

# วัณโรคหรือ!? ไม่ต้องเป็นห่วง

ฉบับปรับปรุงปี 2010

สำหรับคุณหรือคนในครอบครัวที่อยู่ระหว่างการรักษา

Noriko Kobayashi

สมาคมป้องกันและควบคุมวัณโรค

# วัณโรคหรือ!?ไม่ต้องเป็นห่วง

สำหรับคุณหรือคนในครอบครัวที่อยู่ระหว่างการรักษา

เอ? วัณโรคหรือ? ทั้งคุณทั้งคนในครอบครัวคงจะรู้สึกตกใจ

โรคที่ใครๆก็คิดว่าเป็นโรคในยุคนิโอรานเช่นวัณโรค จนถึงทุกปัจจุบัน ก็ยังมีผู้ป่วยราวๆ 25,000 คนถูกส่งเข้าสถานเอนามัยด้วยโรคนี้ทุกๆปี และมีผู้เสียชีวิตกว่า 2,000 คน

จึงมีการกล่าวถึงขนาดว่าวัณโรคจึงยังเป็นโรคติดต่อร้ายแรงในญี่ปุ่นอยู่ ปี 1999 ได้มีการประกาศ “ภาวะวิกฤติวัณโรค” เพื่อกระตุ้นให้บุคคลที่เกี่ยวข้องให้ตระหนัก และเพิ่มมาตรการป้องกันมากขึ้น นับแต่นั้นจำนวนผู้ป่วยก็ลดลง แต่ขณะเดียวกันก็เกิดปัญหาใหม่ๆเช่นเชื้อดื้อยา การแพร่ระบาดและเกิดอาการในคนรุ่นหนุ่มสาว

หรือการแพร่ระบาดในที่ๆมีคนหลากหลายมารวมตัวกัน และอื่นๆ ดังนั้น ในเดือนเมษายน ปี 2007 จึงได้มีการรวมมาตรการป้องกันวัณโรคเข้าไว้ในกฎหมายโรคติดต่อ

เป็นการผลักดันมาตรการควบคุมวัณโรคแบบบูรณาการ

ส่วนสำคัญในมาตรการควบคุมวัณโรคของสากลก็คือ “การรักษาผู้ป่วยที่พบ”

ซึ่งการค้นคว้าเกี่ยวกับการรักษาก็ืบหน้าไปเรื่อยๆ แนวคิดในการรักษาหลักๆในปัจจุบันก็คือ “หายภายใน 6 เดือน”

ซึ่งเป็นระบบที่ทางหน่วยงานทางการแพทย์และสถานเอนามัยได้ร่วมมือกันดำเนินการอยู่เพื่อส่งเสริมให้ได้ทนายจนครบอย่างวางใจ

วารสารเล่มเล็กๆนี้

ถูกจัดทำขึ้นโดยหวังให้วันที่คุณจะได้ฉลองการหายป่วยอย่างสมบูรณ์มาถึงเร็วขึ้นได้แม้จะสักวันเดียวก็ยังดี

โดยได้ใส่ความรู้เบื้องต้นที่สำคัญเกี่ยวกับวัณโรคเอาไว้ และที่ท้ายเล่มก็ยังมี “บันทึก DOTS”

ซึ่งเป็นบันทึกการรักษาที่สำคัญติดตามให้ด้วย

หากจะสามารถเป็นประโยชน์ในการรักษาต่อจากนี้ได้ก็จะยินดีเป็นอย่างยิ่ง

สมาคมป้องกันและควบคุมวัณโรค ศูนย์วิจัยวัณโรค หัวหน้าฝ่ายสนับสนุนมาตรการแก้ไข

Noriko Kobayashi

Tuberculosis (วัณโรค)

# Contents (เนื้อหา)

## 1 เพราะอะไรจึงได้เป็นวัณโรค

- วัณโรคคือโรคที่ติดต่อโดยการสูดเชื้อวัณโรคเข้าไป
- เวลาที่ภูมิคุ้มกันอ่อนแอจะป่วยง่าย
- ติดเชื้อแล้วก็เชื่อว่าต้องป่วยเสมอไป

## 2 สุขภาพของคนรอบตัวคุณเป็นอย่างไรบ้าง?

- คุณอาจจะเป็นแหล่งแพร่เชื้อก็ได้นะ
- เริ่มจากการตรวจคนในครอบครัว
- การตรวจโรค
- ถ้าสงสัยว่าติดเชื้อวัณโรค

## 3 สถานีนอมนามัยคือที่ปรึกษาวัณโรคอันดับแรก

- พยาบาลจะเป็นผู้ให้คำปรึกษา
- การแบ่งเบาคำปรึกษาโดยทางการ

## 4 สิ่งสำคัญที่สุดในการรักษาวัณโรค

### 1 : ประเภทและระยะเวลาของยารักษาวัณโรค

- ทานยาจำนวนมากในช่วง 6 เดือนถึง 9 เดือน
- ระวังผลข้างเคียงจากยาด้วย

### 2 : การทานยาบังคับคือหัวใจใหญ่ของการรักษา

- การเลิกทานยากกลางคันหรือการทานยาตามอำเภอใจจะทำให้เกิดการดื้อยา
- หยุดยั้งวัณโรคด้วย DOTS
- ผู้ป่วยระดับเบา มักจะหยุดยากกลางคันได้ง่าย ?
- จินตนาการภาพตัวเองที่ทานยาต่อเนื่องทุกวันเข้าไป

## บันทึก DOTS

บันทึกนับตั้งแต่เริ่มรักษาจนถึงเดือนที่ 9

เกี่ยวกับการรักษาสุขภาพหลังทานยาครบแล้ว

How

## เพราะอะไรจึงได้เป็นวัณโรค

ภาพเชื้อวัณโรคจากกล้องจุลทรรศน์

วัณโรคคือโรคที่ติดต่อโดย

การสูดเชื้อวัณโรคเข้าไป

ใช่แล้วเพียงแค่คุณสูดหายใจเอาเชื้อวัณโรคจากใครเข้าไป เชื้อก็จะเข้าไปเพิ่มจำนวนภายในปอดทันที อาการของวัณโรคจะเริ่มจาก การไอ มีเสมหะ อ่อนเพลีย เป็นไข้ คล้ายกับไข้หวัด นานๆเข้าไปในเสมหะนั้นก็จะมีเชื้อวัณโรคเข้าไป และเชื้อก็จะออกมาพร้อมกับละอองเวลาที่ผู้ป่วยคนนั้นไอหรือจาม

ละอองเหล่านั้นมีขนาดเล็กมากไม่สามารถมองเห็นได้ด้วยตาเปล่า ว่ากันว่าละอองจากการไอจะกระจายไปได้ 1.5 เมตร และจากการจามจะไปได้ถึง 3.5 เมตรเลยทีเดียว วัณโรคแพร่เชื้อจากคนสู่คนด้วยวิธีนี้ จัดเป็นโรคติดต่อทางลมหายใจ

เชื้อวัณโรคเป็นแบททีเรียขนาดเล็ก ยาว 1-4

ไมครอน ( 1 มิลลิเมตรเท่ากับ 1000 ไมครอน)

กว้าง 0.3 ไมครอน

เป็นเชื้อโรคที่มีความต้านทานสูงและมีเยื่อหุ้มรอบ

ตัว ใช้เวลา 10-15 ชั่วโมงต่อการแบ่งตัว 1 ครั้ง

การแพร่เชื้อของวัณโรค

## เวลาที่ภูมิคุ้มกันอ่อนแอ

### นแจะป่วยง่าย

	ผู้ที่ต้องระวังตัวเอาไว้ ได้แก่
เมื่อภูมิคุ้มกันถดถอยเนื่องจากการทำงานหนักหรือการใช้ชีวิต	ผู้ป่วยโรคเบาหวาน/ผู้ป่วยเป็นแผลในกระเพาะ
ต่ออย่างไม่ถูกสุขลักษณะอย่างต่อเนื่อง	หรือเพิ่งผ่านการตัดกระเพาะมา/ผู้ป่วยเป็นโรคเกี่ยวกับไตเช่น
พอรับเชื้อไวรัสโรคเข้าไปก็จะป่วยได้ง่าย	ไตวาย/ผู้ป่วยโรคฝุ่นจับปอด/ผู้ใช้ยาเร่งฮอร์โมนหรือยาต้านมะเร็ง/ผู้ที่มีความเครียดสูง/ผู้ติดเชื้อHIV

### ติดเชื้อแล้วก็เชื่อว่าต้องป่วยเสมอไป

ถึงแม้ว่าเชื้อไวรัสโรคที่ติดเข้าไปจะเริ่มแพร่พันธุ์ในปอดแล้ว ก็ยังไม่ถือว่าป่วย เพราะที่ที่สุดแล้วภูมิคุ้มกันของร่างกายก็จะกดเชื้อไวรัสโรคเอาไว้ ถึงจะติดเข้าไป แต่คนที่ป่วยมีเพียงแค่ 2 ใน 10 โดยประมาณเท่านั้น

การป่วยมีทั้งแบบที่ป่วยในเวลาสั้นๆหลังจากติดเชื้อเรียกว่าแบบฉับพลัน กับป่วยหลังจากที่ได้รับเชื้อไปแล้วเป็นระยะเวลานานเรียกว่าแบบล่าช้า แบบแรกนั้นเกิดขึ้นในกรณีที่สุดเอาเชื้อเข้าไปเป็นจำนวนมาก หรือผู้ติดเชื้อมีภูมิคุ้มกันอ่อนแออยู่แล้ว มักจะเป็นกับเด็กหรือคนหนุ่มสาว ส่วนแบบที่สองคือติดเชื้อมานานแล้ว (แต่ตอนที่ติดยังไม่ป่วย) เชื้อไวรัสโรคก็จะหลบหนีอยู่ที่ยอดเยื่อที่ส่วนใดส่วนหนึ่งของปอดได้เป็นเวลานานๆไป จึงได้ตื่นขึ้นมาด้วยเหตุบางอย่างแล้วจึงเริ่มทำงานอีกครั้ง มักเกิดกับผู้สูงอายุ

0.5-2 ปี

แบบฉับพลัน

5. 10. 20 ปี

แบบล่าช้า

## Health

# สุขภาพของคนรอบตัวคุณเป็นอย่างไรบ้าง?

คุณอาจจะเป็นแหล่งแพร่เชื้อ

เริ่มจากการตรวจคนในครอบครัว

อกก็ได้นะ...

บคร้วกันดีกว่า

เมื่อมาถึงขั้นที่มีเชื้อในเสมหะแล้ว  
คุณก็สามารถแพร่เชื้อให้กับคนอื่นได้เช่นเดียวกับที่คุณถูกคนอื่นแพร่เชื้อมา

.เมื่อเริ่มทานยารักษาวัณโรค คุณก็จะเริ่มไอน้อยลงและเชื้อวัณโรคในเสมหะก็จะน้อยลงไปด้วย ช่วงที่มีโอกาสแพร่เชื้อให้ผู้อื่นสูงก็คือช่วงก่อนที่จะได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นวัณโรค หรือช่วงก่อนที่จะทานยารักษาวัณโรคนั่นเอง ใหนักดูว่าช่วงที่คุณเริ่มมีอาการไอ มีใครที่คุยด้วยมากๆบ้าง แล้วแนะนำให้เขาเข้ารับการตรวจวัณโรคเสียก่อนอื่นให้เริ่มจากการตรวจคนในครอบครัวก่อน โดยเฉพาะเด็กๆที่ยังไม่ได้รับวัคซีน BCG หรือผู้ที่มีอาการน่าเป็นห่วง ควรจะรีบเข้ารับการตรวจโดยเร็ว

## ช่วงที่มีความเสี่ยงในการแพร่เชื้อ

ช่วงที่มีความเสี่ยงสูงก็คือช่วงก่อนที่จะเริ่มทานยา  
วินิจฉัย

รักษา (ทานยา)

ระดับความเสี่ยง

ไอ / มีเสมหะ

เชื้อวัณโรค

ไม่มี

น้อย ค่อนข้างมาก มาก มากที่สุด มาก น้อย

## บันทึกการตรวจคนในครอบครัว

มาบันทึกการตรวจของคนในครอบครัวกันดีกว่า

ชื่อ	ความเกี่ยวข้อง	ผลการตรวจครั้งที่ 1 (ปี เดือน วันที่)	ผลการตรวจครั้งที่ 2 (ปี เดือน วันที่)	ผลการตรวจครั้งที่ 3 (ปี เดือน วันที่)	ผลการตรวจครั้งที่ 4 (ปี เดือน วันที่)
เกิด ปี เดือน วันที่					
เกิด ปี เดือน วันที่					
เกิด ปี เดือน วันที่					
เกิด ปี เดือน วันที่					
เกิด ปี เดือน วันที่					
เกิด ปี เดือน วันที่					
สถานที่ตรวจ					

การเข้ารับการตรวจหลังตรวจ 6 เดือนให้หลัง และ 1 เดือนให้หลัง มีความสำคัญมาก

กรณีที่มีเชื้อในเสมหะมาก จำเป็นต้องตรวจในอีก 2 ปีให้หลังด้วย

วางแผนสำหรับการตรวจครั้งต่อไปไว้ดีกว่า

### การตรวจโรค

สามารถเข้ารับการตรวจได้ที่ศูนย์พยาบาล  
ระยะเวลา  
จะต่างกันไปตามอายุและจำนวนเชื้อในเสมหะ  
เนื้อหาส่วนใดที่สงสัยข้องใจ  
พยาบาลที่ศูนย์สามารถให้คำปรึกษาได้

เนื้อหาการตรวจ  
จำนวนครั้ง

### ถ้าสงสัยว่าติดเชื้อวัณโรค

ผลการตรวจ หากสงสัยว่าติดเชื้อ การทานยา  
Isoniazid เป็นระยะเวลา 6 เดือน  
จะช่วยยับยั้งการป่วยได้ เนื่องจากเป็นยาที่ยับยั้ง  
จึงไม่มีผลกระทบต่อชีวิตประจำวันแต่อย่างใด

### การ X-ray ปอด

เป็นการตรวจว่าป่วยเป็นวัณโรคหรือไม่ โดยการตรวจจากภาพถ่ายที่ได้จากการ X-ray ปอด

การตรวจปฏิกิริยา Tuberculin การตรวจ QFT

เป็นการตรวจว่าติดเชื้อวัณโรคหรือไม่

support

## สถานีนอนามัยเป็นที่ปรึกษาวัณโรค

พยาบาลจะเป็นผู้ให้คำปรึกษา

คุณสามารถเข้ารับการรักษา หรือปรึกษาเกี่ยวกับสุขภาพของคนในครอบครัวได้ที่สถานีนอนามัย เมื่อแพทย์วินิจฉัยว่าเป็นวัณโรคแล้ว ก็จะส่งต่อไปยังสถานีนอนามัยทันที และพยาบาลที่ได้รับหน้าที่ก็จะเตรียมเข้าพบคุณเพื่อให้คำปรึกษา นอกจากนี้เป็นที่ปรึกษาเรื่องการรักษาแล้วยังให้คำปรึกษาในเรื่องต่างๆที่ครอบคลุมเกี่ยวกับวัณโรคด้วย

### การแบ่งเบาค่ารักษาโดยทางการ

เพื่อที่จะรับการรักษาวัณโรคต่อไปได้อย่างสบายใจ ค่ารักษาส่วนหนึ่งทางราชการจะเป็นผู้ช่วยแบกรับให้โดยผู้ยื่นคำร้อง (ผู้ป่วยหรือพยาบาลดูแล) และแพทย์ผู้ให้การรักษา ต้องกรอกข้อมูลที่จำเป็นลงในใบคำร้อง และแนบภาพถ่ายX-ray ส่งมาที่สถานีนอนามัย ใบคำร้องนั้นที่โรงพยาบาลที่รับรักษาจะเตรียมเอาไว้ให้แล้ว



# สิ่งสำคัญที่สุดในการรักษาวัณโรค

วัณโรค เป็นโรคที่หายได้ก็ต่อเมื่อกินยาจนครบ

กุญแจในการรักษา คือยาที่อยู่ใกล้มือคุณ

## 1 ประเภทและระยะเวลาของยารักษาวัณโรค

ทานยาจำนวนมากในช่วง 6 เดือนถึง 9 เดือน

ประเภทของยาหรือช่วงเวลาที่ต้องทานยานี้  
น  
จะขึ้นอยู่กับว่ามีเชื้อวัณโรคอยู่ในเสมหะหรือ  
อไม่ ยาที่ใช้กันมากได้แก่ Isoniazid  
(INH), Rifampicin (RFP), Ethambutol  
(EB), Streptomycin (SM),  
Pyrazinamide (PZA)  
ผู้ที่เข้ารับการรักษาเป็นครั้งแรก  
ถ้าทานยาอย่างต่อเนื่องเป็นระยะเวลา 6 -  
9เดือน  
ส่วนมากก็จะหายดีจนถึงขนาดที่ไม่มีการปว  
ยอีกครั้งเลยทีเดียว

ดี้อยา :  
การที่เชื้อโรคมักมีความทนทานต่อยามากขึ้น  
จนใช้ยาไม่ได้ผลอีกต่อไป

หากใช้ยารักษาวัณโรคชนิดใดชนิดหนึ่งเป็นอย  
างเดียวเป็นเวลานานๆ ก็เกิดการ “ดี้อยา”  
นั้นๆได้  
เมื่อถึงตอนนั้นก็ต้องรักษาอย่างเข้มงวดโดยใ  
ช้ยาจำนวนมากในช่วงแรกๆที่เชื้อวัณโรคแบ่งตั  
วกันเป็นจำนวนมหาศาล  
รูปแบบการสั่งยาที่ใช้กันมากในปัจจุบันมีอยู่สอง  
อย่าง ดังแผนภาพด้านล่างนี้  
ระยะเวลาการรักษาอาจจะยาวนานขึ้น  
ในกรณีผู้ป่วยเป็นโรคแทรกซ้อน เช่น  
เบาหวาน  
หรือเข้ารับการรักษาเป็นครั้งที่สองขึ้นไป

## การรักษาวัณโรคโดยทั่วไป

9 เดือน

แล้วยาที่คุณทานอยู่ล่ะ?

## ระวังผลข้างเคียงจากยาด้วย

ยารักษาวัณโรคนั้นเป็นยาที่ต้องทานเป็นระยะเวลายาวนาน  
ในระหว่างนั้นอาจจะมีผลข้างเคียงเกิดขึ้นได้  
ซึ่งหลักๆแล้วก็จะจะเป็นไปตามตารางด้านล่างนี้  
หากมีอาการที่คิดว่าน่าจะเป็นผลข้างเคียงจากยาให้เข้ารับคำปรึกษา  
จากแพทย์ การหยุดทานยาเองจะนำไปสู่การดื้อยา  
ในกรณีของ PZA บางครั้งจะส่งผลกระทบต่อตับ  
หากเกิดอาการ เช่น “เบื่ออาหาร” “ตัวเหลือง” “คลื่นไส้ อาเจียน”  
หรืออาเจียนออกมา  
ให้รีบหยุดยาแล้วเข้ารับการตรวจโดยเร็วที่สุด  
ในส่วนของผลข้างเคียงนั้นเภสัชกรและพยาบาลจะให้คำอธิบาย  
ล่วงหน้าอยู่แล้ว หากมีจุดใดที่เป็นกังวลให้ถามได้ทั้งหมด

ผลข้างเคียงหรือเปล่า?

## ผลข้างเคียงหลักๆจากยา

ชื่อยา	ผลข้างเคียง
Isoniazid (INH)	นิ้วชา, เบื่ออาหาร, ปัญหาตับ
Rifampicin (RFP),	ปัญหาตับ, ปัญหากระเพาะและลำไส้, อาการแพ้ (เป็นผื่นและคัน)
Streptomycin (SM)	วิงเวียน, หูอื้อ, หูตึง
Ethambutol (EB)	การมองเห็นแยลง, ชาชา, สายตาสั้น
Pyrazinamide (PZA)	ปัญหาตับ (คลื่นไส้ เบื่ออาหาร ตัวเหลือง), ปวดข้อต่อ

## 2 การทานยาบังคับคือหลักใหญ่ของการรักษา

ตัวตัดสินที่สำคัญที่สุดว่าจะหายจากวัณโรคหรือไม่ก็คือ การทานยาอย่างต่อเนื่องนั่นเอง หากทำตามนี้ได้ การพักผ่อนและสารอาหารในระดับชีวิตประจำวันก็เพียงพอแล้ว การเลิกทานยากกลางคันหรือการทานยาตามอำเภอใจจะทำให้เกิดการดื้อยา

### การเลิกทานยากกลางคันหรือการทานยาตามอำเภอใจจะทำให้เกิดการดื้อยา

เมื่อเริ่มทานยาไปได้สักพัก อาการต่างๆเช่นอาการไอหรืออาการไข้ก็จะหายไป หากพอถึงตรงนี้แล้วคิดว่าหายดีแล้วจึงหยุดยา อาการก็จะกลับมาอีกครั้ง คราวนี้ต่อให้กลับมาทานยาอีกครั้งก็จะเกิดเชื้อดื้อยาทำให้ยาไม่เป็นผล การที่ต้องทานยาทั้งๆที่ไม่มีอาการแล้วอาจจะฝืนความรู้สึกอยู่บ้าง แต่จริงๆแล้วการที่อาการหายนั้นเป็นเพียงเพราะเชื้อวัณโรคอ่อนแอลงเท่านั้นเอง ถ้าหากหยุดยา เชื้อก็จะกลับมาเพิ่มจำนวนอีกครั้ง

### หยุดยั้งวัณโรคด้วย DOTS

วิธีการรักษาโดยการทานยาต่อหน้าผู้ดูแลด้านการแพทย์ (Directly Observed Treatment Short course, DOTS) ได้รับการยอมรับจากทั่วโลก และเป็นวิธีที่ใช้ได้ผล ในญี่ปุ่นเองก็มีการให้ทานยาต่อหน้าพยาบาล และหลังจากที่ออกจากโรงพยาบาลไปแล้วก็ขอความร่วมมือจากผู้ให้การสนับสนุนของทางสถานีนามัยหรือห้องที่ในการเฝ้าดูแลการทานยา เชื้อดื้อยานั้นหากเกิดขึ้นเพียงแค่ครั้งเดียว ยาที่ใช้อยู่ก็จะใช้ไม่ได้ผลอีกต่อไป เพราะฉะนั้นขอให้ทานยาอย่างต่อเนื่องไปจนกว่าแพทย์จะบอกว่า “หายแล้วและให้หยุดยาได้แล้ว” สถานีนามัยจะส่งเสริมให้คุณทานยาจนครบเอง

## ผู้ป่วยระดับเบาหมักจะหยุดยากลางคันได้ง่าย?

มีการสำรวจพบว่า ผู้ที่ถูกตรวจพบวัณโรคจากการตรวจสุขภาพประจำมีอัตราการเลิกยากลางคันสูงว่ากันว่าผู้ที่มีอาการป่วยระดับเบาจนแทบไม่รู้สึกลั้น “ยากที่จะรู้สึกถึงความสำคัญของการรักษา จึงได้หยุดกลางคัน” ขอให้ไม่เป็นอย่างที่ว่า “อุตสาหกรรมตรวจพบแต่เนิ่นๆแล้วแท้ๆ แต่หยุดยากลางคันจนต้องรักษาต่ออีกจนยืดยาว” ก็แล้วกัน

## จินตนาการภาพตัวเองที่ทานยาต่อเนื่องทุกวันเข้าไป

จากนี้ไปจะแนะนำวิธีเพื่อการทานยาอย่างต่อเนื่อง อย่างแรกก็คือในขณะที่นึกภาพชีวิตประจำวันอยู่ ก็ให้นึกภาพของตัวเองที่ทานยาเข้าไปด้วย โดยคาดการณ์ถึงเรื่องที่จะเป็นเหตุให้ลืมทานยา แล้วเตรียมแผนรับมือล่วงหน้าเอาไว้แต่เนิ่นๆ

- 1) จะต้องทานยาส่วนของ 1 วันในวันนั้น ช่วงเวลาที่ลืมได้ยากที่สุดคือช่วงใด
- 2) ใส่ยาสำหรับ 1 วันไว้ในถุงใส่หรือกล่องยา แล้ววางไว้ในที่ๆสะดวกตาเช่นโต๊ะกินข้าว
- 3) บันทึกการทานยาโดยระบุวันที่ไว้เพื่อยืนยัน ในหน้าถัดไปจะเป็น “บันทึก DOTS”

ขอให้ใช้ตามอัยยาศัย

- 4) พยาบาลที่สถานีอนามัยจะช่วยในการทานยาต่อไปของคุณ หากใช้ “บันทึก DOTS”

ก็น่าจะช่วยทำให้ได้รับคำแนะนำที่เหมาะสมได้มากขึ้น

# บันทึก DOTS

เริ่มทานยาเมื่อ ปี เดือน วันที่

สิ้นสุดการทานยาเมื่อ ปี เดือน วันที่

ข้อความจากพวกเรา

พวกเราจะรวมพลังกันเพื่อช่วย  
วยในการรักษา!

ชื่อสถานพยาบาล	
ที่อยู่/ติดต่อ	
แพทย์เจ้าของไข้	
พยาบาลดูแล	

ชื่อสถานอนามัย	
ที่อยู่/ติดต่อ	
พยาบาล	

บันทึก 1 เดือนตั้งแต่เริ่มการรั

ให้วง○รอบยาที่ท่านด้วย

วันที่ทาน	เดือน วัน	ยา						อาการ จุดที่เป็นกังวล
		INH	RFP	EB	PZA			
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								
27								
28								
29								
30								

การตรวจเสมหะ

เดือน วัน ตรวจเสมหะ ( ) เพาะเชื้อ ( )

ถามผลการตรวจเสมหะจาก  
แพทย์แล้วบันทึกเอาไว้

เดือน วัน ตรวจเสมหะ ( ) เพาะเชื้อ ( )

เดือน วัน ตรวจเสมหะ ( ) เพาะเชื้อ ( )

เดือน วัน ตรวจเสมหะ ( ) เพาะเชื้อ ( )

บันทึกเดือนที่ 2

เป็นช่วงที่อาการจะหายแล้ว แต่ไม่ได้แปลว่า “หายดี”  
 ดังนั้นขอให้รับการรักษาต่อไป สำหรับยา PZA จะสิ้นสุดภายในเดือนที่ 2

วันที่ทาน	เดือน วัน	ยา						อาการ จุดที่เป็นกังวล
		INH	RFP	EB	PZA			
31								
32								
33								
34								
35								
36								
37								
38								
39								
40								
41								
42								
43								
44								
45								
46								
47								
48								
49								
50								
51								
52								
53								
54								
55								
56								
57								
58								
59								
60								

การตรวจเสมหะ

เดือน    วัน ตรวจเสมหะ ( ) เพาะเชื้อ ( )

เดือน    วัน ตรวจเสมหะ ( ) เพาะเชื้อ ( )



บันทึกเดือนที่ 3

เป็นช่วงที่เชื้อวัณโรคในเสมหะจะหยุดแล้ว แต่จะยังคงอยู่ภายในปอด

วันที่ทาน	เดือน วัน	ยา						อาการ จุดที่เป็นกังวล
		INH	RFP	EB	PZA			
61								
62								
63								
64								
65								
66								
67								
68								
69								
70								
71								
72								
73								
74								
75								
76								
77								
78								
79								
80								
81								
82								
83								
84								
85								
86								
87								
88								
89								
90								

การตรวจเสมหะ

เดือน    วัน ตรวจเสมหะ ( )    เพาะเชื้อ ( )

เดือน    วัน ตรวจเสมหะ ( )    เพาะเชื้อ ( )

## บันทึกเดือนที่ 4

ผู้ที่คายเสมหะได้ลำบาก ให้ลองตามวิธีนี้ดู

1) ดื่มน้ำหรือน้ำอุ่น 2) หายใจเข้าลึกๆสัก10 ครั้ง 3) ไอแรงๆเพื่อให้เสมหะออกมา

วันที่ทาน	เดือน วัน	ยา						อาการ จุดที่เป็นกังวล
		INH	RFP	EB	PZA			
91								
92								
93								
94								
95								
96								
97								
98								
99								
100								
101								
102								
103								
104								
105								
106								
107								
108								
109								
110								
111								
112								
113								
114								
115								
116								
117								
118								
119								
120								

การตรวจเสมหะ

เดือน      วัน ตรวจเสมหะ ( )      เพาะเชื้อ ( )

เดือน      วัน ตรวจเสมหะ ( )      เพาะเชื้อ ( )

บันทึกเดือนที่ 5

ทานยาทุกวันคือวิธีที่เร็วที่สุด และอย่าลืมเข้ารับการตรวจด้วยละ

วันที่ทาน	เดือน วัน	ยา						อาการ จุดที่เป็นกังวล
		INH	RFP	EB	PZA			
121								
122								
123								
124								
125								
126								
127								
128								
129								
130								
131								
132								
133								
134								
135								
136								
137								
138								
139								
140								
141								
142								
143								
144								
145								
146								
147								
148								
149								
150								

การตรวจเสมหะ

เดือน    วัน ตรวจเสมหะ ( )    เพาะเชื้อ ( )

เดือน    วัน ตรวจเสมหะ ( )    เพาะเชื้อ ( )

# บันทึกเดือนที่ 6

ทานยาครบ 6 เดือนแล้วนะ ยินดีด้วย ส่วนผู้ที่ยังต้องรักษาต้องพยายามอีกนิดนะ

วันที่ทาน	เดือน วัน	ยา						อาการ จุดที่เป็นกังวล
		INH	RFP	EB	PZA			
151								
152								
153								
154								
155								
156								
157								
158								
159								
160								
161								
162								
163								
164								
165								
166								
167								
168								
169								
170								
171								
172								
173								
174								
175								
176								
177								
178								
179								
180								

## การตรวจเสมหะ

เดือน      วัน ตรวจเสมหะ ( )    เพาะเชื้อ ( )

เดือน      วัน ตรวจเสมหะ ( )    เพาะเชื้อ ( )

บันทึกเดือนที่ 7

อีกแค่ 2 เดือนเท่านั้น อย่ายึดทานยาและบันทึกละ

วันที่ทาน	เดือน วัน	ยา						อาการ จุดที่เป็นกังวล
		INH	RFP	EB	PZA			
181								
182								
183								
184								
185								
186								
187								
188								
189								
190								
191								
192								
193								
194								
195								
196								
197								
198								
199								
200								
201								
202								
203								
204								
205								
206								
207								
208								
209								
210								

การตรวจเสมหะ

เดือน    วัน ตรวจเสมหะ ( )    เพาะเชื้อ ( )

เดือน    วัน ตรวจเสมหะ ( )    เพาะเชื้อ ( )

บันทึกเดือนที่ 8

ใกล้จะสิ้นสุดการรักษาแล้ว พยายามเข้า

วันที่ทาน	เดือน วัน	ยา						อาการ จุดที่เป็นกังวล
		INH	RFP	EB	PZA			
211								
212								
213								
214								
215								
216								
217								
218								
219								
220								
221								
222								
223								
224								
225								
226								
227								
228								
229								
230								
231								
232								
233								
234								
235								
236								
237								
238								
239								
240								

การตรวจเสมหะ

เดือน    วัน ตรวจเสมหะ ( )    เพาะเชื้อ ( )

เดือน    วัน ตรวจเสมหะ ( )    เพาะเชื้อ ( )

บันทึกเดือนที่ 9

ทานยาครบ 9 เดือนแล้ว ยืนดีด้วย

วันที่ทาน	เดือน วัน	ยา						อาการ จุดที่เป็นกังวล
		INH	RFP	EB	PZA			
241								
242								
243								
244								
245								
246								
247								
248								
249								
250								
251								
252								
253								
254								
255								
256								
257								
258								
259								
260								
261								
262								
263								
264								
265								
266								
267								
268								
269								
270								

การตรวจเสมหะ

เดือน      วัน ตรวจเสมหะ ( )      เพาะเชื้อ ( )

เดือน      วัน ตรวจเสมหะ ( )      เพาะเชื้อ ( )

# เกี่ยวกับการรักษาสุขภาพหลังสิ้นสุดการทานยา

การทานยาที่ยาวนานสิ้นสุดลงแล้ว ขอแสดงความยินดีด้วย

ต่อจากนี้ขอให้ระวังรักษาสุขภาพเอาไว้ให้ดี ๆ

เข้ารับการตรวจภายในกำหนดการภายใต้คำแนะนำของแพทย์เจ้าของไข้

## บันทึกตรวจสุขภาพหลังการรักษา

ปี เดือน วันที่ ตรวจ	ปี เดือน วันที่	ปี เดือน วันที่	ปี เดือน วันที่	ปี เดือน วันที่
ชื่อสถานพยาบาล				
(ผลการตรวจ)ภาพX-ray ทรวงอก เชื้อภายในเสมหะ การเพาะเชื้อ	มี / ไม่มี	มี / ไม่มี	มี / ไม่มี	มี / ไม่มี
การตรวจครั้งต่อไป	ปี เดือน วันที่	ปี เดือน วันที่	ปี เดือน วันที่	ปี เดือน วันที่



บันทึก

บันทึก

บันทึก

ราคา : 241 เยน (ราคาเล่ม 230เยน + ภาษี 5%)

วัณโรคหรือ!?ไม่ต้องเป็นห่วง ฉบับปรับปรุงปี 2010

ฉบับพิมพ์ครั้งแรก 20 ตุลาคม 1997  
ปรับปรุงบางส่วน 25 เมษายน 2000  
ฉบับปรับปรุง 15 มิถุนายน 2003  
ฉบับปรับปรุง 25 กุมภาพันธ์ 2007  
ฉบับพิมพ์ครั้งที่สอง 1 พฤศจิกายน 2007  
ฉบับปรับปรุง 5 ตุลาคม 2009  
ฉบับปรับปรุง 5 พฤศจิกายน 2010

ผู้เขียน Noriko Kobayashi

จัดจำหน่ายโดย สมาคมป้องกันและควบคุมวัณโรค

ฝ่ายแผนงาน แผนกตีพิมพ์และสำรวจ

〒101-0061 Tokyo Chiyoda-ku Misaki-chou 1-3-12

TEL (03) 3292-9289 (สายตรง)

E-mail [book@jatahg.org](mailto:book@jatahg.org)

ลิขสิทธิ์ที่เกี่ยวกับการแปล ทำซ้ำ เผยแพร่ หรือนำเข้าฐานข้อมูล เนื้อหาที่ตีพิมพ์ในหนังสือเล่มนี้ รวมถึงการถ่ายทอดต่อ (และการทำให้สามารถถ่ายทอดต่อได้)

เป็นของสมาคมป้องกันและควบคุมวัณโรค

การทำซ้ำโดยไม่ได้รับอนุญาตถูกห้ามโดยกฎหมายลิขสิทธิ์

หากต้องการทำซ้ำต้องได้รับอนุญาตจากทางสมาคมก่อน

และทางสมาคมไม่มีการมอบสิทธิ์ในการอนุญาตให้กับหน่วยงานภายนอกอื่นๆแต่อย่างใด