูมิภาคและระดับโลกที่พร้อมจะให้ความช่วยเหลือเมื่อมีการร้องขอ และบรรเทาผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นต่อการอนามัยระหว่างประเทศรวมทั้งจากข้อขัดข้องของการเดินทางและการค้า

**๑๑. ระหว่างเกิดโรคระบาด จำนวนผู้ป่วยที่รายงานโดยเจ้าหน้าที่สาธารณสุขมีทั้งเพิ่มขึ้นและลดลงได้ไหม? เพราะเหตุใด?**

**ตอบ** ระหว่างที่มีการระบาดของโรคอีโบล่า กระทรวงสาธารณสุขของประเทศที่มีการระบาดจะทำหน้าที่รายงานจำนวนผู้ป่วยและตายในประเทศของตน จำนวนเหล่านี้เปลี่ยนแปลงได้ทุกวัน จำนวนผู้ป่วยเป็นตัวเลขที่แสดงทั้งผู้ป่วยต้องสงสัย และผู้ป่วยที่ยืนยันแล้วทางห้องปฏิบัติการว่าเป็นโรคอีโบล่า บางครั้งจำนวนของผู้ป่วยต้องสงสัยและผู้ป่วยที่ยืนยันแล้วอาจถูกรายงานรวมกันเป็นตัวเลขเดียว บางครั้งก็รายงานแยกต่างหากจากกัน ดังนั้นตัวเลขเหล่านี้จึงอาจเปลี่ยนไปมาระหว่างผู้ป่วยต้องสงสัยและผู้ป่วยที่ยืนยันแล้ว

การวิเคราะห์แนวโน้มตามช่วงเวลาของข้อมูลผู้ป่วย ร่วมกับข้อมูลข่าวสารด้านอื่น ๆ โดยทั่วไปมีส่วนช่วยประเมินสถานการณ์ทางสาธารณสุขและกำหนดวิธีการรับมือที่เหมาะสมยิ่งขึ้น

**๑๒. การเดินทางระหว่างเกิดการระบาดของโรคจะปลอดภัยหรือไม่? องค์การอนามัยโลกให้คำชี้แนะเรื่องการเดินทางว่าอย่างไร?**

**ตอบ** ระหว่างที่มีการระบาดของโรค องค์การอนามัยโลกจะทบทวนสถานการณ์ทางสาธารณสุขอยู่เสมอ และจะออกคำแนะนำให้จำกัดการเดินทางหรือการค้าหากจำเป็น รวมทั้งอาจแจ้งหน่วยงานระดับชาติที่มีอำนาจหน้าที่ของประเทศต่าง ๆ ให้ถือปฏิบัติตามคำแนะนำนั้น ขณะนี้องค์การอนามัยโลกกำลังทบทวนคำแนะนำทั้งหมด เกี่ยวกับการเดินทางที่เคยออกประกาศไปแล้วอย่างรอบด้านเพื่อจะนำเสนोकำชี้แนะฉบับใหม่ในเร็ววัน

ตามปกตินักเดินทางจะต้องระมัดระวังสุขภาพทั้งของตนและของผู้คนรอบตัวอยู่เสมอ ความเสี่ยงต่อการติดเชื้อของกลุ่มนักเดินทางอยู่ในเกณฑ์ต่ำมาก เนื่องจากการแพร่โรคจากคนหนึ่งไปสู่อีกคนหนึ่งนั้นเป็นผลจากการสัมผัสและต้องโดยตรงกับสารเหลวจากร่างกายหรือสารคัดหลั่งของผู้ป่วยที่ติดเชื้อ

**❖ การร่วมเดินทางไปกับผู้ที่ป่วยด้วยโรคอีโบล่าจะปลอดภัยหรือไม่?**

เช่นเดียวกับกรณีของโรคอื่น ๆ เป็นไปได้เสมอว่าผู้ที่ได้รับเชื้อไวรัสอีโบล่าอาจตัดสินใจเดินทาง หากคนผู้นั้นยังไม่แสดงอาการ (ดูคำถามพบบ่อยหมายเลข ๔) เขาก็ยังไม่สามารถแพร่โรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่าให้ผู้คนรอบข้าง หากคนผู้นั้นแสดงอาการแล้ว เขาควรรีบพบแพทย์ทันทีที่อาการป่วยอย่างแรกปรากฏขึ้น กรณีเช่นนี้อาจต้องแจ้งพนักงานการบินหรือลูกเรือหรือรีบเข้าพบแพทย์ในทันทีที่เดินทางถึงจุดหมาย ควรนำตัวนักเดินทางที่แสดงอาการเบื้องต้นของโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่าไปแยกกักไว้เพื่อป้องกันการแพร่โรค อนึ่งแม้ว่าความเสี่ยงต่อการติดโรคของเพื่อนร่วมทางในกรณีนี้จะอยู่ในเกณฑ์ต่ำมาก ก็ยังคงแนะนำให้ปฏิบัติตามมาตรการติดตามผู้สัมผัสโรคในกรณีดังกล่าว

❖ **การเดินทางไปยังแอฟริกาตะวันตกเพื่อทำธุรกิจหรือเพื่อเยี่ยมครอบครัวและมิตรสหายยังปลอดภัยหรือไม่?**

ความเสี่ยงต่อการติดเชื้อไวรัสอีโบลานักท่องเที่ยวหรือนักธุรกิจในระหว่างเดินทางไปยังพื้นที่ที่เกิดโรคจนล้มป่วยด้วยโรคนี้เมื่อกลับถึงบ้านนั้นอยู่ในเกณฑ์ต่ำมาก ถึงแม้ว่าจะมีการเดินทางเข้าไปยังพื้นที่ที่มีรายงานผู้ป่วยรายแรก ๆ ด้วย การแพร่โรคจะสำเร็จได้ต้องมีการสัมผัสโดยตรงกับเลือด สารคัดหลั่ง อวัยวะหรือสารเหลวในร่างกายของผู้ติดเชื้อไม่ว่าจะยังมีชีวิตอยู่หรือตายไปแล้วหรือของสัตว์ติดเชื้อ ซึ่งการสัมผัสทั้งหมดนี้นับเป็นเรื่องยากที่จะเกิดขึ้นในนักเดินทางทั่ว ๆ ไป อย่างไรก็ตาม นักท่องเที่ยวทุกคนพึงหลีกเลี่ยงการสัมผัสบุคคลที่มีลักษณะดังกล่าว

หากท่านเดินทางไปเยี่ยมญาติมิตรในพื้นที่ที่เกิดโรค ความเสี่ยงของท่านก็ต่ำเช่นกัน ทั้งนี้ยกเว้นท่านได้มีการสัมผัสโดยตรงกับร่างกายของบุคคลที่กำลังป่วยหรือเพิ่งเสียชีวิต หากเกิดกรณีเช่นนี้ขึ้น สิ่งสำคัญคือต้องแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขให้ทราบและเข้ารับการติดตามผู้สัมผัส การติดตามผู้สัมผัสนี้จัดทำขึ้นเพื่อใช้ยืนยันว่าท่านไม่ได้ติดโรคอีโบล่า และเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคผ่านการติดตามตรวจสอบ

❖ **คำชี้แนะทั่วไปขององค์การอนามัยโลกสำหรับการเดินทาง**

- ผู้เดินทางควรหลีกเลี่ยงการสัมผัสคลุกคลีกับผู้ป่วยที่ติดเชื้อ
- บุคลากรสาธารณสุขที่เดินทางไปยังพื้นที่ที่มีโรคระบาดควรปฏิบัติตามแนวทางการควบคุมการติดเชื้อที่แนะนำโดยองค์การอนามัยโลกอย่างเคร่งครัด
- บุคคลใดที่เคยอาศัยอยู่ในพื้นที่ที่เพิ่งมีรายงานผู้ป่วยเมื่อเร็ว ๆ นี้ ควรทราบอาการต่าง ๆ ของการติดเชื้อ และไปพบแพทย์ในทันทีที่อาการแรกของโรคปรากฏขึ้น
- แพทย์ที่ตรวจรักษาผู้เดินทางที่เพิ่งกลับมาจากพื้นที่ที่มีการระบาดของโรคโดยมีอาการที่เข้าข่าย พิจารณาความเป็นไปได้ของโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า
- คำชี้แนะเพิ่มเติมเรื่องการเดินทาง ขอให้ท่านอ่านจากหัวข้อการประเมินความเสี่ยงจากการเดินทางและขนส่ง: คำแนะนำสำหรับหน่วยงานที่มีอำนาจหน้าที่ทางสาธารณสุขและคมนาคมขนส่ง ที่ <http://who.int/ith/updates/20140421/en/>