

1. เชื้อดื้อยาคืออะไร ?

- เชื้อดื้อยาคือเชื้อแบคทีเรียที่ดื้อต่อยาปฏิชีวนะ (ยาที่เรียกผิดว่ายากแก้แอส))
- เชื้อแบคทีเรียเป็นเชื้อโรคชนิดหนึ่ง นอกเหนือจากเชื้อโรคอื่นๆ (เชื้อรา เชื้อไวรัส และเชื้อพยาธิ)
- เชื้อแบคทีเรียมีหลายพันชนิดอาศัยอยู่ในคน สัตว์ พืช และสิ่งแวดล้อม
- เมื่อเชื้อแบคทีเรียสัมผัสกับยาปฏิชีวนะ เชื้อส่วนหนึ่งจะกลายพันธุ์เป็นเชื้อดื้อยา เชื้อดื้อยาจึงเกิดจากการใช้ยาปฏิชีวนะ
- เชื้อดื้อยาอาจทำให้ป่วยรุนแรงจนเสียชีวิตได้เพราะไม่มียารักษา

2. คนมีเชื้อดื้อยาได้อย่างไร ?

คนมีเชื้อดื้อยาได้จาก 2 ทาง

ทางที่ 1 การสร้างเชื้อดื้อยาขึ้นในร่างกายของตนเอง

คนทุกคนมีเชื้อแบคทีเรียอาศัยอยู่ในลำไส้ ช่องปาก และผิวหนัง เมื่อคนใช้ยาปฏิชีวนะมาใช้เองหรือได้ยาปฏิชีวนะจากร้านยา คลินิก โรงพยาบาล เมื่อใช้ยาปฏิชีวนะ เชื้อแบคทีเรียก็จะสัมผัสกับยาปฏิชีวนะ และเชื้อส่วนหนึ่งก็กลายพันธุ์เป็นเชื้อที่ดื้อยาปฏิชีวนะ

ทางที่ 2 การรับเชื้อดื้อยาจากอาหาร น้ำ สิ่งแวดล้อม คนหรือสัตว์ที่มีเชื้อดื้อยาหรือป่วยจากเชื้อดื้อยา

เชื้อดื้อยาที่อยู่ในคนและสัตว์สามารถปนเปื้อนอาหาร น้ำดื่มและสิ่งแวดล้อม หากคนกินอาหาร ดื่มน้ำ หรือสัมผัสสิ่งแวดล้อมที่ปนเปื้อนเชื้อดื้อยา หรือสัมผัสใกล้ชิดกับคนหรือสัตว์ที่มีเชื้อดื้อยาหรือป่วยจากเชื้อดื้อยา คนนั้นก็จะได้รับเชื้อดื้อยาด้วย

3. ใครบ้างที่เสี่ยงต่อการมีเชื้อดื้อยา ?

- ได้รับยาปฏิชีวนะ
- เคยรักษาตัวในโรงพยาบาล
- มีโรคประจำตัวเรื้อรัง (เช่น เบาหวาน)
- มีอาชีพเลี้ยงสัตว์ หรือทำงานในโรงพยาบาล
- กินอาหารหรือดื่มน้ำไม่สะอาด
- สัมผัสใกล้ชิดกับคนหรือสัตว์ที่มีเชื้อดื้อยาหรือป่วยจากเชื้อดื้อยา

4. คนที่มีเชื้อดื้อยา เชื้อดื้อยาจะหายไปเองหรือไม่ ?

เชื้อดื้อยาในคนมักอยู่ได้นานไม่เกิน 1 ปี โดยผู้นั้นมักไม่มีอาการผิดปกติ และเชื้อดื้อยานั้นอาจหายไปเองโดยไม่ต้องรักษา เชื้อดื้อยาอาจกลับมาได้อีกหากคนๆ นั้นได้รับยาปฏิชีวนะ หรือได้รับเชื้อดื้อยาจากอาหาร น้ำดื่ม สิ่งแวดล้อม

5. คนที่มีเชื้อดื้อยามีอันตรายอย่างไร?

คนส่วนมากที่มีเชื้อดื้อยาไม่มีอันตรายต่อผู้ นั้น หากเชื้อดื้อยาอาศัยอยู่เฉพาะที่ลำไส้ ช่องปาก ผิวหนัง แต่คนที่มีเชื้อดื้อยาอาจป่วยจากเชื้อดื้อยาได้หากเชื้อดื้อยานั้นแพร่กระจายจากลำไส้ ช่องปาก ผิวหนัง ไปอวัยวะอื่น เช่น เชื้อดื้อยาในลำไส้แพร่ไปสู่ไต คนนั้นก็จะป่วยเป็นโรคไตติดเชื้อดื้อยา ซึ่งรักษายากเพราะยาปฏิชีวนะที่มีฤทธิ์ต่อเชื้อดื้อยามีจำกัดมาก ทำให้ผู้ป่วยติดเชื้อดื้อยาอาจเสียชีวิต

6. คนที่มีเชื้อดื้อยาควรปฏิบัติตนอย่างไร?

คนที่มีเชื้อดื้อยาควรปฏิบัติ ดังนี้

- หากมีอาการผิดปกติ (เช่น มีไข้) ควรพบแพทย์เพราะอาจมีการติดเชื้อดื้อยาที่ต้องการการรักษาที่เหมาะสมอย่างรวดเร็ว
- ไม่ใช้ยาปฏิชีวนะอีกโดยไม่จำเป็น
- กินอาหารและดื่มน้ำสะอาด
- อูจจาระในส้วม ล้างมือให้สะอาดหลังอูจจาระ ปัสสาวะ เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อดื้อยาไปยังอาหาร น้ำดื่ม สิ่งแวดล้อม และผู้อื่น

7. จะป้องกันไม่ให้มีเชื้อดื้อยาและไม่ป่วยจากเชื้อดื้อยาได้อย่างไร?

หากไม่ต้องการมีเชื้อดื้อยาและไม่ป่วยจากเชื้อดื้อยา ควรปฏิบัติดังนี้

หยุด “สร้างเชื้อดื้อยา”

- ไม่ใช้ยาปฏิชีวนะโดยไม่จำเป็น
- ไม่ซื้อยาปฏิชีวนะมาใช้เอง
- ไม่ขอให้บุคลากรสาธารณสุขจ่ายยาปฏิชีวนะให้
- ไม่ใช้ยาปฏิชีวนะที่เหลือจากการรักษาการป่วยครั้งก่อน
- ไม่แจกยาปฏิชีวนะที่มีหรือที่เหลือให้ผู้อื่น
- หากบุคลากรสาธารณสุขสั่งยาปฏิชีวนะให้ ควรสอบถามว่าท่านติดเชื้อแบคทีเรียหรือไม่
- หากจำเป็นต้องใช้ยาปฏิชีวนะที่แพทย์หรือบุคลากรสาธารณสุขสั่ง ให้ใช้ยาปฏิชีวนะนั้นตามขนาดและระยะเวลาที่กำหนดอย่างเคร่งครัด
- เกษตรกรไม่ใช้ยาปฏิชีวนะกับสัตว์และพืชโดยไม่จำเป็น

หยุด “รับเชื้อดื้อยา”

- กินอาหารและดื่มน้ำสะอาด
- ล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำและสบู่ ก่อนกินอาหารและหลังสัมผัสสิ่งของที่อาจปนเปื้อนเชื้อแบคทีเรีย (เช่น ภายหลังอุจจาระ)
- หลีกเลี่ยงการสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ที่มีเชื้อดื้อยาหรือผู้ป่วยจากเชื้อดื้อยา
- ไม่ขอให้บุคลากรสาธารณสุขรับตนไว้รักษาในโรงพยาบาลโดยไม่จำเป็น เพราะอาจได้รับเชื้อดื้อยาได้ เนื่องจากโรงพยาบาลเป็นแหล่งสะสมเชื้อดื้อยา
- หลีกเลี่ยงการไปโรงพยาบาล หากต้องไปโรงพยาบาล ต้องปฏิบัติตามที่บุคลากรสาธารณสุขแนะนำอย่างเคร่งครัด เช่น ล้างมือ สวมเครื่องป้องกันร่างกาย (เช่น หน้ากากอนามัย)

คำแนะนำสำหรับผู้มีเชื้อดื้อยา



ไม่ใช่
และ
ไม่ช่วย

การใช้ยาปฏิชีวนะโดยไม่จำเป็นทำให้เชื้อดื้อยา
คนไทยติดเชื้อดื้อยาปีละกว่า 100,000 คน
ยาปฏิชีวนะ “ไม่ใช่” ยาแก้แค้น
ยาปฏิชีวนะ “ไม่ช่วย” รักษาโรคอื่น นอกจากโรคติดเชื้อแบคทีเรีย

โครงการควบคุมและป้องกันการดื้อยาต้านจุลชีพ



ข้อมูลเพิ่มเติมติดต่อ <http://www.hsri.or.th/amr> หรือ โทร 1648

