



Clubhouse EP.31

ห้อง "นมแม่"
มูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย



Speaker

พันตรี นพ. จักรพันธ์ ศุภเดช
สูติรีแพทย์ที่ปรึกษา รพ. พระมงกุฎเกล้า
พญ. ริชาพรรณ ชูแก้ว
จิตแพทย์ รพ.สมเด็จพระบรมราชเทวี ณ ศรีราชา
พญ. ดวงสมร เกียรติสุดา
สูติแพทย์ เวชศาสตร์มารดาและทารก รพ.พระมงกุฎเกล้า

Moderator

หม่อเอ้ อจ.นลินี อ. สง่า คุณ ลอรา

แม่ท้อง แม่ให้นม ติดเชื้อโควิด
Long COVID (Post COVID Syndrome) จะป้องกันได้อย่างไร



พบกันวันพฤหัสบดีที่ 9 ก.ย. 2564
เวลา 20.00-21.30 น.
<https://thaibf.com>



Clubhouse EP.31 : จะป้องกัน แม่ท้อง แม่ให้นมติดเชื้อโควิด
ไม่ให้เป็น Long COVID (Post COVID Syndrome ได้อย่างไร
วิทยากร : พันตรี นพ.จักรพันธ์ ศุภเดช สูตินรีแพทย์ที่ปรึกษา รพ.พระมงกุฎเกล้า
พญ.ริษาพรรณ ชูแก้ว จิตแพทย์ รพ.สมเด็จพระบรมราชเทวี ณ ศรีราชา
พญ. ดวงสมร เกียรติสุตา สูติแพทย์ เวชศาสตร์มารดาและทารก รพ.พระมงกุฎเกล้า
น.พ.สุกิจ ปิยะศิริศิลป์ แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านโรคติดเชื้อ รพ.วัฒนาอัครธานี
บันทึก : พญ.ศิริภรณ์ สวัสดิ์วิโร/เหมวดี พลรัฐ
วันพฤหัสบดี ที่ 9 กันยายน 2564 เวลา 20.00 -21.30 น.

จากข้อมูลและข่าวในโซเชียลมีเดียที่พบว่าในต่างประเทศมีผู้ป่วยติดเชื้อโควิดที่รักษาหายแล้ว แต่ภายหลังพบว่ายังมีผลกระทบหรืออาการข้างเคียงของโรคที่เรียกว่า Post COVID Syndrome หรือ Long COVID ซึ่งเป็นภาวะแทรกซ้อนที่เกิดกับหลายระบบของร่างกาย เกิดการเจ็บป่วยที่กระทบต่อคุณภาพชีวิต ถ้าแม่ท้อง แม่ให้นมเกิดปัญหานี้ ย่อมมีผลกระทบกับขบวนการให้นมแม่ การเลี้ยงดูลูก และการดูแลครอบครัวเป็นอย่างสูง

ข้อมูลล่าสุดของประเทศไทย นับจากเดือนเมษายนปีนี้ หญิงตั้งครรภ์ได้รับวัคซีนแล้วมีเพียงประมาณ 50,000 กว่าคน จากเป้าหมาย 5 แสนราย (ร้อยละ10) หญิงตั้งครรภ์เสียชีวิตไปแล้วจำนวนมากกว่า 70 ราย มีเด็กที่กำพร้าพ่อแม่มากกว่า 400 คน ผลการทบทวนจากการเสียชีวิต และการจากกันไป ก็เกิดปัญหาแบบหนึ่ง Long COVID จะเป็นผลกระทบที่จะเกิดกับผู้หายจากโรค จึงเป็นที่มาของ EP นี้ เพื่อทำความรู้จัก ดูความเป็นไปได้ ใน การจะช่วยป้องกันแม่ท้อง แม่ให้นม ที่ติดเชื้อโควิดในวันนี้ ให้ปลอดภัยจาก long COVID ในวันหน้า

1. Post COVID Syndrome หรือ Long COVID Syndrome คืออะไร?

- เป็นกลุ่มของอาการที่เกิดขึ้นภายหลังหายจากการติดเชื้อโควิด หมายถึงไม่มีเชื้อในร่างกายแล้ว แต่ยังมีอาการไม่กลับปกติ ผู้ป่วยโควิด ส่วนใหญ่หลังการฟื้นฟูเต็มที่ 12 สัปดาห์ อาการต่างๆ ควรหายไป ผู้ติดเชื้อโควิด แต่ละคนจะมีอาการผลเหลือ หรืออาการที่เป็นใหม่ไม่เหมือนกัน

- เริ่มรู้จักตั้งแต่กลางปี 2563 พบมากถึง ร้อยละ 30-40 ของผู้ติดเชื้อที่อาการหายไปแล้ว ประเทศอิตาลี รายงานการพบสูงถึงร้อยละ 80

- ขบวนการเกิดโรค ยังไม่รู้แน่นอน ประมาณว่า เป็นจากหลายสาเหตุ เช่น เป็นผลเกิดขึ้นในระหว่างการติดเชื้อ, เป็นผลจากเกิดการแข็งตัวของเลือดในสมอง ปอด ไต ลำไส้, เป็นผลจากปฏิกิริยาที่ภูมิคุ้มกันทำกับซากเชื้อที่ตกค้าง หรือจากขบวนการอักเสบเกิดพังผืดในอวัยวะที่เชื้อเข้ามาถึง โดยภาพรวมเป็นผลจากขบวนการอักเสบ และภูมิคุ้มกันต่อเส้นเลือดและเนื้อเยื่อ ถ้าเกิดที่สมองก็จะทำให้มีอาการมึนงง ปวดหัวเป็นๆหายๆ ตามัว ผื่นวงอาการอื่นๆ เช่น กล้ามเนื้อก็จะฝ่อลีบ แขนงหน้าอก เจ็บหน้าอก มีผลกระทบระบบภายในร่างกายที่เกิดการติดเชื้อไวรัส รวมถึง ต่อมไทรอยด์ ต่อมหมวกไต

2. ผู้ติดเชื้อโควิด ทุกรายมีโอกาสเกิดอาการแบบนี้หรือไม่

- มีโอกาสเกิดได้ทุกราย แต่พบว่าการเกิดโรคจะสัมพันธ์กับความรุนแรงของการเจ็บป่วย ถ้าอวัยวะถูกทำลายมากอาการของ Post COVID Syndrome ก็จะมากตามไปด้วย แต่ก็ยังเป็นข้อมูลในเบื้องต้น ต้องติดตามในระยะยาวสำหรับผู้ป่วยในทุกระดับ

3. หายจากโรคโควิด นานแค่ไหนจึงจะเริ่มแสดงอาการ Post COVID Syndrome?

- ในประเทศไทยยังไม่มีการศึกษา แต่ในประเทศสหรัฐ CDC. บอกรายการหลังหาย 4 สัปดาห์ ขึ้นไป หรือ แม้แต่ 60 วันไปแล้ว ก็พบได้ ยังไม่มีข้อสรุป

4. ตอนนี้มีข่าวติดเชื้อรักษาหายแล้ว แต่พอกลับบ้านไปกลับมามีอาการอีกครั้ง หรือบางรายกลับบ้านไปแล้ว เสียชีวิต เป็นผลที่เกิดขึ้นจาก Post COVID Syndrome ด้วยหรือไม่ ?

- เป็นไปได้ บางรายอาการไม่มาก บางรายมีการอักเสบของอวัยวะภายในร่างกายหลายๆ อย่าง เหมือน การประทุขึ้นมาใหม่ และมีผลถึงเสียชีวิตได้

5. โรคนี้พบในต่างประเทศเยอะมาก และน่ากลัวมากกว่าตัวโรค ส่วนใหญ่มักเกิดกับผู้ป่วยโควิด ที่อาการรุนแรง แต่ก็พบว่าผู้ป่วยที่ไม่มีอาการรุนแรงหรือไม่มีอาการก็สามารถพบได้

(เพิ่มเติม) CDC พบชนิดของ Long COVID. เช่น @ แบบมีอาการเกิดขึ้นมาใหม่ หมายถึงเคยหายจาก อาการแบบนี้แล้วกลับเป็นมาใหม่ เช่น อาการ ไอ อ่อนแรง ข้อไม่มีแรง นอนไม่ได้ อารมณ์เสีย ฯลฯ @ แบบมีอาการกับหลายอวัยวะ เป็นผลรวมการอักเสบในอวัยวะต่างๆ และ ผลจากภูมิคุ้มกัน ไปทำลายเซลล์ปกติโดยเข้าใจ ผิด ในเด็กที่มีอาการของ multisystem inflammatory syndrome(MIS) มีโอกาสเกิด Long COVID ได้ ด้วย

6. โรค Post COVID Syndrome และผลกระทบในกลุ่มหญิงตั้งครรภ์-ให้นมบุตร?

- ข้อมูลจากประเทศสหรัฐฯ เก็บข้อมูลในหญิงตั้งครรภ์ 700 คนระหว่างเดือน มีนาคม-กรกฎาคม 2563 หญิงตั้งครรภ์อายุเฉลี่ย 31 ปี ที่ติดเชื้อและรักษาหายแล้ว พบว่าร้อยละ 40 ยังมีอาการไอ เจ็บคอ ปวดเมื่อย ไข้ อ่อนๆ ร้อยละ 25 มีอาการ ปวดเมื่อย หายใจไม่เต็มปอด ร้อยละ 10 มีอาการได้รับกลิ่นไม่ดีและไม่ค่อยรู้รส อาหาร ร้อยละ 5 มีอาการปวดหัว ต่อเนื่องไปอย่างน้อย 8 สัปดาห์ หรือมากกว่า และมีรายงานของประเทศจีนที่ ติดตามข้อมูลในหญิงตั้งครรภ์ พบว่ามีผลกระทบต่อสุขภาพจิตของหญิงตั้งครรภ์ และส่งผลให้เด็กมีความล่าช้าของ พัฒนาการในด้านต่าง ๆ อันเนื่องมาจากการต้องแยกแม่และลูกอย่างน้อย 35 วันหรือมากกว่านั้น

7. หญิงตั้งครรภ์ติดโควิดจะเป็น โรค Post COVID Syndrome หรือไม่?

- ปัจจุบันยังมีข้อมูลน้อย แต่จากประสบการณ์ในการรักษาหญิงตั้งครรภ์ที่ป่วยติดเชื้อและหายกลับบ้านไปแล้ว ยังพบว่ามีปัญหาการหายใจ เหนื่อย และไม่ค่อยได้กลิ่น ซึ่งต้องติดตามข้อมูลต่อไปที่อาจจะพบมากขึ้นเหมือน ในต่างประเทศ แต่มีข้อมูลว่าเพศหญิงเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงสูงที่จะเป็น โรค Post COVID Syndrome มากกว่า เพศชาย

8. โรค Post COVID Syndrome มีวิธีป้องกันอย่างไร

9. วิธีป้องกัน ในต่างประเทศมีการกล่าวถึงยากกลุ่ม Fluvoxamine ซึ่งเป็นยากกลุ่มต้านเศร้า โดยอาศัยฤทธิ์ของยา บางอย่าง ที่มีผลช่วยป้องกันการอักเสบที่เกิดจากเชื้อโควิดทำลายเซลล์หรือเยื่อ และต้องให้ในช่วงที่เรารักษา โรคโควิด ถ้าให้ในตอนมีอาการจะเป็นการรักษาตัวโรค เป็นอีกแบบ วิทยากร จิตแพทย์ คุณหมอมริชาพรรณ ก็ให้ความเห็นว่า Fluvoxamine เป็นยาที่ใช้กันมานานในวงการจิตแพทย์ มี interaction กับยาอื่นๆ มาก ขณะนี้ใช้น้อยลง และประเทศไทยยังไม่มีประสบการณ์กับการใช้ยาตัวนี้เพื่อการป้องกัน long COVID

10. การที่มีการใช้ยา Fluvoxamine น่าจะมากจากการที่พบว่า ผู้ป่วยโควิด อาการหนัก เช่น มีอาการทางปอด ต้องใส่ท่อหายใจ ทำการศึกษา พบว่า มีผู้ป่วยกลุ่ม โควิด ที่มีอาการทางจิตประสาท และกำลังกินยา Fluvoxamine อยู่ เป็นกลุ่มที่มีอาการดีขึ้น มากกว่ากลุ่มทั่วไป ยาตัวนี้ ก็อาจจะมียประโยชน์เกี่ยวข้องกับการ

รักษา และการป้องกันไม่ให้เกิด Long COVID สำหรับคนท้อง แม่ให้นม ยาตัวนี้ก็ไม่สามารถใช้ได้ เนื่องจากอยู่ใน class C

11. คำแนะนำในการป้องกัน Long COVID แม่ท้องแม่ให้นม ทำอย่างไร ?

- จากที่มีการคาดว่า Post COVID Syndrome จะสามารถเกิดขึ้นกับผู้ติดเชื้อโควิดไม่ว่าอาการหนักหรือไม่ แต่พบว่าจะมีความสัมพันธ์กับ ผู้ป่วยที่มีอาการหนัก และการมีอาการหนักคือประเด็นสำคัญที่สัมพันธ์ทำให้เกิดปัญหา ของ Post COVID Syndrome มาก ยาที่จะใช้รักษาโควิด และหรือที่มีแนวโน้มว่าน่าจะรักษาโควิดได้ ก็ใช้ยากับแม่ท้อง แม่ให้นม เพราะจะมีผลต่อลูก

ดังนั้น วิธีที่ดีที่สุดในการจะป้องกัน คือ การระดมให้แม่ท้อง ได้รับวัคซีน โดยเร็วที่สุด

สำหรับประเด็นแม่ท้อง-แม่ให้นม ถ้าเกิดโรค Post COVID Syndrome จะมีผลกระทบทารกในครรภ์หรือไม่ นั้น ขณะนี้ยังไม่มีข้อมูล

สรุป การป้องกันที่ดีที่สุดในตอนนี้นี้ก็คือการฉีดวัคซีน เพราะถ้าไม่ติดเชื้อ ก็ไม่มีความเสี่ยงต่อการเกิดโรค Post COVID Syndrome กรณีถ้าแม่ท้อง แม่ให้นม เกิดการติดเชื้อโควิด ต้องเข้าถึงการรักษาในโรงพยาบาลได้ทันที เพราะ กลุ่มนี้เป็นกลุ่มเปราะบางต่อการเกิดโรคโควิดแบบรุนแรง

ยาที่จะใช้ได้เร็วในช่วง ระยะแรก เพื่อให้ยังอยู่ในสีเขียวเช่น ฟาโทลาโยจอร์ Flavipiravia หรือแม้แต่ Ivermectin ก็ใช้ไม่ได้ เพราะเกรงอันตรายต่อทารก ยาเหล่านี้ก็ใช้ไม่ได้ วัคซีนจึงเป็นประเด็น ที่ต้องรีบเร่งระดมการให้ได้รับเร็วสุด