

## แง่มุมที่น่าสนใจ ของวัคซีนโควิด 19

(สรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ จากการไปร่วมให้บริการฉีดวัคซีนโควิด 19 ณ สนามกีฬาติณสูลานนท์)

อ.ปฐมมาศ โชติบัณ และ อ.ธารินี นนทพุทธ

จากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคไวรัสโควิด 19 ทั่วโลก วัคซีนโควิดได้ถูกคิดค้นและพัฒนาไปพร้อมๆ กับการระบาดหนักและรุนแรงขึ้นเรื่อยๆ วัคซีนที่ผลิตมาใช้ในช่วงแรกๆได้คิดค้นพัฒนามาจากไวรัสที่ระบาดในช่วงแรก จึงอาจทำให้ประสิทธิภาพในการป้องกันไวรัสกลายพันธุ์ลดลงได้ จึงต้องพิจารณาให้วัคซีนชนิดใหม่เป็นเข็มกระตุ้น หรือมีสูตรการรับวัคซีนเข็มที่สองสลับชนิดกัน แต่ละจังหวัดจึงมีการวางแผนบริหารวัคซีนโควิด 19 ให้ได้ตามนโยบายที่รัฐบาลตั้งเป้าหมายไว้คือ ฉีดวัคซีนให้ได้ร้อยละ 70 ของประชากรทั้งประเทศ เพื่อให้เกิด “ภูมิคุ้มกันหมู่” การได้มีโอกาสไปช่วยให้บริการฉีดวัคซีนโควิด 19 ในบทบาทพยาบาลจึงต้องเตรียมความรู้ต่างๆที่เกี่ยวข้องเพื่อให้การดูแล ให้คำแนะนำและตอบคำถามประชาชนที่มาใช้บริการฉีดวัคซีนโควิด 19 ให้ปลอดภัยหรือเกิดความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับวัคซีนโควิด 19 จึงสรุปแง่มุมที่น่าสนใจ ของวัคซีนโควิด 19 มาเพื่อเผยแพร่ต่อไป ดังนี้

1. หน้าที่สำคัญของวัคซีนโควิด คือ การเข้าไปเสริมความแข็งแรงของภูมิคุ้มกันร่างกายให้พร้อมทำลายไวรัสโควิด-19 ที่แฝงเข้ามาในร่างกายได้ในทันที การฉีดวัคซีนโควิดอาจไม่สามารถป้องกันการติดเชื้อได้ทั้งหมด แต่ป้องกันโรครุนแรงได้เกือบทั้งหมด โดยผู้ที่ฉีดวัคซีนแล้วอาจติดเชื้อแบบไม่มีอาการหรือมีอาการน้อยมากได้ จึงควรฉีดโดยไม่ต้องเลือกชนิดของวัคซีนเมื่อถึงวันที่มีนัดมาฉีดวัคซีน เพราะวัคซีนแต่ละชนิดมีการศึกษาถึงความเหมาะสม ตามกลุ่มอายุและความห่างในการฉีดมาแล้ว ดังนี้

1.1 วัคซีนป้องกันโควิด 19 แอสตราเซนเนกา (COVID-19 Vaccine AstraZeneca) ผลิตโดยประเทศอังกฤษ เชื่อว่ามีประสิทธิภาพ 65% ให้ในกลุ่มผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) กำหนดให้ได้รับวัคซีนทั้งหมด 2 ครั้ง ห่างกัน 10 – 12 สัปดาห์และพิจารณาให้เลื่อนได้ถึง 16 สัปดาห์ถ้าจำเป็น

1.2 วัคซีนโคโรนาแวก หรือ ซิโนแวก (CoronaVac หรือ Sinovac COVID-19 vaccine) เป็นวัคซีนเชื้อตาย ผลิตโดยประเทศจีน เชื่อว่ามีประสิทธิภาพมากกว่า 50%ให้ในผู้ที่มีอายุ 18 – 59 ปี โดยต้องได้รับวัคซีนทั้งหมด 2 ครั้ง ห่างกัน 2 – 4 สัปดาห์

1.3 วัคซีนไฟเซอร์ (Pfizer) ผลิตโดยประเทศสหรัฐอเมริกา เชื่อว่ามีประสิทธิภาพถึง 95% นำมาใช้เป็นวัคซีนเข็มกระตุ้น หรือให้ใหม่ในผู้ที่ยังไม่เคยได้รับวัคซีนชนิดใดมาก่อนเลย กำหนดให้ได้รับวัคซีนทั้งหมด 2 ครั้ง ห่างกัน 8 – 10 สัปดาห์

นอกจากนี้ในปัจจุบันยังมีวัคซีนทางเลือก คือ วัคซีนโควิด 19 ที่รัฐบาลอนุมัติให้โรงพยาบาลเอกชนหรือสถาบันและหน่วยงานอื่นๆ เป็นผู้จัดซื้อผ่านองค์การเภสัชกรรม เพื่อให้ประชาชนได้มีทางเลือกในการเข้าถึงวัคซีนโควิด 19 ที่หลากหลายมากขึ้นแต่ประชาชนต้องชำระค่าวัคซีนรวมถึงค่าการฉีดด้วยตนเอง เช่น วัคซีนโมเดิร์นนา (Moderna) ผลิตโดยประเทศสหรัฐอเมริกา เชื่อว่ามีประสิทธิภาพถึง 94.5%, วัคซีนซิโนฟาร์ม (Sinapharm) ผลิตโดยประเทศจีน เชื่อว่ามีประสิทธิภาพ 79-86% สำหรับ วัคซีน Moderna นั้น

ภาคเอกชนมีแผนจะเตรียมจัดซื้อผ่านองค์กรเภสัชกรรม เพื่อให้ประชาชนเข้าถึงระบบวัคซีนทางเลือกได้อย่างทั่วถึงทั่วประเทศ

2. การเตรียมตัวก่อนรับวัคซีนโควิด 19 แนะนำให้ปฏิบัติตัวตามปกติไม่จำเป็นต้องงดขา กาแฟ แต่ควรงดเครื่องดื่มมีแอลกอฮอล์ ส่วนการออกกำลังกายสามารถทำได้ตามปกติ ที่สำคัญคือ การกินยาประจำได้ตามปกติ ไม่ต้องหยุดกินยาโดยเฉพาะยาลดความดันโลหิต ซึ่งพบได้บ่อย และทำให้พบค่าความดันโลหิตสูงมาก่อนฉีดวัคซีนหากไม่รับประทานยามาก่อน โดยช่วงแรกได้กำหนดค่าความดันโลหิตต้องไม่สูงเกิน 180/110 มิลลิเมตรปรอท ก่อนฉีดวัคซีน ซึ่งในปัจจุบันการประเมินความดันโลหิตก่อนฉีดได้ถูกยกเลิกไปเพื่อลดขั้นตอนและลดความเสี่ยงต่างๆ แต่การที่ค่าความดันโลหิตสูงเกิน 200/110 มิลลิเมตรปรอทก่อนฉีดวัคซีน ยังคงเป็นเรื่องกังวลที่ต้องช่วยดูแล เช่นให้นอนพักผ่อนคลายก่อนประมาณ 5-15 นาที หรือดูแลให้กินยาประจำก่อนหากนำยาติดตัวมาด้วย **ที่สำคัญคือจิตใจต้องพร้อม**โดยการไม่เครียดหรือวิตกกังวลในวันที่มาฉีด และต้องพักผ่อนให้เพียงพอ แต่หากเจ็บป่วยหรือไม่สบายหรือร่างกายอ่อนเพลียจากสาเหตุต่าง ๆ ควรเลื่อนการฉีดไปก่อน และต้องเน้นย้ำให้มาฉีดโดยเร็วที่สุดเมื่อมีความพร้อมทั้งร่างกายและจิตใจ

นอกจากนี้ ไม่ควรแนะนำให้ฉีดวัคซีนในหญิงตั้งครรภ์ไตรมาสแรก (แต่ฉีดในหญิงหลังคลอดหรือให้นมบุตรได้) และในผู้ที่มีโรคประจำตัวที่รุนแรงที่อาจมีอันตรายถึงชีวิตที่อาการยังไม่คงที่ มีโรคกำเริบ นอกจากแพทย์ประจำประเมินว่าฉีดได้ และในกลุ่มอายุที่ไม่ได้รับการรับรองในเวลานี้ คืออายุน้อยกว่า 18 ปี แต่ในอนาคตหากมีวัคซีนที่เหมาะสมในกลุ่มเด็กก็สามารถรับวัคซีนชนิดนั้นๆได้ต่อไป

3. จากการศึกษาวิจัยวัคซีนโควิด 19 แต่ละชนิด มักพบเป็นปฏิกิริยาเฉพาะที่ เช่น อาการปวด บวม แดงบริเวณที่ฉีดวัคซีน ซึ่งส่วนใหญ่มีอาการไม่รุนแรงและสามารถหายได้เองโดยไม่ต้องใช้ยา แต่การฉีดวัคซีนเหล่านี้ก็ยังสามารถทำให้เกิดอาการแพ้รุนแรงได้ในอัตราที่แตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับสุขภาพพื้นฐานเดิมของแต่ละคน หลังฉีดวัคซีนโควิดจึงควรเฝ้าระวัง หรือจำเป็นต้องสังเกตอาการหลังการฉีดอย่างน้อย 30 นาทีในสถานพยาบาลหรือสถานที่ฉีดวัคซีนเสมอก่อนเดินทางกลับบ้าน พร้อมเฝ้าสังเกตอาการตนเองอย่างใกล้ชิด โดยเฉพาะผู้ที่มีโรคประจำตัวอยู่เดิมยิ่งต้องเพิ่มความระมัดระวังมากเป็นพิเศษ และเนื่องจากวัคซีนโควิด 19 เป็นวัคซีนใหม่และยังไม่มีข้อมูลการติดตามผลในระยะยาว จึงต้องเน้นย้ำให้ผู้รับวัคซีนต้องรีบปรึกษาแพทย์หรือโทร.1669 ทันที โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากมีอาการไม่พึงประสงค์ที่รุนแรงและเกิดขึ้นในช่วง 4 สัปดาห์หลังฉีดวัคซีน (Adverse event following immunization)

ผู้รับวัคซีนโควิด 19 หลังรับวัคซีน สามารถรับประทานยาลดไข้ แก้ปวด ได้โดยยาลดไข้ที่ปลอดภัยที่สุดคือ พาราเซตามอล ภายในขนาดที่กำหนดคือ น้ำหนักตัวไม่เกิน 60 กิโลกรัม รับประทานครั้งละ 1 เม็ด (500 มิลลิกรัม) ห่างกันไม่น้อยกว่า 4-6 ชั่วโมง

ในช่วงหลายเดือนที่ผ่านมา เราคงได้ยินเรื่องราวเกี่ยวกับการฉีดวัคซีนโควิด (COVID-19 Vaccines) กันมามากมาย โดยเฉพาะการเร่งสร้าง “ภูมิคุ้มกันหมู่” ซึ่งจำเป็นต้องอาศัยวัคซีนโควิดที่มีประสิทธิภาพเข้ามา

ช่วยเพื่อยุติการระบาดรุนแรงนี้ลงได้ แต่จนถึงตอนนี้เรายังไม่สามารถฉีดวัคซีนได้ถึงตามเป้าหมาย เพราะฉะนั้น ผู้ที่ได้รับฉีดวัคซีนแล้วหรือประชาชนทุกคนก็ยังคงจำเป็นต้องมีความเข้มแข็ง ร่วมด้วยช่วยกันในการรักษา มาตรการป้องกันเชื้อทั้งในครอบครัว ชุมชนและในที่ทำงาน ได้แก่ การสวมหน้ากากอนามัย การเว้นระยะห่าง หลีกเลี่ยงการไปย้งที่มีผู้คนหนาแน่น และการล้างมือบ่อยๆ ต่อไปอย่างเคร่งครัด จนกว่าจะมีความมั่นใจว่าคุณ ในชุมชนส่วนใหญ่หรือเกือบทั้งหมดจะมีภูมิคุ้มกันโรคแล้ว จึงจะสามารถลดหย่อนมาตรการดังกล่าวได้ ทั้งนี้ กระทรวงสาธารณสุข จะเป็นผู้ให้คำแนะนำต่อไป.