

คำถามที่พบบ่อยเกี่ยวกับโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า

โดย สำนักโรคติดต่ออุบัติใหม่ กรมควบคุมโรค

1. โรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่าคืออะไร?

ตอบ โรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า เป็นโรคที่มักจะมีอาการรุนแรงถึงชีวิตซึ่งมีอัตราป่วยตายสูงถึงร้อยละ 90 โรคนี้พบทั้งในคน และสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนมกลุ่มอื่นที่ไม่ใช่คน (nonhuman primates เช่น ลิง กอริลลาและชิมแปนซี)

โรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่าปรากฏขึ้นเป็นครั้งแรกเมื่อปี พ.ศ. 2519 ในการระบาดที่เกิดขึ้นสองแห่งพร้อมกันแห่งหนึ่งเกิดขึ้นที่หมู่บ้านริมแม่น้ำอีโบล่าในสาธารณรัฐประชาธิปไตยคองโก อีกแห่งหนึ่งเกิดที่เขตชนบทห่างไกลในประเทศซูดาน

ไวรัสชนิดนี้มาจากไหนยังไม่ทราบ แต่จากหลักฐาน เท่าที่มีเชื่อว่าค้างคาวผลไม้ (Pteropodidae) น่าจะเป็นที่อาศัย (host) ของไวรัสอีโบล่า

2. มนุษย์ติดเชื้อมีไวรัสอีโบล่าได้อย่างไร?

ตอบ ในการระบาดของโรคที่แอฟริกาตะวันตกครั้งนี้ ผู้ป่วยส่วนใหญ่ล้มป่วยเนื่องจากการแพร่ระบาดของโรคจากคนหนึ่งสู่อีกคนหนึ่ง

การติดเชื้อเกิดจากการสัมผัสโดยตรงกับเลือดหรือสารเหลวในร่างกาย หรือสารคัดหลั่ง (อุจจาระ ปัสสาวะ น้ำลาย น้ำอสุจิ) ของคนที่ติดเชื้อ โดยสัมผัสกับบาดแผลที่ผิวหนัง หรือกับเยื่อเมือกบริเวณต่างๆ การติดเชื้อยังเกิดขึ้น

ได้ด้วยถ้าผิวหนังที่มีบาดแผล หรือเยื่อเมือกบริเวณต่างๆ ของคนที่สุขภาพดี มาสัมผัสกับสิ่งแวดล้อมที่ปนเปื้อนด้วยสารเหลวที่มีเชื้อไวรัสจากผู้ป่วยโรคอีโบล่า เช่น เสื้อผ้าที่เปื้อนเลือด ผ้าปูที่นอน หรือเข็มฉีดยาใช้แล้ว

มีบุคลากรสาธารณสุขจำนวนมากกว่า 100 รายแล้ว ที่ได้รับเชื้อไวรัสระหว่างให้การรักษายาบาลแก่ผู้ป่วยโรคอีโบล่า การที่เกิดเหตุเช่นนี้ได้ เป็นเพราะบุคลากรเหล่านั้นอาจมิได้สวมใส่อุปกรณ์ป้องกันร่างกายส่วนบุคคล หรือมิได้ปฏิบัติตามมาตรการป้องกันและควบคุมการติดเชื้ออย่างถูกต้อง ในขณะที่ทำหน้าที่ดูแลผู้ป่วย ดังนั้นจึงควรแจ้งให้บุคลากรผู้ทำหน้าที่รักษายาบาลในระบบสาธารณสุขทุกระดับ ไม่ว่าจะเป็นในโรงพยาบาล คลินิก และสถานีนอนามัย ได้ทราบธรรมชาติของโรคและวิธีการแพร่โรค และขอให้เขาเหล่านั้นปฏิบัติตามข้อควรระวังเพื่อการป้องกันและควบคุมการติดเชื้อโดยเคร่งครัด

องค์การอนามัยโลกแนะนำว่า ไม่ให้ครอบครัวหรือชุมชนต่างๆ ดูแลคนที่อาจมีอาการของโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่าด้วยตนเองที่บ้าน แต่ขอให้ไปรับการรักษาที่โรงพยาบาลหรือศูนย์การรักษายาบาลที่มีแพทย์ และพยาบาลผู้มีความรู้ และอุปกรณ์พร้อมสำหรับการดูแลผู้ป่วยด้วยโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า ถ้าท่านตัดสินใจที่จะดูแลรักษาผู้ป่วยในบ้านของท่านเอง องค์การอนามัยโลกจำเป็นต้องแนะนำให้ท่านแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ของท่านได้ทราบ และให้ท่านได้รับการฝึกอบรมที่เหมาะสม และอุปกรณ์ในการดูแลผู้ป่วย (ถุงมือและอุปกรณ์ป้องกันร่างกายส่วนบุคคล) วิธีการถอด และทิ้งอุปกรณ์ป้องกันร่างกายส่วนบุคคลอย่างถูกต้องหลังการใช้งาน และสาระความรู้ว่าท่านจะป้องกันการติดเชื้อและการแพร่โรคไปยังตัวท่านเอง สมาชิกในครอบครัวหรือชุมชนของท่านได้อย่างไร

นอกจากนี้ ยังมีวิธีแพร่โรควิธีอื่นที่เกิดขึ้นแล้วในชุมชนระหว่างพิธีศพ และการฝังศพด้วย เนื่องจากพบว่า ในพิธีฝังศพที่ผู้มาร่วมพิธีมีการสัมผัสและต้องร่างของผู้ตายโดยตรง ก็สามารถแพร่โรคอีโบล่าได้เช่นกัน การสัมผัสและต้องศพของผู้ที่ตายจากโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า จะต้องกระทำโดยสวมเสื้อผ้า และถุงมือที่รัดกุม และต้องนำศพไปฝังในที่ที่ องค์การอนามัยโลกแนะนำให้เฉพาะเจ้าหน้าที่ที่ผ่านการอบรมและมีอุปกรณ์พร้อมสรรพ เป็นผู้นำร่างของผู้ตายไปฝังตามกรรมวิธีที่ถูกต้อง

คนจะยังอยู่ในระยะแพร่เชื้อ ทรานส์ที่เลือดและสารคัดหลั่งของเขายังมีเชื้อไวรัสนี้อยู่ ด้วยเหตุนี้ ก่อนจะกลับบ้านได้ ผู้ป่วยที่ติดเชื้อจึงต้องได้รับการติดตามดูแลอย่างใกล้ชิด โดยบุคลากรทางการแพทย์และต้องผ่านการทดสอบทางห้องปฏิบัติการ เพื่อให้แน่ใจว่าเชื้อไวรัสหมดสิ้นไปจากระบบต่างๆ ของร่างกายแล้ว เมื่อแพทย์รับรองว่าผู้ป่วยสามารถกลับบ้านได้ แสดงว่าผู้ป่วยพ้นระยะแพร่เชื้อแล้ว และไม่สามารถทำให้ผู้อื่นภายในชุมชนของตนติดเชื้อได้อีก อนึ่ง พบว่าชายผู้หายจากโรคยังจะแพร่เชื้อให้คู่ของตนผ่านทางน้ำอสุจิได้ต่อไปเป็นเวลาไม่เกิน 7 สัปดาห์ หลังจากหายป่วย ด้วยเหตุนี้ จึงเป็นเรื่องสำคัญที่ชายเหล่านี้ควรงดร่วมเพศเป็นเวลาอย่างน้อย 7 สัปดาห์หลังจากหายป่วย หรือมีฉนวนกันก็ต้องสวมถุงยางอนามัยทุกครั้งที่ยร่วมเพศตลอด 7 สัปดาห์หลังจากหายป่วย

โดยทั่วไป จะต้องมีการซักคนหนึ่งที่สัมผัสกับสัตว์ตัวใดตัวหนึ่งที่มีเชื้อไวรัสอีโบล่า ก่อนที่เชื้อนี้จะแพร่ระบาดต่อไปในชุมชนมนุษย์โดยแพร่จากคนหนึ่งไปสู่อีกคนหนึ่ง

3. ใครมีความเสี่ยงต่อการติดโรคมามากที่สุด?

ตอบ ในระหว่างที่โรคกำลังระบาด ผู้ที่มีความเสี่ยงต่อการติดโรคมามากกว่าผู้อื่น ได้แก่

- บุคลากรสาธารณสุข
- สมาชิกในครอบครัว หรือผู้อื่นที่สัมผัสคลุกคลีกับผู้ติดเชื้อ
- ผู้มาร่วมพิธีศพที่สัมผัสและต้องร่างของผู้ตายโดยตรง และ

ยังต้องมีการศึกษาวิจัยมากกว่านี้เพื่อทำความเข้าใจว่าคนบางกลุ่ม เช่น ผู้มีความบกพร่องทางภูมิคุ้มกัน หรือผู้ที่มีภาวะสุขภาพอื่นๆ ประจำตัว จะติดเชื้อไวรัสชนิดนี้ได้ง่ายกว่าคนกลุ่มอื่นหรือไม่

การควบคุมการสัมผัสไวรัสเป็นสิ่งที่สามารถทำได้โดยปฏิบัติตามมาตรการปกป้องตนเอง ไม่ว่าจะเป็นในคลินิกและโรงพยาบาล ในที่ประชุมชน รวมทั้งในบ้าน

4. อาการของโรค และอาการที่แสดงถึงการติดเชื้อ ได้แก่อะไร?

ตอบ ไข้เฉียบพลัน อ่อนเพลียรุนแรง ปวดกล้ามเนื้อ ปวดหัว และเจ็บคอ เหล่านี้เป็นอาการของโรค และอาการที่แสดงว่าติดเชื้อ หลังจากนั้น อาการที่เกิดขึ้นตามมา ได้แก่ อาเจียน อุจจาระร่วง ผื่นขึ้นตามร่างกาย ไต และตับทำงานบกพร่อง และในผู้ป่วยบางรายจะมีเลือดออกทั้งภายนอกและภายใน ผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการพบมีปริมาณเม็ดเลือดขาวและเกร็ดเลือดต่ำแต่เอ็นไซม์ตับมีระดับสูงกว่าปกติ

ระยะฟักตัวของโรค ซึ่งเป็นระยะเวลาตั้งแต่ได้รับเชื้อจนถึงเวลาที่แสดงอาการ ตั้งแต่ 2 ถึง 21 วัน ผู้ป่วยจะเข้าสู่ระยะแพร่เชื้อในทันทีที่แสดงอาการ ผู้ป่วยที่ยังอยู่ในระยะฟักตัวของโรคจะไม่แพร่เชื้อ การยืนยันการติดเชื้อไวรัสอีโบล่าทำได้โดยการทดสอบทางห้องปฏิบัติการเท่านั้น

5. ควรจะเข้าพบแพทย์เมื่อใด?

ตอบ ผู้ที่เคยอยู่อาศัยในพื้นที่ที่มีรายงานผู้ป่วยโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า หรือผู้ที่สัมผัสคลุกคลีกับผู้ป่วยยืนยัน หรือต้องสงสัยว่าป่วยด้วยโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า หากเริ่มแสดงอาการแล้ว ควรจะเข้าพบแพทย์เพื่อตรวจรักษาในทันที

ในกรณีที่มีผู้ใดถูกตั้งข้อสงสัยว่าอาจจะเป็นโรคนี้นี้ ควรเร่งส่งรายงานไปยังหน่วยสาธารณสุขที่ใกล้ที่สุด โดยทันที การให้บริการทางการแพทย์โดยเร็ว มีส่วนสำคัญยิ่งในการเพิ่มอัตราการรอดชีวิตจากโรคนี้นี้ ที่สำคัญไม่แพ้กัน คือ การควบคุมการแพร่ระบาดของโรค และกระบวนการควบคุมการติดเชื้อจำเป็นต้องเริ่มต้นในทันที

6. การรักษาโรคนี้อาจทำได้อย่างไร?

ตอบ ผู้ป่วยที่มีอาการหนักจำเป็นต้องรักษาแบบประคับประคองชนิดเข้มข้น ผู้ป่วยมักจะมีอาการขาดน้ำ และจำเป็นต้องให้สารเหลวทางหลอดเลือดดำ หรือให้สารละลายเกลือแร่ทางปาก ในปัจจุบันนี้ ยังไม่มีวิธีการรักษาให้หายจากโรคนี้

ผู้ป่วยบางรายจะหายจากโรคได้เองหากได้รับการดูแลทางการแพทย์ที่เหมาะสม เพื่อช่วยควบคุมมิให้เชื้อไวรัสแพร่ระบาดต่อไป ผู้ที่ต้องสงสัยว่าป่วยหรือได้รับการยืนยันแล้วว่าป่วยด้วยโรคนี้ ควรถูกแยกกักให้ห่างจากผู้ป่วยอื่นๆ และได้รับการดูแลจากบุคลากรสาธารณสุข โดยใช้มาตรการควบคุมการติดเชื้ออย่างเข้มงวด

7. โรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า ป้องกันได้หรือไม่? มีวัคซีนป้องกันโรคหรือไม่?

ตอบ ขณะนี้ยังไม่มียาหรือวัคซีนใดที่ผ่านการทดสอบจนได้รับอนุญาตให้ใช้สำหรับโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า แต่มีผลิตภัณฑ์หลายชนิดที่อยู่ระหว่างการวิจัยพัฒนา

วิธีป้องกันการติดเชื้อและการแพร่โรค

ผู้ป่วยด้วยโรคติดเชื้อไวรัสอีโบลารายแรกๆ นั้น ติดโรคมาโดยการจับต้องสัตว์ที่ติดเชื้อหรือซากสัตว์ ในขณะที่ผู้ป่วยรายถัดมาล้วนแต่ติดโรคโดยการสัมผัสโดยตรงกับสารเหลวจากร่างกายของผู้ป่วยรายอื่นทั้งสิ้น ไม่ว่าจะเป็นโดยผ่านวิธีที่ไม่ปลอดภัยในการดูแลผู้ป่วย หรือโดยผ่านวิธีที่ไม่ปลอดภัยในการฝังศพ ในการระบาดของโรคคราวนี้พบว่าโรคส่วนใหญ่ได้แพร่ระบาดไปจากคนหนึ่งสู่อีกคนหนึ่ง การป้องกันการติดเชื้อและการจำกัดหรือหยุดยั้งการแพร่โรค มีวิธีทำได้หลายขั้นตอนดังต่อไปนี้

- ทำความเข้าใจเรื่องธรรมชาติของโรค วิธีแพร่โรคและวิธีหยุดยั้งการแพร่ระบาดของโรค (รายละเอียดเพิ่มเติมโปรดดูจากคำถามก่อนหน้านี้เกี่ยวกับโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า ในเอกสารว่าด้วยคำถามที่พบบ่อยฉบับนี้)
- ติดตามรับฟังและปฏิบัติตามคำชี้แนะที่จัดทำโดยกระทรวงสาธารณสุขในประเทศของท่าน
- หากท่านสงสัยว่ามีผู้ใดที่ใกล้ชิดกับท่านหรืออยู่ในชุมชนของท่านกำลังป่วยด้วยโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า ขอให้เชิญชวนและสนับสนุนเขาให้ไปรับการตรวจรักษาที่เหมาะสมที่หน่วยบริการทางการแพทย์
- หากท่านตัดสินใจที่จะดูแลรักษาผู้ป่วยด้วยตนเองที่บ้านของท่าน ขอให้แจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขให้ทราบ ความประสงค์ของท่าน เพื่อเจ้าหน้าที่จะได้จัดการฝึกอบรม มอบถุงมือและอุปกรณ์ป้องกันร่างกายส่วนบุคคลที่เหมาะสมให้แก่ท่าน (ถุงมือ เสื้อคลุมที่น้ำซึมผ่านไม่ได้ รองเท้าบูต หรือรองเท้าหุ้มปิดที่มีแผ่นยางกันน้ำหุ้มทับด้านนอก หน้ากากอนามัยและแว่นป้องกันของเหลวกระเด็นเข้าตา) รวมทั้งให้คำชี้แนะที่เป็นข้อควรจำเรื่องวิธีให้การดูแลที่เหมาะสมสำหรับผู้ป่วย วิธีปกป้องตนเองและครอบครัวของท่าน และวิธีทิ้งอุปกรณ์ปกป้องกันร่างกายส่วนบุคคลอย่างถูกต้องหลังการใช้งาน

หมายเหตุ: องค์การอนามัยโลกแนะนำว่าไม่ควรจัดการดูแลผู้ป่วยที่บ้านแต่แนะนำให้บุคคลตลอดจนสมาชิกในครอบครัวไปรับการดูแลรักษาตามมาตรฐานวิชาชีพที่ศูนย์การรักษายาบาล

- ในการเข้าเยี่ยมผู้ป่วยที่โรงพยาบาลหรือการดูแลรักษาพยาบาลผู้ป่วยที่บ้าน แนะนำให้ล้างมือด้วยสบู่และน้ำทุกครั้งภายหลังจากสัมผัสและต้องร่างกายหรือสารเหลวจากร่างกาย หรือสิ่งแวดล้อมรอบร่างกายผู้ป่วย
- การสัมผัสและต้องศพของผู้ที่ตายด้วยโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่าต้องกระทำโดยใช้อุปกรณ์ปกป้องกันร่างกายส่วนบุคคลที่เหมาะสมเท่านั้น และควรให้บุคลากรสาธารณสุขที่ผ่านการฝึกอบรมเรื่องวิธีฝังศพอย่างปลอดภัยเป็นผู้นำศพไปฝังโดยทันที

นอกจากนี้ บุคคลควรลดการสัมผัสคลุกคลีกับสัตว์ที่มีความเสี่ยงสูงต่อการติดโรค (ได้แก่ ค่างคาวผลไม้ ลิง และลิงเอพ) ที่อาศัยอยู่ในป่าฝนของพื้นที่ที่เกิดโรค หากท่านสงสัยว่าสัตว์ตัวใดตัวหนึ่งเป็นสัตว์ที่ติดเชื้อ จงอย่าสัมผัสและต้องมัน ควรปรุงผลิตภัณฑ์จากสัตว์ (เลือดและเนื้อ) ให้สุกอย่างทั่วถึงก่อนรับประทาน

8. บุคลากรทางสาธารณสุข จะปกป้องตนเองในขณะดูแลผู้ป่วยได้อย่างไร?

ตอบ บุคลากรสาธารณสุขที่มีหน้าที่รักษาพยาบาลผู้ป่วยต้องสงสัยหรือผู้ป่วยที่ยืนยันแล้ว นับเป็นผู้ที่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อมากกว่าคนกลุ่มอื่น ในระหว่างการระบาดของโรค กิจกรรมสำคัญหลายประการจะลดหรือหยุดยั้งการแพร่เชื้อไวรัสได้ มีผลในทางปกป้องบุคลากรสาธารณสุขและคนอื่นๆ ทั้งหมดที่อยู่ในภาวะแวดล้อมของสถานบริการสาธารณสุข กิจกรรมเหล่านั้นเรียกว่า “ข้อควรระวังมาตรฐานและข้อควรระวังเพิ่มเติม” และเป็นคำแนะนำที่อิงหลักฐานเป็นที่รับรู้แน่ชัดว่าสามารถป้องกันมิให้การติดเชื้อนั้นแพร่ระบาดต่อไปได้ ชุดคำถามและคำตอบต่อไปนี้จะพรรณนาข้อควรระวังเหล่านั้นโดยละเอียด

■ ควรแยกผู้ป่วยต้องสงสัยหรือผู้ป่วยยืนยันว่าเป็นโรคอีโบล่าให้ห่างจากผู้ป่วยโรคอื่นหรือไม่?

การแยกกักผู้ป่วยต้องสงสัยหรือผู้ป่วยยืนยันว่าเป็นโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่าไว้ในห้องแยกเดี่ยวเป็นสิ่งพึงปฏิบัติ หากหาห้องแยกเช่นนั้นไม่ได้ ก็ต้องกำหนดขอบเขตของพื้นที่ขึ้นมาสำหรับใช้เฉพาะผู้ป่วยต้องสงสัยหรือผู้ป่วยยืนยันว่าเป็นโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่าโดยให้อยู่แยกต่างหากจากผู้ป่วยโรคอื่น ในพื้นที่ที่กำหนดขึ้นนี้ ต้องแยกผู้ป่วยต้องสงสัยออกจากผู้ป่วยยืนยันด้วย พื้นที่ดังกล่าว ต้องกำหนดเป็นพื้นที่หวงห้ามที่จำกัดการเข้าถึง อุปกรณ์เครื่องใช้ต่างๆ ต้องจำกัดให้ใช้เฉพาะในบริเวณดังกล่าว สำหรับผู้ป่วยทั้งสองกลุ่มนี้เท่านั้น บุคลากรทั้งฝ่ายคลินิกและฝ่ายอื่นๆ ต้องได้รับการมอบหมายงานให้ดูแลเฉพาะห้องแยกกักและพื้นที่เฉพาะเหล่านี้เท่านั้น

■ ผู้เยี่ยมไข้จะได้รับอนุญาตให้เข้ามาในพื้นที่ที่รับตัวผู้ป่วยต้องสงสัยหรือผู้ป่วยยืนยันว่าเป็นโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่าไว้รักษาหรือไม่?

ควรยับยั้งมิให้ผู้เยี่ยมไข้เข้าถึงตัวผู้ป่วยดังกล่าวจะดีกว่า หากไม่สามารถทำเช่นนั้นได้ ควรยอมให้เข้าถึงผู้ป่วยได้เฉพาะบุคคลที่จำเป็นสำหรับสวัสดิภาพและการดูแลรักษาผู้ป่วย เช่น ผู้ปกครองของผู้ป่วยเด็ก เป็นต้น

■ จะต้องใช้อุปกรณ์ป้องกันร่างกายส่วนบุคคลขณะดูแลรักษาผู้ป่วยเหล่านี้หรือไม่?

- นอกเหนือจากข้อควรระวังตามมาตรฐานของการดูแลผู้ป่วยแล้ว บุคลากรสาธารณสุขควรปฏิบัติตามมาตรการควบคุมการติดเชื้อที่แนะนำไว้อย่างเคร่งครัดเพื่อหลีกเลี่ยงการสัมผัสเลือด และสารเหลวที่ติดเชื้อหรือสิ่งแวดล้อมหรือวัตถุที่ปนเปื้อน เช่น เครื่องนอน หรือเข็มฉีดยาที่ใช้แล้วของผู้ป่วย
- ผู้เยี่ยมไข้และบุคลากรสาธารณสุขควรใช้อุปกรณ์ป้องกันร่างกายส่วนบุคคลชนิดต่างๆ อย่างเต็มที่ อุปกรณ์ดังกล่าวอย่างน้อยต้องประกอบด้วย ถุงมือ เสื้อคลุมชนิดน้ำซึมผ่านไม่ได้ รองเท้าบูต หรือรองเท้าหุ้มปิดที่มีแผ่นยางกันน้ำหุ้มทับด้านนอก หน้ากากอนามัยและแว่นป้องกันของเหลวกระเด็นเข้าตา (แว่นปกป้องนัยน์ตาหรือหน้ากากป้องกันใบหน้า)

■ สุขอนามัยของมือมีความสำคัญหรือไม่?

สุขอนามัยของมือเป็นสิ่งสำคัญและต้องปฏิบัติทุกครั้ง:

- ก่อนสวมถุงมือและอุปกรณ์ป้องกันร่างกายส่วนบุคคลขณะจะเข้าไปในห้องหรือพื้นที่แยกกัก
- ก่อนเริ่มทำตามกรรมวิธีสะอาดหรือกรรมวิธีไร้เชื้อใดๆ กับร่างกายของผู้ป่วย
- หลังจากเกิดความเสี่ยงที่จะสัมผัส หรือได้สัมผัสเลือดหรือสารเหลวจากร่างกายของผู้ป่วย
- หลังจากสัมผัสสิ่งปนเปื้อน (หรืออาจปนเปื้อน) ได้แก่ พื้นผิวต่างๆ สิ่งของ หรืออุปกรณ์ใดๆ ในสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วย และ
- หลังจากถอดอุปกรณ์ป้องกันร่างกายส่วนบุคคลจะออกจากพื้นที่แยกกัก

สิ่งสำคัญที่ควรทราบ คือ การละเลยการปฏิบัติเพื่อสุขอนามัยของมือหลังจากถอดอุปกรณ์ป้องกันร่างกายส่วนบุคคลออกแล้ว จะลดทอนประโยชน์อันพึงได้จากอุปกรณ์เหล่านั้น ไม่ว่าจะเป็นสารล้างมือที่ผสมแอลกอฮอล์หรือสบู่กับน้ำที่กำลังไหลต่างก็ใช้สร้างสุขอนามัยของมือได้ ทั้งนี้ต้องปฏิบัติตามขั้นตอนที่ถูกต้องตามคำแนะนำขององค์การอนามัยโลก สิ่งสำคัญคือควรล้างมือทันทีด้วยสบู่และน้ำที่กำลังไหลเมื่อมองเห็นได้ชัดว่ามือนั้นกำลังเปราะเปื้อน สารล้างมือที่ผสมแอลกอฮอล์ควรจวางให้พร้อมใช้ประจำจุดที่มีการดูแลผู้ป่วย (ที่ประตูทางเข้า-ออก และภายในห้องหรือพื้นที่แยกกัก) น้ำที่ไหลจากก๊อก สบู่และผ้าเช็ดมือชนิดไม่ใช่ผ้า ควรจะมีให้พร้อมใช้ตลอดเวลา

■ **ข้อควรระวังอย่างอื่นที่จำเป็นต้องทราบในสภาพการทำงานแบบสถานพยาบาลได้แก่อะไรบ้าง?**

ข้อควรระวังที่สำคัญเรื่องอื่นๆ ได้แก่การฉีดยาอย่างปลอดภัย และกระบวนการเจาะเส้นเลือด รวมถึงการจัดการกับสิ่งมีคมอย่างปลอดภัย การทำความสะอาดสภาพแวดล้อมทั้งแบบปกติและแบบเข้มข้น การชะล้างสิ่งปนเปื้อนจากผิวหนังสัมผัสและอุปกรณ์ต่างๆ และการจัดการกับเครื่องนอนเปราะเปื้อน และการจัดการขยะ

นอกจากนี้ ยังมีสิ่งสำคัญอีกคือต้องสร้างกระบวนการที่ปลอดภัยในการเก็บตัวอย่างส่งตรวจทางห้องปฏิบัติการจากผู้ป่วยต้องสงสัยหรือผู้ป่วยยืนยันว่าเป็นโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า และการจับต้องร่างของผู้ตายหรือชิ้นส่วนต่างๆ ของศพเพื่อการตรวจชันสูตรศพ และเพื่อเตรียมการฝังศพ บุคลากรสาธารณสุขหรือวิชาชีพอื่นใดที่ต้องปฏิบัติกิจเหล่านั้นอันเกี่ยวข้องกับผู้ป่วยต้องสงสัยหรือผู้ป่วยยืนยันว่าเป็นโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่าควรสวมอุปกรณ์ป้องกันร่างกายส่วนบุคคลอย่างเหมาะสมและปฏิบัติตามข้อควรระวังและกรรมวิธีทั้งหลายที่แนะนำโดยองค์การอนามัยโลก

9. ข่าวลือที่ว่าอาหารบางชนิดจะป้องกันหรือรักษาโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่าได้ เป็นจริงหรือไม่?

ตอบ องค์การอนามัยโลกขอแนะนำให้ประชาชนติดตามรับฟังคำชี้แนะทางสุขภาพที่เชื่อถือได้เกี่ยวกับโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่าจากกระทรวงสาธารณสุขแห่งประเทศของตน

เนื่องจากยังไม่มียาที่ใช้ได้ผลในการรักษาโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า การรักษาที่ดีที่สุดขณะนี้คือ การรักษาแบบประคับประคองชนิดเข้มข้นภายในโรงพยาบาลโดยบุคลากรสาธารณสุขที่ทำตามกระบวนการป้องกันควบคุมการติดเชื้ออย่างเคร่งครัด การติดเชื้อนี้สามารถควบคุมได้โดยใช้มาตรการปกป้องที่แนะนำไว้

10. องค์การอนามัยโลก มีมาตรการในการป้องกันโรคในระหว่างการระบาดของโรคอย่างไร?

ตอบ องค์การอนามัยโลกจัดทำคำชี้แนะทางวิชาการให้แก่ประเทศและชุมชนต่างๆ เพื่อเตรียมการรับมือและตอบโต้การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า กิจกรรมขององค์การอนามัยโลกมีดังนี้:

- ตรวจสอบการระบาดของโรคผ่านระบบเฝ้าระวังโรค และแจ้งข่าวสารระหว่างภูมิภาค
- ให้ความช่วยเหลือทางวิชาการเพื่อสอบสวน และควบคุมภัยต่อสุขภาพในทันทีที่เกิดขึ้น เช่น การช่วยค้นหาผู้ป่วยและสอบค้นแบบแผนของการเกิดโรค ณ พื้นที่เกิดเหตุ
- ชี้แนะทางเลือกต่างๆ ของการป้องกัน และรักษาโรค
- จัดวางกำลังผู้เชี่ยวชาญ และจัดส่งวัสดุอุปกรณ์ทางสาธารณสุข (เช่น อุปกรณ์ป้องกันร่างกายส่วนบุคคลประจำตัวบุคลากรสาธารณสุข) หากได้รับการร้องขอจากประเทศนั้นๆ
- จัดการสื่อสารเพื่อเพิ่มความตระหนักรู้เรื่องธรรมชาติของโรค และมาตรการปกป้องสุขภาพ เพื่อควบคุมการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส และ
- กระตุ้นให้เกิดเครือข่ายผู้เชี่ยวชาญทั้งในระดับภูมิภาคและระดับโลกที่พร้อมจะให้ความช่วยเหลือเมื่อมีการร้องขอและบรรเทาผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นต่อการอนามัยระหว่างประเทศ รวมทั้งจากข้อขัดข้องของการเดินทางและการค้า

11. ระหว่างเกิดโรคระบาดจำนวนผู้ป่วยก็รายงาน โดยเจ้าหน้าที่สาธารณสุขจะมีทั้งเพิ่มขึ้น และลดลงได้ไหม?

เพราะเหตุใด?

ตอบ ระหว่างที่มีการระบาดของโรคติดต่อเชื้อไวรัสอีโบล่า กระทรวงสาธารณสุขของประเทศที่มีการระบาด จะทำหน้าที่รายงานจำนวนผู้ป่วยและตายในประเทศของตน จำนวนเหล่านี้เปลี่ยนแปลงได้ทุกวัน จำนวนผู้ป่วยเป็นตัวเลขที่แสดงทั้งผู้ป่วยต้องสงสัย และผู้ป่วยที่ยืนยันแล้วทางห้องปฏิบัติการว่าเป็นโรคติดต่อเชื้อไวรัสอีโบล่า บางครั้งจำนวนของผู้ป่วยต้องสงสัยและผู้ป่วยที่ยืนยันแล้วอาจถูกรายงานรวมกันเป็นตัวเลขเดียว บางครั้งก็รายงานแยกต่างหากจากกัน ดังนั้นตัวเลขเหล่านี้จึงอาจเปลี่ยนไปมาระหว่างผู้ป่วยต้องสงสัยและผู้ป่วยที่ยืนยันแล้ว

การวิเคราะห์แนวโน้มตามช่วงเวลาของข้อมูลผู้ป่วย ร่วมกับข้อมูลข่าวสารด้านอื่นๆ โดยทั่วไปมีส่วนช่วยประเมินสถานการณ์ทางสาธารณสุขและกำหนดวิธีการรับมือที่เหมาะสมยิ่งขึ้น

12. การเดินทางระหว่างเกิดการระบาดของโรคจะปลอดภัยหรือไม่? องค์การอนามัยโลกให้คำแนะนำเรื่องการเดินทางว่าอย่างไร?

ตอบ ระหว่างที่มีการระบาดของโรค องค์การอนามัยโลกจะทบทวนสถานการณ์ทางสาธารณสุขอยู่เสมอ และจะออกคำแนะนำให้จำกัดการเดินทางหรือการค้าหากจำเป็น รวมทั้งอาจแจ้งหน่วยงานระดับชาติที่มีอำนาจหน้าที่ของประเทศต่างๆ ให้ถือปฏิบัติตามคำแนะนำนั้น ขณะนี้องค์การอนามัยโลกกำลังทบทวนคำแนะนำทั้งหมด เกี่ยวกับการเดินทางที่เคยออกประกาศไปแล้วอย่างรอบด้าน เพื่อจะนำเสนอคำชี้แนะฉบับใหม่ในเร็ววัน

ตามปกติการเดินทางจะต้องระมัดระวังสุขภาพทั้งของตน และของผู้คนรอบตัวอยู่เสมอ ความเสี่ยงต่อการติดเชื้อของกลุ่มนักเดินทางอยู่ในเกณฑ์ต่ำมาก เนื่องจากการแพร่โรคจากคนหนึ่งไปสู่อีกคนหนึ่งนั้นเป็นผลจากการสัมผัสและต้องโดยตรงกับสารเหลวจากร่างกายหรือสารคัดหลั่งของผู้ป่วยที่ติดเชื้อ

■ การร่วมเดินทางไปกับผู้ที่ป่วยด้วยโรคติดต่อเชื้อไวรัสอีโบล่าจะปลอดภัยหรือไม่?

เช่นเดียวกับกรณีของโรคอื่นๆ เป็นไปได้เสมอว่าผู้ที่ได้รับเชื้อไวรัสอีโบล่าอาจตัดสินใจเดินทาง หากคนผู้นั้นยังไม่แสดงอาการ (ดูคำถามพบบ่อยหมายเลข 4) เขาก็ยังไม่สามารถแพร่เชื้อไวรัสอีโบล่าให้ผู้คนรอบข้าง หากคนผู้นั้นแสดงอาการแล้ว เขาควรรีบพบแพทย์ทันทีที่อาการป่วยอย่างแรกปรากฏขึ้น กรณีเช่นนี้อาจต้องแจ้งพนักงานการบินหรือลูกเรือหรือรีบเข้าพบแพทย์ในทันทีที่เดินทางถึงจุดหมาย ควรนำตัวนักเดินทางที่แสดงอาการเบื้องต้นของโรคติดต่อเชื้อไวรัสอีโบล่าไปแยกกักไว้เพื่อป้องกันการแพร่โรค อนึ่ง แม้ว่าความเสี่ยงต่อการติดโรคของเพื่อนร่วมทางในกรณีนี้จะอยู่ในเกณฑ์ต่ำมาก ก็ยังคงแนะนำให้ปฏิบัติตามมาตรการติดตามผู้สัมผัสโรคในกรณีดังกล่าว

■ การเดินทางไปยังแอฟริกาตะวันตกเพื่อทำธุรกิจหรือเพื่อเยี่ยมครอบครัว และมีตรสหายยังปลอดภัยหรือไม่?

ความเสี่ยงต่อการติดเชื้อไวรัสอีโบล่าของนักท่องเที่ยวหรือนักธุรกิจในระหว่างเดินทางไปยังพื้นที่ที่เกิดโรคจนล้มป่วยด้วยโรคนี้เมื่อกลับถึงบ้านนั้นอยู่ในเกณฑ์ต่ำมาก ถึงแม้ว่าจะมีการเดินทางเข้าไปยังพื้นที่ที่มีรายงานผู้ป่วยรายแรก ๆ ด้วย การแพร่โรคจะสำเร็จได้ต้องมีการสัมผัสโดยตรงกับเลือด สารคัดหลั่ง อวัยวะหรือสารเหลวในร่างกายของผู้ติดเชื้อไม่ว่าจะยังมีชีวิตอยู่หรือตายไปแล้วหรือของสัตว์ติดเชื้อ ซึ่งการสัมผัสทั้งหมดนี้นับเป็นเรื่องยากที่จะเกิดขึ้นในนักเดินทางทั่วไป อย่างไรก็ตาม นักท่องเที่ยวทุกคนพึงหลีกเลี่ยงการสัมผัสคลุกคลีที่มีลักษณะดังกล่าว

หากท่านเดินทางไปเยี่ยมญาติมิตรในพื้นที่ที่เกิดโรค ความเสี่ยงของท่านก็ต่ำเช่นกัน ทั้งนี้ยกเว้นท่านได้มีการสัมผัสโดยตรงกับร่างกายของบุคคลที่กำลังป่วยหรือเพิ่งเสียชีวิต หากเกิดกรณีเช่นนี้ขึ้น สิ่งสำคัญคือต้องแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขให้ทราบ และเข้ารับการติดตามผู้สัมผัส การติดตามผู้สัมผัสนี้จัดทำขึ้นเพื่อยืนยันว่าท่านไม่ได้ติดโรคติดต่อเชื้อไวรัสอีโบล่า และเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคผ่านการติดตามตรวจสอบ

■ คำชี้แนะทั่วไป ขององค์การอนามัยโลกสำหรับการเดินทาง

- ผู้เดินทางควรหลีกเลี่ยงการสัมผัสคลุกคลีกับผู้ป่วยที่ติดเชื้อ
- บุคลากรสาธารณสุขที่เดินทางไปยังพื้นที่ที่มีโรคระบาด ควรปฏิบัติตามแนวทางการควบคุมการติดเชื้อที่แนะนำ โดยองค์การอนามัยโลกอย่างเคร่งครัด
- บุคคลใดที่เคยอาศัยอยู่ในพื้นที่ที่เพิ่งมีรายงานผู้ป่วยเมื่อเร็วๆ นี้ ควรทราบอาการต่างๆ ของการติดเชื้อ และไปพบแพทย์ในทันทีที่อาการแรกของโรคปรากฏขึ้น
- แพทย์ที่ตรวจรักษาผู้เดินทางที่เพิ่งกลับมาจากพื้นที่ที่มีการระบาดของโรค โดยมีอาการที่เข้าข่าย พึงพิจารณาความเป็นไปได้ของโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า
- คำชี้แนะเพิ่มเติมเรื่องการเดินทาง ขอให้อ่านจากหัวข้อการประเมินความเสี่ยงจากการเดินทางและขนส่ง: คำแนะนำสำหรับหน่วยงานที่มีอำนาจหน้าที่ทางสาธารณสุขและคมนาคมขนส่ง ที่ <http://who.int/ith/updates/20140421/en/>

เอกสารอ้างอิง:

World Health Organization. Frequently asked questions on Ebola virus disease [internet]. 2014 [cited 2014 Aug. 11]. Available from: <http://who.int/csr/disease/ebola/faq-ebola/en/>