



สภากาชาดไทย  
The Thai Red Cross Society

# จุดสารเสวภา สำหรับประชาชน

คลินิกเสริมภูมิคุ้มกันและอายุรศาสตร์การทองเที่ยว สภากาชาดไทย



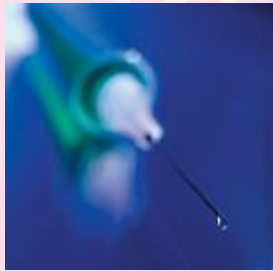
วัยรุ่น... ทายรุ่นตาโรดม

We're never too **YOUNG** to get **shots**

[www.saovabha.com](http://www.saovabha.com)



# คำนำ



ในวัยเด็ก คุณพ่อคุณแม่พาเราไปฉีดวัคซีนที่โรงพยาบาลหลายครั้ง ตอนนี้เมื่อเราโตขึ้น แม่ไม่มีข้อกำหนดบังคับให้ต้องฉีดวัคซีนอีก ก็ยังมีวัคซีนอีกหลายชนิดที่เราอาจยังไม่เคยได้รับ และเป็นวัคซีนที่แนะนำสำหรับวัยรุ่น เนื่องจากวัยรุ่นเป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการเกิดโรค หรือ เป็นช่วงอายุที่เหมาะสมต่อการฉีดวัคซีนนั้นๆ

จุดสารเสาวภาคย์นี้ จึงมุ่งเน้นที่จะให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวัคซีนที่วัยรุ่นควรได้รับ เพื่อช่วยส่งเสริมสุขภาพของเยาวชนไทย

พญ.สุตา สิบบุญเรือง  
ศ.นพ.ธีระพงษ์ ตัณฑวิเชียร



## วัคซีนป้องกันโรคในช่องวัยรุ่น สำคัญอย่างไร?


ปัจจุบันการให้วัคซีนป้องกันโรคในช่องวัยรุ่นได้รับความนิยมมากขึ้น แต่ยังคงพบว่าอัตราการรับวัคซีนเพื่อป้องกันโรคในช่องวัยรุ่นยังต่ำอยู่ซึ่งอาจเนื่องมาจากสาเหตุหลายประการ เช่น ไม่มีการนัดการตรวจสุขภาพและการฉีดวัคซีนในช่วงอายุ 9-15 ปี ซึ่งในช่วงดังกล่าวเด็กมักมีสุขภาพดีและไม่ค่อยได้พบแพทย์เหมือนในช่วงวัยเด็กเล็ก ผู้ปกครองไม่เห็นความสำคัญของการให้วัคซีนในวัยรุ่น วัยรุ่นปฏิเสธการรับวัคซีน

หลายประเทศในทวีปยุโรปและสหรัฐอเมริกา มีการสนับสนุนการให้วัคซีนและมีการระบุข้อบ่งชี้ของการให้วัคซีนแก่วัยรุ่นอย่างชัดเจน มีกำหนดการนัดตรวจสุขภาพและให้คำแนะนำแก่วัยรุ่นในช่วงอายุ 9-12 ปี ขณะเดียวกันมีการสนับสนุนการให้วัคซีนบางชนิดโดยไม่เสียค่าใช้จ่าย วัคซีนที่ควรพิจารณาให้แก่วัยรุ่น ได้แก่

## วัคซีนป้องกันโรคบาดทะยัก คอตีบ ไอกรน สำหรับวัยรุ่น

ประเทศไทยประสบความสำเร็จในการรณรงค์การฉีดวัคซีนป้องกันโรคบาดทะยัก คอตีบ และไอกรนในเด็กตั้งแต่ขวบปีแรกโดยพบว่าอัตราการได้รับวัคซีนในเด็กขวบปีแรกสูงมากกว่าร้อยละ 90 และเมื่อเด็กได้รับวัคซีนพบว่าเด็กจะมีภูมิคุ้มกันโรคอยู่เป็นเวลานานอาจถึง 10-25 ปี อย่างไรก็ตามพบว่าภูมิคุ้มกันต่อโรคเหล่านี้จะลดต่ำลงในวัยรุ่น ผู้ใหญ่และผู้สูงอายุในกรณีที่ไม่ได้รับการฉีดวัคซีนเข็มกระตุ้นในวัยรุ่นและผู้ใหญ่และอาจนำไปสู่การติดเชื้อเพิ่มขึ้น แม้ว่าโรคบาดทะยักและโรคคอตีบพบน้อยในประเทศไทยแต่ก็ยังพบได้ในผู้ใหญ่และผู้สูงอายุคล้ายกับประเทศพัฒนาแล้ว และพบว่าอัตราตายจะเพิ่มสูงขึ้นในผู้ป่วยสูงอายุ ในอดีตโรคไอกรนพบได้บ่อยในเด็ก เด็กเล็ก การได้รับวัคซีนป้องกันโรคไอกรนหรือการป่วย





“...การให้วัคซีนชนิดเข็ม  
กระตุ้นในวัยรุ่นและผู้ใหญ่  
เพื่อป้องกันโรคน่าจะเป็น  
ทางเดียวในการลดอุบัติการณ์  
การติดเชื้อ...”

จากการติดเชื้อในวัยเด็กจะสามารถทำให้ร่างกายมีภูมิคุ้มกันจากโรคได้แต่ภูมิคุ้มกันจะ  
ลดลงเมื่อเวลาผ่านไป ปัจจุบันมีหลักฐานสนับสนุนว่าการเกิดโรคไอกรนในเด็กโต วัยรุ่น  
ผู้ใหญ่พบเพิ่มมากขึ้นและผู้ใหญ่มักมีอาการไอเรื้อรังมากกว่า ๒ สัปดาห์ แต่มักไม่มีอาการที่  
ชัดเจนและมีความรุนแรงน้อยกว่าที่พบในเด็ก โรคไอกรนติดต่อโดยการไอ สามารถ  
แพร่เชื้อสู่คนที่อยู่ใกล้กันได้ เช่น คนในบ้าน เด็กในโรงเรียน

โรคไอกรนในวัยรุ่นและผู้ใหญ่แม้ว่ามีความรุนแรงน้อยแต่ก็อาจทำให้สูญเสีย  
ค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล ผู้ป่วยไม่สามารถทำงานได้และสิ่งที่สำคัญคือ วัยรุ่น ผู้ใหญ่  
ที่ป่วยเป็นโรคไอกรนเป็นแหล่งแพร่เชื้อโรคที่สำคัญสู่เด็กเล็ก พบว่าการให้การวินิจฉัย  
โรคไอกรนในวัยรุ่นและผู้ใหญ่ในแต่ละประเทศนั้นต่ำกว่าความเป็นจริง เนื่องจากลักษณะ  
ของโรคไอกรนในวัยรุ่นและผู้ใหญ่มักมีอาการคล้ายอาการที่เกิดจากการติดเชื้อ  
ในทางเดินหายใจจากสาเหตุอื่นๆ ทำให้แพทย์มักไม่คำนึงถึงโรคนี



**การให้วัคซีนชนิดเข็มกระตุ้นในวัยรุ่นและผู้ใหญ่เพื่อป้องกันโรคน่าจะเป็นทาง  
เดียวในการลดอุบัติการณ์การติดเชื้อ** การให้วัคซีนชนิดเข็มกระตุ้นป้องกันโรคคอตีบ  
บาดทะยักและไอกรน สำหรับวัยรุ่นที่เคยได้รับวัคซีนป้องกันบาดทะยักครบ ๓ เข็ม  
มาก่อนในวัยเด็ก สามารถให้วัคซีนชนิดเข็มกระตุ้นโดยใช้เป็นวัคซีนชนิดรวม Tdap  
(tetanus-diphtheria- acellular pertussis vaccine) โดยแนะนำให้ฉีดวัคซีนเข็ม  
กระตุ้นด้วย Tdap ในช่วงวัยรุ่น 1 ครั้ง และให้ฉีด tetanus-diphtheria toxoids (Td)  
เข็มกระตุ้นทุก 10 ปี นอกจากนี้ในผู้ใหญ่ที่ยังไม่เคยได้รับวัคซีนป้องกันโรค  
ไอกรนมาก่อนแนะนำให้ฉีด Tdap แทน Td 1 ครั้งด้วย โดยเฉพาะผู้ที่มีเด็กที่อายุน้อย  
ในบ้าน หรือหญิงหลังคลอดใหม่ ๆ ก่อนกลับบ้านในกรณีที่ไม่ได้ให้ Td ขณะตั้งครรภ์  
เพราะจะต้องดูแลใกล้ชิดกับทารก





“...ส่วนใหญ่ของผู้ที่ฉีดวัคซีนแล้วจะไม่ใช่โรค แต่อาจมีจำนวนน้อยที่ยังป่วยเป็นโรคอีสุกอีใสได้...”

## วัคซีนป้องกันโรคอีสุกอีใส

**โรคอีสุกอีใส** เป็น โรคที่เกิดจากเชื้อไวรัส พบในเด็กมากกว่าผู้ใหญ่ อาการของโรค ได้แก่ ไข้ ปวดศีรษะ มีผื่นแดงที่ผิวหนัง ต่อมาผื่นจะกลายเป็นตุ่มน้ำ เมื่อหายจากโรคอีสุกอีใสแล้ว เชื้อไวรัสจะยังคงอยู่ในร่างกาย โดยหลบซ่อนตัวอยู่ที่ปมประสาท เมื่อภูมิคุ้มกันของร่างกายอ่อนแอลง ก็จะเกิดเป็นโรคงูสวัดขึ้นได้ โรคอีสุกอีใสติดต่อโดยละอองฝอยของน้ำมูก น้ำลาย เสมหะ หรือ สัมผัสกับตุ่มน้ำใสของผู้ป่วยโดยตรง

โดยทั่วไป โรคอีสุกอีใสมักไม่มีอาการรุนแรง เว้นแต่กรณีการติดเชื้อในทารกผู้ใหญ่ หรือ ผู้มีภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่อง ที่อาจเกิดภาวะแทรกซ้อน เช่น ปอดอักเสบสมองอักเสบได้ วัคซีนป้องกันโรคอีสุกอีใส ทำมาจากเชื้อไวรัสอีสุกอีใสที่ยังมีชีวิตอยู่ ซึ่งทำให้อ่อนฤทธิ์ลง ส่วนใหญ่ของผู้ที่ฉีดแล้วจะไม่ใช่โรค แต่อาจมีจำนวนน้อยที่ยังป่วยเป็นโรคอีสุกอีใสได้ พบว่าจะมีตุ่มใสที่เกิดขึ้นน้อยกว่า ไม่ค่อยมีไข้ และอาการจะหายเร็วกว่าผู้ที่ไม่ได้รับวัคซีนมาก่อน

**สำหรับวัยรุ่น และ ผู้ใหญ่** ที่ยังไม่เคยเป็นโรคอีสุกอีใสมาก่อน แนะนำให้ฉีดวัคซีน 2 ครั้ง ห่างกันอย่างน้อย 1 เดือน **ห้ามให้วัคซีนนี้ในหญิงตั้งครรภ์**



“...การลดความเสี่ยงของการเกิดมะเร็งปากมดลูก นอกจากการฉีดวัคซีนเอชพีวีแล้ว ยังต้องมีการตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูกอย่างสม่ำเสมอ...”


## วัคซีนเอชพีวี กับการป้องกันมะเร็งปากมดลูก



**มะเร็งปากมดลูก** เป็นมะเร็งที่พบมากที่สุดในผู้หญิงไทย ทั้งนี้ผู้หญิงไทยป่วยเป็นมะเร็งปากมดลูกรายใหม่ประมาณ 6,600 - 7,000 คน ต่อปี โดยสาเหตุของมะเร็งปากมดลูกเกือบทั้งหมด เกิดจากการติดเชื้อไวรัสแปปิโลมา หรือ ไวรัสเอชพีวี ซึ่งติดต่อทางการมีเพศสัมพันธ์ เชื้อไวรัสเอชพีวีนี้มีอยู่กว่าร้อยสายพันธุ์ แต่สายพันธุ์ที่ก่อมะเร็งปากมดลูกที่สำคัญ ได้แก่ สายพันธุ์ 16 และ 18 ส่วนสายพันธุ์ 6 และ 11 ทำให้เกิดหูดบริเวณอวัยวะเพศ ดังนั้น การป้องกันการติดเชื้อเอชพีวี จึงเป็นส่วนหนึ่งที่จะช่วยป้องกันการเกิดมะเร็งปากมดลูก นอกเหนือจากการตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูก (pap smear) ทุกปีตามข้อกำหนด

**วัคซีนเอชพีวี** มี 2 ชนิด ได้แก่ ชนิด 4 สายพันธุ์ และ ชนิด 2 สายพันธุ์ ซึ่งมีประสิทธิภาพพอๆกันในการป้องกันมะเร็งปากมดลูกจากสายพันธุ์ 16 และ 18 แต่วัคซีนชนิด 4 สายพันธุ์ ยังสามารถป้องกันหูด บริเวณอวัยวะเพศและทวารหนักได้ด้วย วัคซีนเอชพีวีนี้ แนะนำให้ฉีดในหญิงอายุ 9 - 26 ปี ก่อนมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก และต้องฉีดวัคซีน 3 ครั้ง คือ เข็มแรก จากนั้นอีก 1-2 เดือนหลังจากเข็มแรก และ เข็มสุดท้าย 6 เดือนหลังจากเข็มแรก

อย่างไรก็ตาม การลดความเสี่ยงของการเกิดมะเร็งปากมดลูก นอกจากการฉีดวัคซีนเอชพีวีแล้ว ยังต้องมีการตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูกอย่างสม่ำเสมอ และหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยง ที่จะทำให้เกิดเชื้อเอชพีวี โดยไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ไม่มีคู่นอนหลายคน และ ใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์



“...วัคซีนป้องกัน

โรคหัด - คางทูม - หัดเยอรมัน

รวมอยู่ในเข็มเดียวกัน เป็นวัคซีนที่

ทำจากเชื้อไวรัสซึ่งทำให้อ่อนฤทธิ์ลง...”

## วัคซีนรวมป้องกัน โรคหัด - คางทูม - หัดเยอรมัน

**โรคหัด** พบบ่อยในเด็ก ผู้ป่วยจะมีไข้สูง ไอ ผื่นแดงทั่วตัว บางรายอาจมีภาวะแทรกซ้อนรุนแรง เช่น ปอดอักเสบ สมออักเสบ

**โรคคางทูม** ผู้ป่วยจะมีไข้ คอมน้ำลายบริเวณข้างกกหูอักเสบ บางรายอาจมีภาวะแทรกซ้อน เช่น เยื่อหุ้มสมองอักเสบ ริงไขอักเสบ อัณฑะอักเสบและเป็นหมันได้

**โรคหัดเยอรมัน** ผู้ป่วยจะมีไข้ ผื่นทั่วตัว คอมน้ำเหลืองโต หากติดเชื้อในขณะตั้งครรภ์อาจทำให้ลูกที่เกิดมามีความพิการแต่กำเนิดของ สมอ หัวใจและสายตา ได้

ทั้ง 3 โรคนี้ เกิดจากเชื้อไวรัส ติดต่อดีง่าย จากการสัมผัส หรือ ทางการหายใจเอาเชื้อโรคจากผู้ป่วยเข้าไป

**วัคซีนป้องกันโรคหัด - คางทูม - หัดเยอรมัน รวมอยู่ในเข็มเดียวกัน เป็นวัคซีนที่ทำจากเชื้อไวรัสซึ่งทำให้อ่อนฤทธิ์ลง โดยทั่วไป เด็กจะได้รับวัคซีนนี้ 2 ครั้ง ขณะอายุ 9 - 12 เดือน และ 4 - 6 ปี**

**สำหรับวัยรุ่นและผู้ใหญ่ที่ยังไม่เคยเป็นโรค หรือ รั่ววัคซีนนี้มาก่อน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในหญิงวัยเจริญพันธุ์ ควรได้รับวัคซีน 2 ครั้ง ห่างกัน 1 เดือน ห้ามให้วัคซีนนี้ในหญิงตั้งครรภ์**

## คลินิกเสริมภูมิคุ้มกันและอายุรศาสตร์การท่อน้ำเหลือง สถานเสวภา สภากาชาดไทย



รถประจำทางที่ผ่าน สาย 4, 18, 45, 46, 47, 50, 87, 93, 109, 182

รถประจำทางปรับอากาศที่ผ่าน สาย 4, 18, 50, 87, 93, 507, 141, 177

### บริการให้คำปรึกษา - ฉีดวัคซีน

เวลาทำการ วันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 8.30 - 16.30 น.  
วันเสาร์ - วันหยุดราชการ เวลา 8.30 - 12.00 น.  
ปิดวันอาทิตย์

1871 ถ.พระราม 4 เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทรศัพท์ 02-252-0161-4 ต่อ 132 www.saovabha.com