

# โรคปอดอักเสบในเด็ก รู้ทัน... ป้องกันได้



หากพูดถึง ปอดอักเสบ หรือ ปอดบวม คนทั่วไปย่อมตระหนักถึงอันตรายและความรุนแรงของโรคนี้ โดยเฉพาะหากเกิดกับเด็กๆ ย่อมสร้างความกังวลใจและทุกข์ใจให้กับคุณพ่อคุณแม่เป็นอย่างมาก ดังนั้น เราควรรมาทำความรู้จักโรคปอดอักเสบหรือปอดบวมในเด็ก เพื่อที่จะได้ป้องกันและหลีกเลี่ยงไม่ให้เกิดขึ้นกับบุตรหลาน หรือหากบุตรหลานเป็นโรคนี้ก็จะได้ป้องกันไม่ให้เกิดภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรงได้

ปอดอักเสบ หรือ ปอดบวม (Pneumonia) เป็นภาวะที่มีการอักเสบในบริเวณเนื้อปอดบริเวณหลอดลมฝอยส่วนปลาย ถุงลมและเนื้อเยื่อรอบๆ ถุงลม อันเกิดจากการติดเชื้อ ส่วนใหญ่เป็นเชื้อแบคทีเรียและไวรัสแตกต่างกันตามอายุ อาจพบเชื้ออื่น เช่น วัณโรค หรือเชื้อราได้ พบว่าในเด็กอายุน้อยกว่า 5 ปี สาเหตุของปอดอักเสบเกิดจากเชื้อไวรัส 42 เปอร์เซ็นต์

เชื้อแบคทีเรียที่พบบ่อยในเด็ก ได้แก่ เชื้อนิวโมคอคคัส (Streptococcus pneumoniae), Gr.A Streptococcus, เชื้อฮิบ (Haemophilus influenzae type B) หรือเชื้อไมโครพลาสมา (Mycoplasma pneumoniae) ส่วนเชื้อไวรัสที่พบบ่อยในเด็ก โดยเฉพาะ ได้แก่ RSV, ไข้หวัดใหญ่ ,human metapneumovirus(hMPV), Adenovirus, Parainfluenza virus

โรคปอดอักเสบนับว่าพบบ่อยในประชากรเด็ก โดยเฉพาะเด็กเล็กที่อายุน้อยกว่า 1 ปี เด็กที่มีความพิการแต่กำเนิด คลอดก่อนกำหนด น้ำหนักแรกเกิดน้อยกว่า 2.5 กก. มีโรคหัวใจ มีภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่อง หรือมีภาวะขาดอาหาร อาจเสี่ยงต่อการเกิดโรคแทรกซ้อนที่รุนแรงจนถึงเสียชีวิตได้ ข้อมูลขององค์การอนามัยโรคพบว่า โรคปอดอักเสบเป็นสาเหตุของโรคติดเชื้อที่ทำให้เด็กเสียชีวิตที่พบบ่อยสุด และพบว่าเด็กที่เสียชีวิตอายุน้อยกว่า 5 ปี เกิดจากโรคปอดอักเสบ 15 เปอร์เซ็นต์

การติดต่อของโรคปอดอักเสบ

1. หายใจเอาเชื้อเข้าสู่ปอดโดยตรง ซึ่งเชื้อเหล่านี้จะอยู่ในละอองฝอยขนาดเล็กในอากาศซึ่งแพร่มาจากคนที่ไอจาม โดยเฉพาะบริเวณสถานที่ที่คนแออัด
2. สำลักเชื้อที่อยู่บริเวณทางเดินหายใจส่วนบนเข้าสู่ปอด เช่น สำลักน้ำลาย สำลักอาหาร โดยเฉพาะขณะนั้นมีการติดเชื้อทางเดินหายใจอยู่ก่อนแล้ว
3. ทางกระแสเลือด จากที่มีการติดเชื้อที่บริเวณอื่นก่อนแล้วแพร่กระจายมาสู่ปอด
4. ลุกกลามจากอวัยวะใกล้เคียง เช่น ฝีที่ตับแตกเข้าสู่ปอด
5. แพร่ผ่านจากมือคนที่มีสารคัดหลั่งที่มีเชื้อโรคอยู่ไปสู่อีกคน

อาการของโรคปอดอักเสบ

เด็กที่เป็นโรคปอดอักเสบจะมีอาการไข้ ไอมีเสมหะ หายใจเหนื่อยหอบ หรือหายใจลำบาก มีปีกจมูกบาน ขณะหายใจบริเวณชายโครงหรือหน้าอกบวม ปากเขียว หายใจดัง หรือมีอาการเจ็บหน้าอก

แนวทางป้องกัน

1. หลีกเลี่ยงการไปในบริเวณสถานที่ที่คนแออัด โดยเฉพาะนำเด็กเล็กเข้าไป เช่น ศูนย์การค้า โรงภาพยนตร์
2. จัดสิ่งแวดล้อมให้สะอาดอยู่เสมอ หลีกเลี่ยงควันบุหรี่ ควันไฟ ควันจากท่อไอเสียรถ อากาศที่หนาวเย็นเกินไป
3. ควรหลีกเลี่ยงให้เด็กที่อายุน้อยกว่า 1 ปี หรือเด็กที่สุขภาพไม่แข็งแรงอยู่ใกล้ชิดกับผู้ป่วยโรคปอดอักเสบ
4. แนะนำให้ฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ในเด็กอายุ 6 เดือนขึ้นไป และแนะนำให้ฉีดวัคซีนป้องกันโรค IPD (Invasive Pneumococcal Disease) ในกลุ่มเสี่ยงดังนี้ ผู้ที่ไม่มีม้ามแต่กำเนิดหรือได้รับการตัดม้ามออก มีโรคไตชนิดเนโฟรติก (Nephrotic Syndrome) มีโรคเรื้อรัง เช่น ไตวาย หัวใจ ปอด เบาหวาน หรือมีภูมิคุ้มกันบกพร่อง หรือเด็กที่ฝากเลี้ยงที่สถานรับเลี้ยงเด็กเล็ก

จากความรุนแรงของโรคปอดอักเสบนี้ คุณพ่อคุณแม่ควรจะให้ลูกหลีกเลี่ยงการเป็นโรคนี้ได้ตามที่กล่าวมา ทั้งนี้การเลี้ยงดูลูกน้อยให้มีสุขภาพดี การดื่มนมแม่เต็มที่โดยเฉพาะใน 6 เดือนแรกของชีวิต รวมถึงการได้รับประทานอาหารครบหมู่และมีประโยชน์ การพาลูกน้อยไปรับวัคซีนครบถ้วน การดูแลลูกน้อยให้อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่สะอาดถูกสุขอนามัยอยู่เสมอ สอนลูกให้ล้างมือจนเป็นนิสัย หากลูกไม่สบายหมั่นสังเกตอาการและพาลูกไปพบกุมารแพทย์เมื่อมีอาการไม่ดีขึ้น ย่อมแนะนำให้ลูกน้อยหลีกเลี่ยงไกลจากโรคปอดอักเสบรวมถึงโรคติดเชื้ออื่นๆ ได้อีกด้วย

สามารถอ่านบทความและความรู้เกี่ยวกับสุขภาพเพิ่มเติมได้ที่

<https://www.thonburi2hospital.com/health-detail.php?id=60>

เรียบเรียงข้อมูลโดย พญ.วนิดา พิสิษฐ์กุล