



ข่าวออนไลน์ประจำวันอังคารที่ 2 พฤษภาคม 2566

ที่มา : <https://www.thairath.co.th/news/society/๒๖๙๐๕๕๒>



## "หมอยง" เผยโควิด-19 มีแนวโน้มระบาดมากขึ้น ช่วงหลังเลือกตั้ง-นักเรียนเปิดเทอม

"หมอยง" เผยโควิด-19 จะมีแนวโน้มระบาดมากขึ้นปลายเดือนหลังเลือกตั้ง-ช่วงนักเรียนเปิดเทอม เน้นกลุ่มเสี่ยงควรฉีดวัคซีน แม้จะไม่สามารถป้องกันการติดเชื้อ แต่ลดความรุนแรงโรคได้

วันที่ 2 พฤษภาคม 2566 ศ.นพ.ยง ภู่วรวรรณ หัวหน้าศูนย์เชี่ยวชาญเฉพาะทางด้านไวรัสวิทยาคลินิก ภาควิชากุมารเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โพสต์ข้อความเรื่องโควิด-19 การระบาดมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น โดยระบุว่า โควิด-19 ได้ปรับตัวเป็นโรคประจำฤดูกาล และสำหรับประเทศไทย จะเริ่มระบาดเมื่อเข้าสู่ฤดูฝน โดยเฉพาะในช่วงนักเรียนเปิดเทอมแรก และในปีนี้จะประกอบด้วยมีการหาเสียงเลือกตั้ง มีการรวมคนหมู่มาก โอกาสที่จะแพร่กระจายได้มาก โรคจะพบมากขึ้นในปลายเดือนนี้หลังเลือกตั้ง และนักเรียนเปิดเทอมแล้ว

สายพันธุ์ที่พบขณะนี้ ส่วนใหญ่เกือบทั้งหมดเป็น XBB โดยเฉพาะ XBB.1.5 ได้เข้ามาแทนที่สายพันธุ์ที่ระบาด ตั้งแต่ต้นปีมา คือ BA.2.75 แล้ว แต่สายพันธุ์ทั้งหมดก็ยังคงเป็นลูกหลานของ โอมิครอน โดยที่สายพันธุ์ไหนติดได้ง่ายกว่า หลบหลีกภูมิคุ้มกันได้ดีกว่า ก็จะเข้ามาแทนที่ สายพันธุ์ดาวดวงแก้ว XBB.1.16 ก็ยังพบน้อยมาก ทุกสายพันธุ์ที่กระจายทั่วโลกขณะนี้ ความรุนแรงของโรคลดลงมาก เมื่อเปรียบเทียบกับสายพันธุ์ดั้งเดิม (มากกว่า 90%) ผู้ที่เป็นรุนแรง หรือเสียชีวิตส่วนใหญ่จะอยู่ในกลุ่มเปราะบาง กลุ่มเสี่ยงหรือที่เราเรียกว่า 608



ข่าวออนไลน์ประจำวันอังคารที่ 2 พฤษภาคม 2566 (ต่อ)  
ที่มา : <https://www.thairath.co.th/news/society/๒๖๙๐๕๕๒>

วัคซีนที่มีอยู่ขณะนี้ ถึงแม้ว่าจะไม่สามารถป้องกันการติดเชื้อได้ แต่สามารถลดความรุนแรงของโรคได้ ดังนั้นกลุ่มเสี่ยง เพราะบาง ควรจะได้รับวัคซีนป้องกัน และให้ถือเป็นวัคซีนประจำฤดูกาลที่จะต้องฉีดก่อนเข้าสู่ฤดูฝนคือในเดือนนี้ เช่นเดียวกับวัคซีนไข้หวัดใหญ่ โดยสามารถให้พร้อมกันได้โดยฉีดกันคนละตำแหน่งหรือคนละข้างแขน

วัคซีนที่ใช้อยู่ขณะนี้ถ้าเป็น mRNA วัคซีน จะเป็นชนิด 2 สายพันธุ์ bivalent คือสายพันธุ์ดั้งเดิม อู่ฮั่น ร่วมกับ โอมิครอน ที่อยู่ในบ้านเราถ้าเป็นไฟเซอร์ก็จะ เป็น BA.1 ส่วนของ Moderna ก็จะเป็น BA.5 โดยของ Moderna จะมีปริมาณ RNA เพียงครึ่งหนึ่ง (50 mcg) ของวัคซีนสายพันธุ์เดี่ยวที่เราเคยใช้ในอดีต (100 mcg)

ในบุคคลที่แข็งแรงดีและมีอายุน้อยกว่า 60 ปี การฉีดวัคซีนเป็นไปตามความสมัครใจ เพราะความรุนแรงของโรคจะน้อยกว่ากลุ่มเสี่ยง 608 ในที่สุดในระยะเวลาอันใกล้นี้เชื่อว่า องค์การอนามัยโลกคงจะเลิกนับจำนวนผู้ที่ติดเชื้อ เพราะตัวเลขที่รายงานเข้าสู่องค์การอนามัยโลก ต่ำกว่าความเป็นจริงมาก รวมทั้งของประเทศไทยก็ไม่ได้นับจำนวนผู้ที่ติดเชื้อแล้ว นับเฉพาะผู้ที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล และผู้ที่เสียชีวิต จำนวนผู้ที่ติดเชื้อมีมากกว่าจำนวนที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลหลายสิบเท่า.



ข่าวออนไลน์ประจำวันอังคารที่ 2 พฤษภาคม 2566

ที่มา : <https://www.thairath.co.th/news/local/๒๖๙๐๕๗๓>



## สำรวจสุขภาพคนไทย วัยทำงานอ้วนลงพุงแฉะกินบุฟเฟต์อย่างมีสติ

นพ.สุวรรณชัย วัฒนายิ่งเจริญชัย อธิบดีกรมอนามัย กล่าว่า จากการสำรวจสุขภาพคนไทย อายุ 15 ปีขึ้นไป โดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 6 พ.ศ.2562-2563 พบว่า ค่าเฉลี่ย BMI ของผู้ชายเท่ากับ 24.2 และผู้หญิงเท่ากับ 25.2 ซึ่งถือว่าเกินกว่าเกณฑ์ปกติ โดยผู้ชายร้อยละ 37.8 และผู้หญิง ร้อยละ 46.4 อยู่ในเกณฑ์อ้วน และพบว่า ผู้ชาย ร้อยละ 27.7 และผู้หญิง ร้อยละ 50.4 อ้วนลงพุง สาเหตุส่วนหนึ่งเกิดจากกลุ่มวัยทำงานอาจเลือกกินอาหารจานด่วนและมีกิจกรรมทางกายไม่เพียงพอ และองค์การอนามัยโลกพบว่า เกือบหนึ่งในสามของคนไทยมีน้ำหนักตัวมากจนเป็นโรคอ้วน อ้วนลงพุง ใช้ชีวิตไม่เหมาะสม ตั้งแต่การกินอาหารที่ไม่ถูกหลักโภชนาการ ไม่มีเวลาออกกำลังกาย ซึ่งคนที่มีลักษณะตัวมีโอกา้อ้วนลงพุงถึงร้อยละ 25 ส่งผลให้สุขภาพร่างกายไม่ดี

นพ.สุวรรณชัยกล่าวต่อว่า กลุ่มวัยทำงานจึงควรใส่ใจสุขภาพตนเองให้มากขึ้น ดังนี้ กินอาหารให้เพียงพอ ลดอาหารหวาน มัน เค็มใน 1 วัน กินน้ำมันไม่เกิน 6 ช้อนชา น้ำตาลไม่เกิน 6 ช้อนชา เติมน้ำเปล่าหรือซีอิ๊ว ขอสบปรุรงรสในการปรุงอาหารรวมกันไม่เกินวันละ 4 ช้อนชา ใช้สมุนไพรแทนการเติมเครื่องปรุงรส เลี่ยงอาหารทอด และไม่ใส่กะทิ กินอาหารสดแทนอาหารแปรรูป ลดหรือเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มรสหวาน และควรออกกำลังกายอย่างน้อย 150 นาทีต่อสัปดาห์ หรือ 30 นาทีต่อวัน เช่น เดินเร็ว วิ่ง ปั่นจักรยาน เต้นแอโรบิก กระโดดเชือก โยคะ เป็นต้น อีกทั้งควรนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอวันละ 7-9 ชั่วโมง การพบปะสังสรรค์ตามร้านบุฟเฟต์ บ้างบ้าง ควรกินอย่างมีสติ.



ข่าวออนไลน์ประจำวันอังคารที่ 2 พฤษภาคม 2566  
ที่มา : <https://www.naewna.com/local/๗๒๘๐๓๕>



## เลเซอร์'โควิด-19' จัปตาระบาดพรวดช่วง'เปิดเทอม-หลังเลือกตั้ง'

แพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โพสต์เฟซบุ๊ก Yong Poovorawan หัวข้อ "โควิด 19 การระบาดมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น" มีเนื้อหาดังนี้...

"โรคโควิด 19 ได้ปรับตัวเป็นโรคประจำฤดูกาล และสำหรับประเทศไทยจะเริ่มระบาดเมื่อเข้าสู่ฤดูฝน โดยเฉพาะในช่วงนักเรียนเปิดเทอมแรก และในปีนี้จะประกอบด้วยมีการหาเสียงเลือกตั้ง มีการรวมคนหมู่มาก โอกาสที่จะแพร่กระจายได้มาก โรคจะพบมากขึ้นในปลายเดือนนี้หลังเลือกตั้ง และนักเรียนเปิดเทอมแล้ว"

สายพันธุ์ที่พบขณะนี้ส่วนใหญ่เกือบทั้งหมดเป็น XBB โดยเฉพาะ XBB.1.5 ได้เข้ามาแทนที่สายพันธุ์ที่ระบาดตั้งแต่ต้นปีมา คือ BA.2.75 แล้ว แต่สายพันธุ์ทั้งหมดก็ยังเป็นลูกหลานของ โอมิครอน โดยที่สายพันธุ์ไหนติดได้ง่ายกว่า หลบหลีกภูมิคุ้มกันต้านทานได้เก่งกว่าก็จะเข้ามาแทนที่ สายพันธุ์ดาวดวงแก้ว XBB.1.16 ก็ยังพบน้อยมาก ทุกสายพันธุ์ที่กระจายทั่วโลกขณะนี้ ความรุนแรงของโรคลดลงมากเมื่อเปรียบเทียบกับสายพันธุ์ดั้งเดิม (มากกว่า 90%) ผู้ที่เป็นรุนแรงหรือเสียชีวิตส่วนใหญ่จะอยู่ในกลุ่มเปราะบาง กลุ่มเสี่ยงหรือที่เราเรียกว่า 608

วัคซีนที่มีอยู่ขณะนี้ถึงแม้ว่าจะไม่สามารถป้องกันการติดเชื้อได้ แต่สามารถลดความรุนแรงของโรคได้ ดังนั้นกลุ่มเสี่ยง เปราะบาง ควรจะได้รับวัคซีนป้องกัน และให้ถือเป็นวัคซีนประจำฤดูกาลที่จะต้องฉีดก่อนเข้าสู่ฤดูฝนคือในเดือนนี้ เช่นเดียวกับวัคซีนไข้หวัดใหญ่ โดยสามารถให้พร้อมกันได้โดยฉีดกันคนละตำแหน่ง หรือคนละข้างแขน

วัคซีนที่ใช้ขณะนี้ถ้าเป็น mRNA วัคซีน จะเป็นชนิด 2 สายพันธุ์ bivalent คือสายพันธุ์ดั้งเดิม คู่สั้น ร่วมกับ โอมิครอน ที่ใช้ในบ้านเราถ้าเป็นไฟเซอร์ก็จะเป็น BA.1 ส่วนของ Moderna ก็จะเป็น BA.5 โดยของ Moderna จะมีปริมาณ RNA เพียงครึ่งหนึ่ง (50 mcg) ของวัคซีนสายพันธุ์เดี่ยวที่เราเคยใช้ในอดีต (100 mcg)

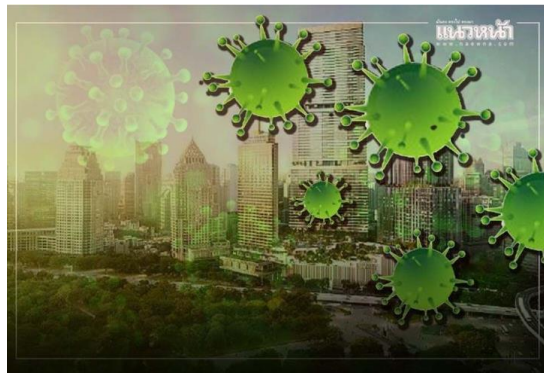
ในบุคคลที่แข็งแรงดีและมีอายุน้อยกว่า 60 ปี การฉีดวัคซีนเป็นไปตามความสมัครใจ เพราะความรุนแรงของโรคจะน้อยกว่ากลุ่มเสี่ยง 608

ในที่สุดในระยะเวลายาวไกลนี้เชื่อว่า องค์การอนามัยโลกคงจะเลิกนับจำนวนผู้ติดเชื้อ เพราะตัวเลขที่รายงานเข้าสู่องค์การอนามัยโลก ต่ำกว่าความเป็นจริงมาก รวมทั้งของประเทศไทยก็ไม่ได้นับจำนวนผู้ติดเชื้อแล้ว นับเฉพาะผู้ที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล และผู้ที่เสียชีวิต จำนวนผู้ติดเชื้อมีมากกว่าจำนวนที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลหลายสิบเท่า"





ข่าวออนไลน์ประจำวันอังคารที่ 2 พฤษภาคม 2566  
ที่มา : <https://www.naewna.com/local/๗๒๗๙๙๔>



## ยอดติดเชื้อโควิดขยับ 7วันป่วยพุ่ง1,811คน-ตาย10 ปอดอักเสบ157-ใส่ท่อ79ราย

ปอดอักเสบ157-ใส่ท่อ79ราย

ตีบีบวัคซีนหวัดใหญ่วันแรก

เน้น7กลุ่มเสี่ยงสิทธิบัตรทอง

กรมควบคุมโรคสรุปรายงานจำนวนผู้ติดเชื้อโควิด-19 ประจำสัปดาห์ระหว่าง 23-29 เมษายน มีผู้ป่วยใหม่เข้ารับเพิ่มขึ้น 1,811 ราย เฉลี่ย 258 คน/วัน ตายเพิ่ม

10 ศพ เฉลี่ยวันละ 1 คน ปอดอักเสบ 157 คนใส่ท่อหายใจ 79 คน ด้านเลขาสปสข.ตีบีบฉีดวัคซีนหวัดใหญ่วันแรก สำหรับคนไทยสิทธิบัตรทอง7 กลุ่มเสี่ยง ติดต่อเข้ารับบริการได้ถึง 31 สด. หรือจนกว่าวัคซีนจะหมด

เมื่อวันที่ 1 พฤษภาคม กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข (สธ.) รายงานสถานการณ์ระบาดของโควิด-19 รายสัปดาห์ว่า ระหว่างวันที่ 23 – 29 เมษายนที่ผ่านมา มีผู้ติดเชื้อโควิดรายใหม่ รักษาในโรงพยาบาล 1,811 ราย เฉลี่ยวันละ 258 ราย ขณะที่มีผู้เสียชีวิตรายใหม่ 10 ราย เฉลี่ยวันละ 1 ราย มีผู้ป่วย ปอดอักเสบ ราย 157 และผู้ป่วยใส่เครื่องช่วยหายใจ 79 ราย. รวมยอดผู้ป่วยรักษาในโรงพยาบาล สะสม 8,382 ราย ผู้เสียชีวิต สะสม 288 ราย

ด้านนพ.เจตน์ ธรรมธัชอารี เลขาธิการสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสข.)เปิดเผยว่า วันที่ 1 พฤษภาคม เป็นวันแรกของการเริ่มให้บริการฉีด วัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล ประจำปีงบประมาณ 2566 ภายใต้บริการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรค กองทุนหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ หรือ บัตรทอง 30 บาท เป็นความร่วมมือระหว่าง สปสข. และกรมควบคุมโรค รวมถึงหน่วยบริการ/สถานพยาบาลในระบบหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (บัตรทอง 30 บาท) เพื่อดูแลประชาชนในกลุ่มเสี่ยง 7 กลุ่มเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันและป้องกันภาวะแทรกซ้อนรุนแรงจากโรคไข้หวัดใหญ่ โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย

สำหรับวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่ที่นำมาฉีดให้ประชาชนที่เป็นกลุ่มเสี่ยง 7 กลุ่มปีนี้ ยังเป็นวัคซีนสายพันธุ์ซีกโลกใต้ตามคำแนะนำขององค์การอนามัยโลก (WHO) ที่ครอบคลุมป้องกันเชื้อไข้หวัดใหญ่ 3 สายพันธุ์ (an A/Victoria/2570/2019 (H1N1) pdm09-like virus, an A/Darwin/9/2021 (H3N2)-like virus; และ a B/Austria/1359417/2021 (B/Victoria lineage)-like virus.) มีประสิทธิภาพป้องกัน ช่วยเสริมภูมิคุ้มกันจากไข้หวัดใหญ่ได้

“สปสข. ขอให้ประชาชนใน 7 กลุ่มเสี่ยง มารับฉีดวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่ โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย สามารถรับบริการได้ตั้งแต่วันที่ (1 พ.ค.)ถึงวันที่ 31 สิงหาคมหรือจนกว่าวัคซีนจะหมด ใครที่รู้ว่าตนเป็นสิทธิบัตรทองที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยง หรือมีคนในครอบครัวที่มีสิทธิบัตรทองและอยู่ในกลุ่มเสี่ยง ให้รีบมารับวัคซีน ไข้หวัดใหญ่” เลขาธิการ สปสข. กล่าว และว่า ขณะนี้วัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่เป็นบริการเฉพาะผู้มีสิทธิบัตรทอง 30 บาท ส่วนสิทธิการรักษาอื่นขอประกาศ อีกครั้ง



ข่าวออนไลน์ประจำวันอังคารที่ 2 พฤษภาคม 2566 (ต่อ)

ที่มา : <https://www.naewna.com/local/๗๒๗๙๙๔>

สำหรับประชาชนกลุ่มเสี่ยง 7 กลุ่ม ที่ได้รับสิทธิฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ ได้แก่ หญิงตั้งครรภ์ อายุครรภ์ 4 เดือนขึ้นไป เด็กอายุ 6 เดือน ถึง 2 ปี ผู้มีโรคเรื้อรัง 7 กลุ่มโรคคือ ปอดอุดกั้นเรื้อรัง หอบหืด หัวใจ หลอดเลือดสมอง ไตวาย ผู้ป่วยมะเร็งที่อยู่ระหว่างการได้รับเคมีบำบัดและเบาหวาน บุคคลที่มีอายุ 65 ปีขึ้นไป โรคธาลัสซีเมียและผู้ที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่อง (รวมผู้ติดเชื้อ HIV ที่มีอาการ) โรคอ้วน โดยมีน้ำหนักมากกว่า 100 กิโลกรัมขึ้นไป และผู้พิการทางสมองที่ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ ทั้งนี้ กรณีหญิงตั้งครรภ์นั้นฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่ให้บริการตลอดทั้งปี

ประชาชน 7 กลุ่มเสี่ยงดังกล่าวสามารถติดต่อขอรับการฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่ได้ที่ หน่วยบริการหรือสถานพยาบาลในระบบบัตรทอง ได้ทุกแห่ง ไม่ว่าจะเป็นโรงพยาบาลรัฐ ศูนย์บริการสาธารณสุขในพื้นที่ กทม. และคลินิกเอกชนที่เข้าร่วมโครงการ หรือสถานพยาบาลตามสิทธิที่ไปรักษาประจำ โดยดูรายชื่อหน่วยบริการที่เข้าร่วมได้ที่แอปพลิเคชันเป๋าตัง เมนูกระเป๋าสบายใจ เลือกสิทธิสุขภาพดีป้องกันโรค

นอกจากนี้ เพื่อเพิ่มความสะดวกในการรับบริการวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล เฉพาะในพื้นที่กรุงเทพมหานคร สปสช. ร่วมกับ ธนาคารกรุงไทย จำกัด เปิดให้ประชาชนผู้ใช้สิทธิบัตรทอง ขอยืมว่าเฉพาะในพื้นที่กรุงเทพฯ เท่านั้น จองสิทธิการฉีดวัคซีนฯ ส่วนผ่าน "กระเป๋าสุขภาพ" บนแอปพลิเคชัน เป๋าตัง ได้ โดยเข้าสู่ระบบเพื่อจองสิทธิฉีดวัคซีนฯ ได้แล้วตั้งแต่วันที่ 31 สิงหาคมหรือจนกว่าวัคซีนจะหมด ส่วนผู้ที่อยู่ใน กทม. แต่ไม่สะดวกจองผ่านแอปเป๋าตัง ให้โทร.สายด่วน สปสช. 1330 กด 8 เพื่อจองคิวฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่ได้ สำหรับผู้ที่อยู่ในต่างจังหวัดไม่สามารถจองผ่านแอปเป๋าตังได้ สามารถโทรนัดรับบริการล่วงหน้า เพื่อลดความแออัดในการเข้ารับบริการวัคซีนได้เช่นกัน

นพ.เจตน์กล่าวด้วยว่า ขณะนี้กระทรวงสาธารณสุขอยู่ในช่วงการรณรงค์ให้ประชาชนไทยรับการฉีดวัคซีนโควิดประจำปีด้วยเช่นกัน ซึ่งประชาชนทั้ง 7 กลุ่มเสี่ยงสามารถรับการฉีดวัคซีนโควิด พร้อมฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่ได้ โดยฉีดที่ต้นแขนคนละข้าง แต่หากไม่ได้ฉีดพร้อมกันสามารถฉีดเมื่อไรก็ได้ ไม่ต้องคำนึงถึงระยะห่าง