



Clubhouse EP.30

ห้อง "นมแม่"
มูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย



Speaker

พันตรี นพ.จักรพันธ์ สุภเดช

สูติรีแพทย์ที่ปรึกษา รพ.พระมงกุฎเกล้า

นพ.โอฬาริก มุสิกวงศ์

สูติรีแพทย์ รพ.เจ้าพระยาอภัยภูเบศร

ดร. ธีญญลักษณ์ บรรลือชิตกุล

ศูนย์ความเป็นเลิศทางการแพทย์ด้านโรคเลือดสมอง

รพ.จุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย

Moderator

พญ.ศิราภรณ์ สวัสดิ์วาร

รศ. ดร. พญ.นลินี จงวิริยะพันธุ์

พว.มีนระ สพสมัย

คุณศศิธร วัฒนกุล (ลอร่า)

เอาให้ชัดอีกรอบ

"ถาม-ตอบ วัคซีนโควิด กับ คนท้อง"



พบกันในวันพฤหัสบดีที่ 2 ก.ย. 2564

เวลา 20.00-21.30 น.

<https://thaibf.com>



Clubhouse EP#30: เอาให้ชัดอีกรอบ "ถาม-ตอบ วัคซีนป้องกันโรค COVID-19 กับ คนท้อง"

วิทยากร : พันตรี นพ.จักรพันธ์ ศุภเดช สูตินรีแพทย์ที่ปรึกษา รพ.พระมงกุฎเกล้า

นพ.โอฬาริก มุสิกวงศ์ สูตินรีแพทย์ รพ.เจ้าพระยาอภัยภูเบศร

ผศ. ดร.ธัญลักษณ์ บรรลือชิตกุล ศูนย์ความเป็นเลิศทางการแพทย์

ด้านหลอดเลือดสมองแบบครบวงจร แห่ง รพ.จุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย

บันทึก : ศ. คลินิก พญ.ศิริภรณ์ สวัสดิ์/เหมวดี พลรัฐ

จากตัวเลขหญิงตั้งครรภ์ติดเชื้อและเสียชีวิตจากการติดเชื้อ COVID-19 ที่เพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง นับตั้งแต่เดือนเมษายนเป็นต้นมา ที่สูงถึง 69 ราย โดยอัตราการเสียชีวิตของหญิงตั้งครรภ์ของไทยนั้นสูงกว่าต่างประเทศถึง 2 เท่า และหญิงตั้งครรภ์มีความเสี่ยงที่จะเสียชีวิตหากไม่ได้รับวัคซีนถึงร้อยละ 2.3

ที่ฟังเพียงอย่างเดียวของหญิงตั้งครรภ์ในเวลานี้คือวัคซีน เพราะหากป่วยติดเชื้อ จะมีความยุ่งยากในการรักษาและมีข้อจำกัดในเรื่องยาที่ใช้ วัคซีนสามารถปกป้องทั้งแม่และลูกในท้องได้ จึงเป็นที่มาของหัวข้อพูดคุยในวันนี้ที่ต้องการตอบย้ำและสร้างความมั่นใจอีกครั้งให้กับหญิงตั้งครรภ์ที่กำลังลังเลใจในเรื่องการฉีดวัคซีน

หญิงตั้งครรภ์ เป็นกลุ่มที่จำเป็นต้องได้รับวัคซีนป้องกันโรค COVID-19 และบุคลากรด้านสาธารณสุขควรสนับสนุนให้หญิงตั้งครรภ์ทุกรายรับวัคซีนเมื่ออายุครรภ์เกิน 12 สัปดาห์ ทั้งนี้ ความไม่มั่นใจหรือความลังเลใจในการรับวัคซีนป้องกันโรค COVID-19 ในหญิงตั้งครรภ์ อาจมีประเด็นที่เกี่ยวข้อง 2 ประเด็นหลัก คือ ความปลอดภัย และ ประสิทธิภาพ ดังนั้น บุคลากรด้านสาธารณสุขควรช่วยกันสื่อสารให้หญิงตั้งครรภ์และครอบครัวเชื่อมั่นว่า การรับวัคซีนป้องกันโรค COVID-19 ช่วยลดความเสี่ยงต่อการติดเชื้อ และลดความรุนแรงหากเกิดการติดเชื้อ COVID-19 ได้

ประเด็นที่มีการซักถาม-อภิปรายใน EP#30 มีดังนี้

1. หญิงตั้งครรภ์ฉีดวัคซีนป้องกันโรค COVID-19 ได้ไหม มีข้อห้ามอะไร วัคซีนจะมีผลต่อทารกในครรภ์หรือไม่?

หญิงตั้งครรภ์สามารถฉีดได้ ทุกยี่ห้อที่มีในตอนนี้ ข้อบ่งชี้ห้ามฉีดวัคซีนมีเพียงข้อเดียว นั่นคือ การมีอาการแพ้วัคซีนมาก่อน ในปัจจุบัน กรมอนามัย ส่งเรื่องให้สาธารณสุขแต่ละจังหวัดอำนวยความสะดวกให้กับหญิงตั้งครรภ์เป็นพิเศษในการฉีดวัคซีน โดยดำเนินการเป็น one stop service สามารถรับวัคซีนได้ ณ ที่ฝากครรภ์ ส่วนความกังวลใจว่า วัคซีนจะส่งผลกับทารกในครรภ์และลูกในอนาคตนั้น จากข้อมูลการศึกษาที่มีจนถึงปัจจุบัน ยังไม่มีรายงาน และจากการศึกษาตัวอย่างวัคซีนที่ใกล้เคียงมากที่สุดซึ่งคือ วัคซีนป้องกันไวรัสอีโบล่าที่ใช้กันมายาวนาน ไม่พบผลกระทบต่อทารกที่เกิดมา

2. วัคซีนป้องกันโรค COVID-19 จะทำให้ทารกในครรภ์มีความเสี่ยงที่จะเสียชีวิตหรือไม่?

การฉีดวัคซีนป้องกันโรค COVID-19 ไม่ได้เพิ่มอัตราการเสียชีวิตของทารกในครรภ์ วัคซีนทุกชนิดจะต้องผ่านการศึกษาและรับรองว่า ไม่ได้ก่อให้เกิดผลกระทบต่อสุขภาพและต่อพัฒนาการของทารกในครรภ์

โดยองค์การอนามัยโลก (World Health Organization, WHO) แนะนำว่า วัคซีนป้องกันโรค COVID-19 สามารถใช้กับหญิงตั้งครรภ์ได้อย่างปลอดภัย ไม่มีผลต่อการตั้งครรภ์ และยังไม่พบรายงานว่ามีทารกเสียชีวิตในครรภ์หรือพิการ หรือรายงานการเกิดความผิดปกติของทารกในครรภ์ที่เกิดจากการฉีดวัคซีนป้องกันโรค COVID-19

3. การฉีดวัคซีนป้องกันโรค COVID-19 กับวัคซีนอื่น ๆ สำหรับหญิงตั้งครรภ์ ควรมีระยะเวลาการฉีดห่างกันอย่างไร?

ในสถานการณ์เช่นนี้ ถ้าเลือกได้ ควรเลือกฉีดวัคซีนป้องกันโรค COVID-19 ก่อน โดยอาจฉีดพร้อมกับวัคซีนอื่นได้ แต่เพื่อป้องกันการเกิดอาการข้างเคียงซึ่งจะแยกได้ยากว่าเกิดจากวัคซีนใด จึงมีการแนะนำให้เว้นระยะห่างประมาณ 2 สัปดาห์ ระหว่างการรับวัคซีนป้องกันโรค COVID-19 กับวัคซีนอื่น ๆ ที่หญิงตั้งครรภ์ได้รับตามปกติ ทั้งนี้ หากมีความจำเป็นต้องได้รับวัคซีนดังต่อไปนี้ เช่น วัคซีนป้องกันบาดทะยัก วัคซีนป้องกันโรคพิษสุนัขบ้า เป็นต้น สามารถให้ได้ทันที ไม่ต้องเว้นระยะเวลา

4. ถ้าหญิงตั้งครรภ์ไม่ได้รับวัคซีนป้องกันโรค COVID-19 จะมีปัญหาอะไรหรือไม่?

หญิงตั้งครรภ์ที่ไม่ได้รับวัคซีนมีโอกาสสูงถึงร้อยละ 2.3 ที่จะเสียชีวิตหากติดเชื้อ ส่วนหญิงตั้งครรภ์ที่ได้รับวัคซีน เมื่อติดเชื้อ พบว่าร้อยละ 98 ไม่มีอาการ สามารถรับการรักษาแบบ home isolation ได้ ถ้าหญิงตั้งครรภ์ที่ยังไม่ได้รับวัคซีนแล้วติดเชื้อ จะมีโอกาสเสี่ยงที่จะมีอาการหนัก ต้องเข้ารับการรักษาที่หอผู้ป่วยวิกฤต (ICU) ทั้งแม่และลูก ลูกที่เกิดมาจะมีน้ำหนักตัวน้อย และเสี่ยงที่จะเสียชีวิต ทั้งหมดนี้ป้องกันได้ด้วยการฉีดวัคซีนป้องกันโรค COVID-19 การไม่ฉีดวัคซีนจะมีผลเสียและมีความเสี่ยงมากกว่า

5. เมื่อฉีดวัคซีนป้องกันโรค COVID-19 เข็มแรกไปแล้ว เพิ่งทราบว่าตั้งครรภ์ ควรฉีดเข็ม 2 ในช่วงไหน?

ราชวิทยาลัยสูตินารีแพทย์แห่งประเทศไทย แนะนำว่า ให้รออีก 12 สัปดาห์ขึ้นไป จึงจะสามารถฉีดวัคซีนเข็มที่ 2 ได้ ทั้งนี้ หากฉีดวัคซีนแล้วพบว่าตั้งครรภ์ภายหลัง ไม่เป็นเหตุที่ต้องยุติการตั้งครรภ์ ไม่ต้องทำแท้ง จากการศึกษาพบว่า การแท้งในหญิงตั้งครรภ์ที่ฉีดวัคซีนนั้น มีอัตราความเสี่ยงเท่ากับการแท้งในการตั้งครรภ์ปกติ

6. ภูมิคุ้มกันจากวัคซีนจะอยู่ได้นานแค่ไหน ถ้ามีการฉีดในระหว่างตั้งครรภ์?

ถ้าฉีดวัคซีนเข็มแรกในสัปดาห์ที่ 12 และเข็มที่ 2 ในสัปดาห์ที่ 16 ของการตั้งครรภ์ ภูมิคุ้มกันจะสามารถอยู่ไปได้จนถึงช่วงหลังคลอด แต่ถ้าฉีดเข็มแรกก่อนตั้งครรภ์ และเข็มที่ 2 ห่างไปอีก 12 สัปดาห์ เมื่อถึงช่วงใกล้คลอด ภูมิคุ้มกันอาจจะค่อย ๆ ลดลงไป

7. ถ้าจะรอวัคซีน Moderna จะดีไหม?

อย่าไปหวังน้ำบ่อหน้า เพราะวัคซีนยังไม่มา และไม่แน่นอนว่า จะมาถึงเมื่อไหร่ เพราะวันนี้ โรค COVID-19 มาจอร์รออยู่ที่หน้าบ้านแล้ว อยากให้พิจารณาจากสถานการณ์และความเสี่ยงในปัจจุบัน เพราะทุกวันนี้ มีหญิงตั้งครรภ์ติดเชื้อเพิ่มจำนวนขึ้นอย่างก้าวกระโดด

8. การฉีดวัคซีนไขว้หรือแบบสลับยี่ห้อในหญิงตั้งครรภ์ ควรจะเป็นแบบไหน?

แรกเริ่มนั้น ในประเทศไทย จะให้คนท้องฉีดวัคซีน Sinovac ต่อมา เมื่อมีข้อมูลมากขึ้น ทำให้สามารถฉีดวัคซีนได้ทุกวัย โดยปัจจุบัน สูตรการรับวัคซีนที่ใช้กันนั้นมี 4 สูตร คือ

1. Sinovac ตามด้วย AztraZeneca
2. Pfizer ตามด้วย Pfizer
3. AztraZeneca ตามด้วย Pfizer
- และ 4. AztraZeneca ตามด้วย AztraZeneca

ทั้งนี้ การพิจารณาสูตรต่าง ๆ ขึ้นกับว่า พื้นที่ได้รับการจัดสรรวัคซีนอย่างไร และขึ้นกับนโยบายของแต่ละพื้นที่ อย่างไรก็ตาม จะใช้สูตรไหนก็ได้ แต่ที่ไม่แนะนำมากที่สุดสำหรับหญิงตั้งครรภ์คือ สูตร AztraZeneca ตามด้วย AztraZeneca เพราะมีการเว้นระยะห่างที่นานไป ในระหว่างรอการฉีดวัคซีนเข็มที่ 2 มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อได้

9. หญิงตั้งครรภ์หลายคนมีความกังวลใจว่า วัคซีนกลุ่ม mRNA จะทำให้เกิดโรคร้ายทั้งตนเองและลูกในอนาคต เช่น มะเร็ง และโรคแพ้ภูมิตัวเอง เป็นต้น ข้อเท็จจริงเป็นอย่างไร?

มีข้อมูลผิด ๆ ที่ถูกแชร์จำนวนมากว่า วัคซีน mRNA จะทำให้มี “สิ่งแปลกปลอม” เข้าไปในเซลล์และส่งผลกระทบต่อพันธุกรรม ก่อให้เกิดโรค ข้อมูลดังกล่าวเป็นความเข้าใจที่คลาดเคลื่อน ความจริงคือ สารจากวัคซีนเข้าไปในเซลล์จริง แต่ไม่เข้าไปในนิวเคลียส โดยไปอยู่ในส่วนที่เรียกว่า ไซโทพลาซึม ไม่ได้เข้าไปยุ่งกับพันธุกรรมใด ๆ ในตอนนี้ ยังไม่มีรายงานเรื่องโรคแพ้ภูมิตัวเอง และยังไม่มียาว่า การฉีดวัคซีนกลุ่มนี้จะทำให้เป็นมะเร็ง

10. หญิงตั้งครรภ์กลัวการติดเชื้อ COVID-19 มาก จะฉีดวัคซีน Pfizer 3 เข็มได้ไหม?

ปัจจุบัน คนส่วนมากกลัวว่า ตนเองนั้นจะมีภูมิคุ้มกันที่ไม่สูงเพียงพอ แต่การฉีดวัคซีน Pfizer นั้นร่างกายจะมีภูมิคุ้มกันได้ยาวนานกว่า 6 เดือน ถ้าฉีดก่อนตั้งครรภ์ไปแล้ว และฉีดอีกครั้งเป็นเข็มที่ 2 ในสัปดาห์ที่ 12 จะมั่นใจได้ว่า จะมีภูมิคุ้มกันเพียงพอไปจนถึงช่วงหลังคลอด ถึงเวลานั้น ค่อยรอดูคำแนะนำอีกครั้ง ส่วนเข็มที่ 3 ยังไม่ต้องคิด เพราะวัคซีนตอนนี้ยังไม่เพียงพอ

11. หญิงตั้งครรภ์ที่มีความเสี่ยงสัมผัสผู้ติดเชื้อ และยังไม่ได้รับวัคซีน จะต้องทำอะไร หรือได้เข็มแรกมาแล้ว มีคนในครอบครัวติดเชื้อ จะต้องทำอะไร?

หญิงตั้งครรภ์ทั้ง 2 กลุ่ม ต้องไปตรวจว่า ตนเองนั้นติดเชื้อหรือไม่ เพราะเป็นกลุ่มเสี่ยง ถ้าไม่ติดเชื้อ ควรแยกตัวออกจากผู้ติดเชื้อ หรือให้ผู้ติดเชื้อแยกตัวออกไปอยู่ที่ศูนย์พักคอย (หรือ community isolation) หรือถ้าพบว่า ติดเชื้อ ต้องดำเนินการตามคำแนะนำของทีมแพทย์ ถ้ามีอาการน้อยหรือไม่มีอาการสามารถทำ home isolation หรืออยู่ที่ hospitel ทั้งนี้ ครอบครัวไหนที่มีหญิงตั้งครรภ์ ต้องปฏิบัติตามมาตรการการควบคุมและป้องกันการติดเชื้อทุกอย่าง อย่างเข้มงวด เพื่อป้องกันการที่คนในครอบครัวนำเชื้อจากภายนอกมาติดหญิงตั้งครรภ์ เพราะหากคนท้องติดเชื้อ มีโอกาสสูงที่จะป่วยหนัก

12. หญิงตั้งครรภ์ควรกินสมุนไพร อาหารเสริม หรือวิตามินอะไรบ้างเพื่อเสริมภูมิคุ้มกันการติดเชื้อ และการกินวิตามินซี วิตามินดี และ สังกะสี (zinc) ตามที่แนะนำในสื่อสังคมออนไลน์ จะมีผลกระทบต่อสุขภาพการตั้งครรภ์หรือไม่?

หญิงตั้งครรภ์ห้ามกินยาฟ้าทะลายโจร เพราะจะมีผลให้เกิดการแท้งลูกได้ ส่วนอาหารเสริมภูมิคุ้มกันนั้น ควรอ่านฉลากข้างภาชนะบรรจุให้ชัดเจนว่า มีข้อห้ามสำหรับหญิงตั้งครรภ์หรือไม่ และส่วนใหญ่อาหารเสริมเหล่านี้มักจะไม่มียาหรือส่วนผสมและผลกระทบในหญิงตั้งครรภ์ที่ชัดเจน ดังนั้น จึงไม่ควรเสี่ยงหาซื้อมากินเอง ควรพยายามเน้นกินอาหารให้ครบ 5 หมู่ เน้นอาหารที่มีธาตุเหล็ก แคลเซียม ไอโอดีน สังกะสี และคุณภาพให้ดี ส่วนวิตามินดี และยาสังกะสีนั้น หากกินในขนาดปกติ ไม่ได้มีผลกับทารกในครรภ์ ส่วนวิตามินซี ไม่ควรกินเกินวันละ 1,000 มิลลิกรัม (ปริมาณที่มากกว่า 2,000 มิลลิกรัม อาจทำให้เกิดผลข้างเคียง) ส่วนวิตามินที่ละลายในไขมัน ซึ่งได้แก่ วิตามินเอ ดี อี เค นั้น สะสมในร่างกายได้ ถ้าได้รับมากเกินไป จะเกิดผลเสียมากกว่าผลดี อย่างไรก็ตาม ควรปรึกษาแพทย์หากต้องการกินอาหารเสริมหรือเสริมวิตามิน

13. ฟ้าทะลายโจรนั้น ถ้ากินเป็นอาหาร ต้องกินแค่ไหน จึงจะปลอดภัยในหญิงตั้งครรภ์?

ถ้ากินฟ้าทะลายโจรเป็นอาหารในแต่ละมื้อ เช่น การนำใบมาทำเป็นอาหาร เป็นต้น กินได้ตามปกติ ไม่ได้ส่งผลกระทบต่อทารกในครรภ์ แต่การกินยาฟ้าทะลายโจรที่เป็นแคปซูลหรือสารสกัดนั้น ห้ามใช้สำหรับหญิงตั้งครรภ์ เพราะอาจทำให้แท้งลูกได้

14. แม่ให้นม ฉีดวัคซีนป้องกันโรค COVID-19 ได้เลยไหม ฉีดแล้วให้นมลูกได้ไหม?

ฉีดได้เลย ฉีดแล้วสามารถให้นมลูกได้เลยทันที มีงานวิจัยพบว่า วัคซีนกลุ่ม mRNA นั้น ภายหลังจากฉีดอย่างน้อย 2-4 สัปดาห์ จะมีภูมิคุ้มกันที่เรียกว่า IgA ออกมาทางน้ำนมไปสู่ลูก ช่วยถ่ายทอดภูมิคุ้มกันไปยังลูกได้ ตัววัคซีนเองนั้น ไม่สามารถผ่านรกไปยังทารกในครรภ์ และไม่ผ่านออกมาทางน้ำนม
