****

**แพทย์ชี้ ปอดอักเสบ โรคร้ายที่ผู้สูงอายุควรระวัง**

**โรงพยาบาลราชวิถี กรมการแพทย์** ชี้ โรคปอดอักเสบ หรือที่เรียกว่า “ปอดบวม” คือ โรคติดเชื้อทางเดินหายใจส่วนล่าง ซึ่งอาจเกิดได้จากเชื้อแบคทีเรีย เชื้อไวรัส และเชื้อรา โดยส่วนใหญ่จะเกิดจากเชื้อแบคทีเรียและเชื้อไวรัส ซึ่งสาเหตุของโรคจะมีความแตกต่างกันในแต่ละกลุ่มอายุและสภาพแวดล้อม

**นายแพทย์ณัฐพงศ์ วงศ์วิวัฒน์ รองอธิบดี กรมการแพทย์** กล่าวว่า โรคปอดอักเสบในผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่เกิดจากการได้รับเชื้อผ่านระบบทางเดินหายใจ ทำให้ปอดเกิดการอักเสบ ส่งผลให้ไม่สามารถแลกเปลี่ยนออกซิเจนในปอดได้ตามปกติ มักพบว่าเป็นอาการที่ต่อเนื่องมาจากโรคไข้หวัดใหญ่หรือมีการติดเชื้อจากบุคคลรอบข้างที่มีอาการไอจามได้ การติดเชื้อปอดอักเสบสามารถพบได้ทุกช่วงอายุ โดยระดับความรุนแรงของโรคจะมีความแตกต่างกัน ผู้ป่วยที่อายุมากกว่า 65 ปี มีความต้านทานโรคต่ำ จึงมีความเสี่ยงเกิดความรุนแรงของโรคและภาวะแทรกซ้อนถึงขั้นเสียชีวิตได้ ซึ่งปอดอักเสบมีระยะเวลาดำเนินโรคที่ไม่แน่ชัดขึ้นกับชนิดของเชื้อ อาจสั้นเพียง 1 – 3 วันหรือนานเป็นสัปดาห์ หลังจากเริ่มป่วยเป็นไข้หวัด ถ้าผู้ป่วยเริ่มมีอาการไอ มีเสมหะ หายใจเหนื่อยหอบ เจ็บแน่นหน้าอก คลื่นไส้ อาเจียน อ่อนเพลีย และมีไข้สูง เป็นอาการที่แสดงให้เห็นว่าไม่ได้เป็นแค่ไข้หวัดธรรมดา แต่อาจมีโรคปอดอักเสบร่วมด้วย โดยอาการของโรคปอดอักเสบในผู้สูงอายุอาจมีอาการอื่นที่ไม่จำเพาะ ที่พบได้บ่อย คือ มีอาการซึมลงหรือสับสน และไม่จำเป็นต้องมีไข้หรืออาการไอมาก่อน

**นายแพทย์จินดา โรจนเมธินทร์ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลราชวิถี** กล่าวว่า โรคปอดอักเสบจากการติดเชื้อแบคทีเรีย สามารถรักษาได้ด้วยยาฆ่าเชื้อทั้งแบบรับประทานและการฉีดยา ส่วนใหญ่อาการจะดีขึ้นภายใน 2-3 วัน สำหรับปอดที่ติดเชื้อไวรัสมักมีความรุนแรงน้อยกว่าการติดเชื้อแบคทีเรีย การรักษาจึงพิจารณาตามอาการ โดยแนะนำให้ผู้ป่วยดูแลตัวเองให้แข็งแรงด้วยการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ครบ 5 หมู่ ดื่มน้ำให้เพียงพอ และพักผ่อนอย่างพอเหมาะ หากผู้ป่วยมีโรคประจำตัวแพทย์อาจพิจารณาให้พักรักษาตัวในโรงพยาบาลจนกว่าจะหายสนิท เพื่อช่วยฟื้นฟูสุขภาพให้แข็งแรง พร้อมกลับไปใช้ชีวิตประจำวันได้ตามปกติ รวมถึงป้องกันการเกิดโรคแทรกซ้อน ซึ่งเป็นเรื่องอันตรายอย่างยิ่งสำหรับผู้สูงวัย

**ผศ.พิเศษ.นพ.สมคิด อุ่นเสมาธรรม นายแพทย์ทรงคุณวุฒิ ด้านเวชกรรม สาขาอายุรกรรม กลุ่มงานอายุรศาสตร์ โรงพยาบาลราชวิถี** กล่าวเพิ่มเติมว่า ผู้สูงอายุควรดูแลสุขภาพให้แข็งแรงอยู่เสมอด้วยการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ใช้ช้อนกลาง หลีกเลี่ยงอาหารรสจัดและไขมันสูง ดื่มน้ำและพักผ่อนให้เพียงพอ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ หลีกเลี่ยงการอยู่ใกล้ผู้ป่วยโรคไข้หวัดใหญ่หรือผู้ป่วยที่มีอาการไอจาม หลีกเลี่ยงการสัมผัสและใช้ของส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น ลดการออกไปในสถานที่แออัดในช่วงที่มีไข้หวัดหรือไข้หวัดใหญ่ระบาด ฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ทุกปี เนื่องจากเชื้อไข้หวัดใหญ่มีการเปลี่ยนแปลงสายพันธุ์อยู่ตลอดเวลา ประสิทธิภาพของวัคซีนสามารถป้องกันการติดเชื้อไข้หวัดใหญ่ได้ประมาณ 70-80 เปอร์เซ็นต์ ควรฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ ก่อนหน้าฝนราวเดือนพฤษภาคม–มิถุนายน ซึ่งเป็นช่วงที่ไข้หวัดใหญ่ระบาด และควรฉีดวัคซีนชนิด Pneumococcal vaccine โดยปรึกษาแพทย์ก่อน เพื่อป้องกันโรคปอดอักเสบติดเชื้อนิวโมคอคคัส ที่เป็นสาเหตุของปอดอักเสบจากเชื้อแบคทีเรียที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

*#กรมการแพทย์ #โรงพยาบาลราชวิถี #ปอดอักเสบในผู้สูงอายุ*

 - ขอขอบคุณ –

 29 พฤษภาคม 2566