

โรคฝีดาษลิง: ข้อมูลสำหรับผู้ป่วย

Monkeypox: Information for cases

Thai

เอกสารข้อเท็จจริงนี้สำหรับใคร?

เอกสารข้อเท็จจริงนี้สำหรับผู้ที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคฝีดาษลิง และผู้ที่ได้รับการแนะนำให้แยกตัวตามลำพังที่บ้าน

อาการของโรคฝีดาษลิงเป็นอย่างไรบ้าง?

ผู้คนส่วนมากที่เป็นโรคฝีดาษลิง มีผื่นตัวภายในสองสามสัปดาห์โดยไม่ต้องรับการรักษาอย่างไรก็ตาม อาการมักจะเริ่ม 7 - 14 วันหลังจากการสัมผัส อาจอยู่ในระยะสั้นเพียงสองสามวันหรือนานถึง 21 วัน

อาการโรคฝีดาษลิงอาจรวมถึง:

- ผื่น ตุ่มคล้ายสิวหรือแผล โดยเฉพาะในบริเวณที่มองเห็นได้ยาก เช่นที่อวัยวะเพศ ทวารหนักหรือก้น และบนใบหน้า แขนและขา
- แผลเปื่อยในปาก
- ผู้ป่วยอาจเป็นไข้ ปวดศีรษะ ปวดกล้ามเนื้อ ปวดหลัง ต่อมน้ำเหลืองบวม หนาวสั่นและ/หรืออ่อนเพลียก่อนเกิดเป็นผื่นหรือแผล

รอยโรคเริ่มต้นจากผื่นแดงแบนที่พัฒนาเป็นตุ่มหนอง ซึ่งต่อมาก่อตัวเป็นเปลือกตกสะเก็ดและหลุดออก

ความเสี่ยงต่อโรครุนแรงและภาวะแทรกซ้อน เช่นการติดเชื้อขั้นรุนแรง ภาวะติดเชื้อ และโรคไขสมองอักเสบมีแนวโน้มสูงขึ้นในผู้ที่มีภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่อง เด็กเล็ก และหญิงมีครรภ์

โรคฝีดาษลิงแพร่กระจายได้อย่างไร?

โรคฝีดาษลิงส่วนมากแพร่กระจายจากคนหนึ่งไปยังอีกคนหนึ่งโดยการสัมผัสโดยตรงทางผิวหนัง มันอาจแพร่กระจายโดยละอองจากการหายใจออกของผู้ที่เป็นโรคฝีดาษลิงระหว่างที่มีการสัมผัสใกล้ชิดเป็นเวลานาน แต่กรณีอย่างนี้เกิดได้ยาก อาจจะแพร่กระจายผ่านการติดต่อกับของเหลวจากร่างกายของผู้ติดเชื้อ หรือวัสดุที่เปราะเปื้อนเช่นเครื่องหลับนอนหรือเสื้อผ้า

โรคฝีดาษลิงอาจแพร่ผ่านได้ในระหว่างการมีเพศสัมพันธ์ ยังไม่ทราบแน่ชัดว่าไวรัสโรคฝีดาษลิงคงอยู่ในน้ำอสุจิและของเหลวอื่นจากร่างกายได้นานเท่าใด ผู้ที่เป็นโรคฝีดาษลิงควรงดเว้นการมีเพศสัมพันธ์ในช่วงระยะเวลาที่ติดเชื้อ ผู้ที่ฟื้นตัวจากโรคฝีดาษลิงควรใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีกิจกรรมทางเพศเป็นเวลา 12 สัปดาห์หลังจากฟื้นตัว

ผู้ป่วยเป็นโรคฝีดาษลิงติดเชื้ออยู่ตั้งแต่เวลาเริ่มมีอาการครั้งแรก จนถึงแผลแห้งตกสะเก็ดหลุดออก และมีชั้นผิวหนังใหม่เกิดขึ้นด้านล่าง

รักษาโรคฝีดาษลิงได้อย่างไร?

คนส่วนมากที่เป็นโรคฝีดาษลิงต้องการเพียงยาแก้ปวดธรรมดาซื้อได้จากเคาน์เตอร์และของเหลวทางปาก และสามารถติดตามดูอาการโดยแพทย์จีพีหรือเจ้าหน้าที่คลินิกที่รักษา ผู้ป่วยบางคนต้องการการจัดการดูแลที่ช่วยสนับสนุน เช่นการให้ของเหลวทางเส้นเลือดและการรักษาที่ควบคุมไข้หรืออาการปวด

บางคนอาจต้องการการรักษาภาวะแทรกซ้อน เช่น ยาปฏิชีวนะสำหรับการติดเชื้อแบคทีเรียที่ผิวหนัง มียาต้านไวรัสที่อาจช่วยรักษาผู้ที่มีอาการป่วยหนัก

จะเกิดอะไรขึ้นเมื่อข้าพเจ้าได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคฝีดาษลิง?

- หน่วยสาธารณสุข คลินิกสุขภาพทางเพศ จีพีของท่านหรือแพทย์สามัญ และแพทย์โรคติดต่อ อาจมีส่วนเกี่ยวข้องในการจัดการกับการติดเชื้อโรคฝีดาษลิงของท่าน
- หน่วยสาธารณสุขในพื้นที่จะสัมภาษณ์ท่านเพื่อระบุ ประเมินและติดตามการติดต่อใดๆ กับผู้ที่ท่านอาจติดต่อในระหว่างที่ติดเชื้อ และสถานที่ที่ท่านอาจติดเชื้อ
- จะติดตามผู้ที่ท่านติดต่อด้วยที่มีความเสี่ยงสูง (เช่น คู่นอน และสมาชิกในครัวเรือน) และผู้ที่มีความเสี่ยงปานกลาง (เช่น จากการเข้าสังคม จากที่ทำงาน) เพื่อให้คำแนะนำและติดตามดูอาการการติดเชื้อโรคฝีดาษลิงของพวกเขา ผู้สัมผัสที่มีความเสี่ยงต่ำตามปกติไม่ต้องการการติดตาม อย่างไรก็ตาม สิ่งนี้ขึ้นอยู่กับความเสี่ยงของแต่ละบุคคล ที่ทำการประเมินโดยหน่วยสาธารณสุขในพื้นที่ เอกลักษณ์ของท่านจะไม่มีเปิดเผยให้แก่ผู้ติดต่อใดๆ โดยไม่ได้รับอนุญาตจากท่าน และเท่าที่จำเป็นในการติดตามผู้สัมผัสอย่างมีประสิทธิภาพเท่านั้น

สุขภาพประจำวันของท่านจะได้รับการจัดการโดยจีพีของท่าน หรือเจ้าหน้าที่สุขภาพทางเพศ หรือแพทย์คลินิกโรคติดต่อจากโรงพยาบาลในท้องถิ่นของท่าน

ข้าพเจ้าควรติดต่อใครถ้าอาการหนักลงหรือถ้าเป็นห่วงเกี่ยวกับสุขภาพของตัวเอง?

ถ้าท่านรู้สึกปวดหรือไม่สบาย หรือเป็นกังวลเกี่ยวกับอาการอย่างหนึ่งอย่างใด ควรติดต่อจีพีของท่าน หรือเจ้าหน้าที่สุขภาพทางเพศ หรือแพทย์คลินิกโรคติดต่อจากโรงพยาบาลในท้องถิ่นของท่านเพื่อรับการดูแลโดยทันที

แพทย์ผู้จัดการดูแลประจำวันจะแนะนำท่านให้ติดต่อใครถ้าต้องการความช่วยเหลือในวันสุดสัปดาห์หรือนอกเวลาทำงาน

ในกรณีฉุกเฉิน โทรศูนย์สามตัว (000) โดยทันที โปรดแจ้งแก่แพทย์หรือเจ้าหน้าที่พยาบาลคนอื่นว่า ท่านได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคฝีดาษลิง ใส่หน้ากากสำหรับการผ่าตัดถ้าท่านต้องไปหาจีพี โรงพยาบาลหรือรถพยาบาล

การแยกตัวตามลำพังคืออะไร? ข้าพเจ้าต้องทำอะไรบ้าง?

การแยกตัวตามลำพังเป็นมาตรการลดการแพร่กระจายของเชื้อโรคอย่างมีประสิทธิภาพ การแยกตัวตามลำพังหมายถึงการอยู่ภายในบ้านหรือที่พักและอยู่แยกจากคนอื่น ท่านควรปฏิบัติตามคำแนะนำเหล่านี้ จนกว่าจะได้รับการรับรองทางคลินิกจากหน่วยสาธารณสุขในพื้นที่

ถ้าท่านเป็นโรคฝีดาษลิง และกำลังแยกตัวตามลำพังที่บ้านในระหว่างที่ติดเชื้อ ท่านควร:

- ทำงานจากบ้านซึ่งจะช่วยลดการติดต่อของท่านกับผู้อื่น ถ้าไม่สามารถทำได้ในบางสถานการณ์อาจไปที่ทำงานได้อันหนึ่งการไปทำงานควรทำการรักษาหรือกับหน่วยสาธารณสุขในพื้นที่ โดยพิจารณาถึงประเภทและลักษณะของงานที่ท่านทำ จำนวนและแห่งของบาดแผล ตลอดจนวิธีการเดินทางไปและกลับจากที่ทำงาน
- ไม่ออกจากบ้าน นอกจากเพื่อทำกิจกรรมที่จำเป็นในสถานที่ที่ไม่มีผู้คนแออัด เช่นไปติดตามการดูแลทางแพทย์ไปซื้ออาหาร หรือไปออกกำลังกายกลางแจ้งคนเดียว ถ้าจำเป็นต้องออกจากบ้านใส่หน้ากาก ปิดคลุมผืนแผลทุกแห่ง และหลีกเลี่ยงการติดต่อกับผู้อื่น หลีกเลี่ยงการขนส่งสาธารณะถ้าแผลของท่านไม่สามารถปิดได้อย่างมิดชิด
- * ไม่ไปในสถานที่ที่มีความเสี่ยงสูง (เช่น สถานพยาบาล สถานเลี้ยงเด็ก หรือสถานดูแลผู้สูงอายุ) เว้นแต่จะต้องการการรักษาพยาบาลอย่างเร่งด่วน เลื่อนการนัดหมายตามปกติออกไปจนกว่าระยะการแยกตัวตามลำพังของท่านจะสิ้นสุดลง
- ไม่ให้ผู้มาเยี่ยมที่บ้าน
- งดเว้นจากกิจกรรมทางเพศกับผู้อื่นและใช้ถุงยางอนามัยอย่างต่อเนื่องเป็นเวลา 12 สัปดาห์หลังจากฟื้นตัว
- แยกนอนในห้องต่างหากจากผู้อื่นในครัวเรือน
- ไม่ติดต่อกับร่างกายกับผู้อื่น และรักษาระยะห่างอย่างน้อย 1.5 เมตร
- ** หลีกเลี่ยงการติดต่อกับผู้อื่นที่มีความเสี่ยงสูงที่จะติดเชื้อ (ซึ่งรวมทั้ง เด็กอ่อน ผู้สูงอายุ ผู้ที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่อง และผู้ที่ตั้งครรภ์)
- ปฏิบัติสุขอนามัยมือและการหายใจที่ดี ใส่หน้ากากเมื่อใช้สถานที่ร่วมกัน ปิดแผลที่ผิวหนัง และล้างมือเป็นประจำด้วยสบู่และน้ำ หรือใช้น้ำยาฆ่าเชื้อล้างมือผสมแอลกอฮอล์
- ทำความสะอาดพื้นผิวที่แตะต้องบ่อย เช่น ลูกบิดประตูและสวิทช์ไฟ เป็นประจำด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อ คำแนะนำในการทำความสะอาดและการฆ่าเชื้อในบ้านระหว่างที่ท่านแยกตัวตามลำพัง โปรดดูที่ [Clinical Excellence Commission Household Cleaning and Disinfection Information – Monkeypox](#)
- ไม่ใช่เสื้อผ้า เครื่องนอน ผ้าเช็ดตัว รวมทั้งถ้วยชามและช้อนส้อมที่ไม่ล้างร่วมกับผู้อื่น ถ้าผู้อื่นต้องแตะต้องสิ่งเหล่านี้ เขาควรใส่ถุงมือและหน้ากากอนามัย
- หลีกเลี่ยงการสัมผัสสัตว์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งสุนัขและสัตว์เลี้ยงประเภทหนู (เช่นแฮมสเตอร์ เจอร์บิล หนูบ้าน หนูนา หนูตะเภา) เนื่องจากการเสี่ยงต่อการแพร่เชื้อจากคนสู่สัตว์
- ห้ามบริจาคเลือด เซลล์ เนื้อเยื่อ นานนม น้ำอสุจิหรืออวัยวะในระหว่างที่แยกตัวตามลำพัง และอย่างน้อยเป็นเวลา 12 สัปดาห์หลังจากที่พ้นจากการแยกตัวตามลำพัง

ถ้าท่านมีความกังวลเกี่ยวกับเรื่องนี้ ควรปรึกษาหน่วยสาธารณสุขในพื้นที่ หมายเลข **1300 066 055**

* ถ้าท่านทำงานในสภาพแวดล้อมที่มีความเสี่ยงสูง เช่น สถานพยาบาล สถานดูแลเด็ก สถานดูแลผู้พิการหรือผู้สูงอายุ ท่านต้องไม่ไปทำงานเป็นเวลาทั้งหมด 21 วัน

** ถ้าท่านไม่สามารถหลีกเลี่ยงจากการติดต่อกับสมาชิกในครัวเรือนที่มีความเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อ ควรติดต่อกับหน่วยสาธารณสุขในพื้นที่ซึ่งเขาจำเป็นต้องช่วยหาที่พักอื่นให้ท่านแยกอยู่ตามลำพังอย่างปลอดภัย จนกระทั่งกำหนดเวลา 21 วันจะสิ้นสุดลง

แล้วถ้ามีผู้ดูแลล่ะ?

ในกรณีที่ท่านมีผู้ดูแล เขาควรใส่หน้ากากอนามัย ถูมือ เสื้อคลุมป้องกันของเหลวแบบใช้แล้วทิ้ง และเครื่องป้องกันตา ขณะที่ทำการดูแลท่านในระหว่างที่แยกตัวอยู่ตามลำพัง เพื่อหยุดยั้งการแพร่กระจายของโรค

โปรดติดต่อ Public Health Unit ในท้องถิ่นของท่าน หมายเลข 1300 066 055 ถ้าต้องการคำแนะนำหรือความสนับสนุน

การฉีดวัคซีน

ในขณะที่หากท่านได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคฝีดาษลิง ไม่ต้องฉีดวัคซีน การวิจัยก่อนหน้านี้ที่เกี่ยวกับในกรณีผู้ติดเชื้ออย่างเดียวกัน ระบุว่าจะมีภูมิคุ้มกันระยะยาวหลังการติดเชื้อ อย่างไรก็ตามยังไม่มีข้อมูลที่ชัดเจนเกี่ยวกับไวรัสฝีดาษลิง รวมทั้งขอบเขตที่จะได้รับความคุ้มครอง และถ้าเป็นไปได้จะเป็นเวลานานสักเท่าไร ดังนั้นจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ต้องใช้ความระมัดระวังเท่าที่จำเป็นในการป้องกันตัวเองเพื่อไม่ให้ติดโรคอีก

ออกจากการแยกตัวตามลำพังได้เมื่อไหร่?

ถ้าท่านเป็นรายที่ต้องสงสัย ท่านควรแยกตัวตามลำพัง จนกว่าจะได้รับผลการตรวจจากห้องปฏิบัติการเป็นลบ

ถ้าท่านเป็นรายที่ได้รับการยืนยันหรือน่าจะเป็น ท่านควรแยกตัวตามลำพังและปฏิบัติตามคำแนะนำในเอกสารข้อมูลจนถึงผลทุกแห่งแห่งตกสะเก็ดและหลุดออก และมีชั้นผิวหนังใหม่เกิดขึ้นด้านล่าง

แพทย์ผู้จัดการดูแลท่านและแพทย์โรคติดต่อในท้องถิ่น จะพิจารณาการป่วยและอาการของท่าน และจะแนะนำเมื่อท่านสามารถหยุดการแยกตัวตามลำพัง

จะเป็นอย่างไรเมื่อออกจากการแยกตัวตามลำพัง?

ท่านต้องทำความสะอาดและฆ่าเชื้อในบ้านของท่านอย่างหมดจดเมื่อท่านออกจากการแยกตัวตามลำพัง ต้องให้ความสนใจเป็นพิเศษกับสิ่งของและพื้นผิวที่ติดต่อดังต่อไปนี้โดยตรงกับผิวของท่าน

ไวรัสโรคฝีดาษลิงสามารถมีชีวิตอยู่ในผ้าปูที่นอน ผ้าเช็ดตัว เสื้อผ้าและพื้นผิวสิ่งแวดล้อม รวมทั้งพื้นผิวที่เป็นผ้า เช่น โซฟา หมอนอิงและเตียง เป็นสิ่งสำคัญที่ต้องทำความสะอาดและฆ่าเชื้อบริเวณใดๆ ที่ท่านใช้ในระหว่างการติดเชื้อ รวมทั้งยานพาหนะ

คำแนะนำวิธีทำความสะอาดและฆ่าเชื้อในบ้านเมื่อสิ้นสุดระยะการแยกตัวตามลำพังของท่าน หาได้จาก [Clinical Excellence Commission Household Cleaning and Disinfection Information – Monkeypox](#)

ยังไม่ทราบแน่ชัดว่าไวรัสโรคฝีดาษลิงคงอยู่ในน้ำอสุจิและของเหลวอื่น จากร่างกายได้นานเท่าใด ท่านควรใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีกิจกรรมทางเพศเป็นเวลา 12 สัปดาห์หลังจากพ้นตัวจากโรคฝีดาษลิง นี่เป็นการระมัดระวังเพื่อลดความเสี่ยงที่การแพร่เชื้อถึงคู่่นอน

เมื่อการแยกตัวตามลำพังสิ้นสุดลง ท่านสามารถกลับไปทำงานหรือไปโรงเรียน และเริ่มกิจกรรมทางสังคมได้ต่อไป

มีความสนับสนุนอะไรบ้างในระหว่างการแยกตัวตามลำพัง?

การอยู่กับบ้านเป็นระยะเวลาสั้นจะทำให้ลำบาก หงุดหงิดและเหงา เป็นสิ่งสำคัญที่ต้องระลึกว่าต้องดูแลจิตใจของตนเอง เท่าๆ กับดูแลร่างกาย และขอความสนับสนุนเมื่อต้องการ ยังคงติดต่อกับครอบครัวและเพื่อนๆ ทางโทรศัพท์หรือทางสื่อสังคม

ถ้าท่านต้องการความช่วยเหลือหรือความสนับสนุน โปรดโทร:

- [ACON's support services](#) - เสนอบริการให้คำปรึกษาฟรีและไม่แพงสำหรับ LGBTQ+ ผู้ใหญ่ในรัฐนิวเซาท์เวลส์โทร - (02) 9206 2000
- [QLife](#) - บริการให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์และออนไลน์ระดับชาติที่ไม่ระบุตัว จัดทำโดย LGBTQ+ สมาชิกชุมชน - 1800 184 527
- NSW Mental Health Line – 1800 011 511
- Beyond Blue helpline – 1800 512 348
- Lifeline – 13 11 14
- การสาธารณสุขนิวเซาท์เวลส์ได้ร่วมมือกับ [Sonder](#) ในการจัดบริการสุขภาพส่วนตัวเพื่อช่วยสนับสนุนท่าน มีแอปที่ติดต่อเป็นความลับได้ตลอด 24 ชั่วโมงทุกวัน พูดคุยได้หลายภาษาและติดต่อทางโทรศัพท์กับหน่วยสุขภาพจิตและบริการสุขภาพอื่นๆ ได้ โดยดาวน์โหลด [Sonder app](#) และใส่รหัส HERE2HELP

ข้อมูลเพิ่มเติม

โปรดดูเอกสารข้อเท็จจริง [NSW Health Monkeypox fact sheet](#) (เอกสารข้อเท็จจริง) สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม ท่านสามารถโทรศัพท์ Public Health Unit ในท้องถิ่นด้วย หมายเลข 1300 066 055

สำหรับความช่วยเหลือในภาษาของท่าน โทรบริการล่าม หมายเลข 13 14 50