

# เตือนภัย โรคจากเชื้อแบคทีเรีย อีโคไลชนิดรุนแรง Enterohaemorrhagic *E.coli* (EHEC)

วีระพงษ์ เรียบพร  
กลุ่มระบาดวิทยาและข่าวกรอง  
สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 5 นครราชสีมา  
เรียบเรียง

โดยทั่วไปเรารู้จักเชื้อ *E.coli* ที่เป็นแบคทีเรียที่พบได้ในลำไส้ของมนุษย์และสัตว์เลือดอุ่น ส่วนใหญ่ของเชื้อ *E.coli* จะไม่ก่อให้เกิดอันตราย แต่มีบางสายพันธุ์ของเชื้อ *E.coli* สามารถก่อให้เกิดอาการที่รุนแรงได้ เช่น เชื้อ enterohaemorrhagic *E.coli* (EHEC) ทำให้เกิดโรคโดยการสร้างและปล่อยสารพิษชื่อ Shiga toxin ซึ่งสามารถทำลายเม็ดเลือดแดงและไตได้ โดยตัวอย่างที่สำคัญ เช่น สายพันธุ์ *E.coli* O157:H7 และ *E.coli* serogroup O104 ที่สงสัยว่าจะเป็นสาเหตุการระบาดของเยอรมัน ณ ขณะนี้ โดยสถานการณ์ล่าสุด ข้อมูลจากองค์การอนามัยโลก ณ วันที่ 5 มิถุนายน 2554 มีจำนวนผู้ป่วยทั้งสิ้น 2,265 ราย ในจำนวนนี้ เสียชีวิต 22 ราย โดยแบ่งเป็นผู้ป่วย HUS (กลุ่มอาการเม็ดเลือดแดงแตกและไตวาย หรือ Haemolytic uraemic syndrome) จำนวน 658 ราย และผู้ป่วย EHEC จำนวน 1,607 ราย ส่วนใหญ่เกิดขึ้นในประเทศ ทวีปยุโรป โดยประเทศเยอรมนี พบผู้ป่วยมากที่สุด ซึ่งพบว่าผู้ป่วย 86% เกิดกับผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป

**การติดต่อ** เชื้อนี้จะเข้าสู่ร่างกายโดยการบริโภคอาหารที่มีการปนเปื้อน เช่น เนื้อสัตว์ดิบหรือปรุงไม่สุก นมที่ไม่ได้ผ่านขบวนการทำลายเชื้อ นอกจากนี้การปนเปื้อนของเชื้อโรคจากอุจจาระ สู่อาหารและน้ำ อาจเกิดขึ้นได้ระหว่างการเตรียมและการปรุงอาหาร เช่น ผิวของห้องครัวหรืออุปกรณ์ปรุงอาหารที่มีการปนเปื้อน เชื้อจะเจริญเติบโตได้ดีในอุณหภูมิระหว่าง 7 – 50 องศาเซลเซียส และจะถูกทำลายได้โดยความร้อนที่ 70 องศาเซลเซียส ขึ้นไป นอกจากนี้เชื้อ EHEC ยังเคยมีรายงานว่าสามารถเพาะเชื้อขึ้นจากบ่อน้ำ เชื้อสามารถมีชีวิตอยู่ได้เป็นเดือน ในแหล่งน้ำ ซึ่งระยะฟักตัว อยู่ระหว่าง 3 – 8 วัน เฉลี่ยอยู่ที่ 3 – 4 วัน โดยส่วนใหญ่จะก่อโรคในเด็กเล็กและผู้สูงอายุ โดยมักจะเป็นการระบาดชนิดประปราย น้อยครั้งที่จะมีการระบาดใหญ่

**อาการของโรคนี้** มักมีอาการของระบบทางเดินอาหารที่รุนแรง (อุจจาระเหลวมักมีเลือดปน หรือมีมูกเลือด), มีไข้ต่ำๆ หรือไม่มีไข้, ปวดท้อง อาเจียน, อาจเป็นอันตรายแก่ชีวิต จากไตวาย ซึ่งมักพบกับเด็กเล็ก พบได้ร้อยละ 3 – 7 ของผู้ที่ติดเชื้อดังกล่าว ซึ่งผู้ป่วยส่วนใหญ่จะมีการหายภายใน 10 วัน

## การป้องกัน

**คำแนะนำสำหรับประชาชนทั่วไป** ควรปฏิบัติตน เหมือนกับการป้องกันโรคติดต่อทางอาหารและน้ำ อื่นๆ คือ สุก ร้อน สะอาด “กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ”

- **สุก** ปรุงอาหารให้สุกอย่างทั่วถึง ห้ามรับประทานอาหารดิบ หรือ ดิบๆ สุกๆ เนื่องจาก เชื้อจะถูกทำลายได้ โดยความร้อนที่ 70 องศาเซลเซียสขึ้นไป โดยเฉพาะอาหารประเภทเนื้อสัตว์

- **ร้อน** ควรรับประทานอาหารที่ปรุงสุกทันที หรือสุกใหม่ๆ

เก็บอาหารที่ปรุงสุกแล้วอย่างระมัดระวัง เช่น ข้าวกล่อง อาหารถุง

กรณีจะนำมารับประทาน ต้องนำมาอุ่นให้ร้อนอย่างทั่วถึงก่อนรับประทานอีก

สำหรับอาหารทารก ต้องนำมารับประทานทันทีหลังปรุงสุก และไม่ควรถูกเก็บไว้ค้างมือ

- **สะอาด** เลือกอาหารที่มีขบวนการผลิตที่ปลอดภัย

ล้างมือให้สะอาดทุกครั้ง ก่อนและหลังรับประทานอาหาร และภายหลังการเข้าส้วม

อย่าใช้มือสัมผัสอาหารที่ปรุงสุกแล้วโดยตรง ควรใช้ช้อนกลาง

รักษาสิ่งแวดล้อมในครัวให้สะอาด โดยเฉพาะโต๊ะที่ใช้ปรุงอาหาร, น้ำดื่ม และน้ำใช้ต้องสะอาด

หลีกเลี่ยงการปนเปื้อนระหว่างอาหารด้วยกัน เพื่อไม่ให้อาหารที่ปรุงสุกแล้วปนเปื้อนกับอาหารดิบ เช่น การใช้มีด เขียง ต้องแยกระหว่างอาหารดิบ และอาหารสุก เป็นต้น

#### - การทำความสะอาดผัก ผลไม้

เลือกซื้อผัก ผลไม้ที่สะอาด ปลอดภัยและมี และยาฆ่าแมลง

ล้างผัก และผลไม้ให้สะอาด ก่อนนำมารับประทาน โดยการเด็ดใบ คลี่ใบล้างผ่านน้ำให้สะอาดหลายๆ ครั้ง

#### คำแนะนำสำหรับผู้ปรุงอาหาร ผู้เสิร์ฟอาหาร ผู้ขายอาหาร

- ปฏิบัติตามหลักสุขาภิบาลอาหาร โดยเฉพาะเรื่องความสะอาดของวัตถุดิบ และน้ำ ที่นำมาประกอบอาหาร ซึ่งอาจมีการปนเปื้อนเชื้อโรค รวมทั้งการล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหาร และหลังเข้าห้องน้ำ

- หากผู้ที่ป่วยเป็นผู้ปรุงอาหาร ผู้เสิร์ฟอาหาร ผู้ขายอาหาร ควรหยุดงานจนกว่าจะหายเป็นปกติ

#### คำแนะนำสำหรับผู้เดินทางที่จะไป/กลับจากยุโรป

ขณะนี้ องค์การอนามัยโลก (WHO) ยังไม่ห้าม การขนส่งกับประเทศที่มีการระบาดและประเทศในแถบยุโรป สำหรับการเดินทาง มิได้มีการระบุถึง ดังนั้น หากท่านมีความจำเป็นต้องเดินทางไป/กลับ ต่างประเทศ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ประเทศที่มีการระบาดและประเทศในแถบยุโรป ขอให้เลือกรับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ และล้างมือบ่อยๆ และหากเกิดอาการปวดท้อง ถ่ายเหลวเป็นเลือด ให้รีบไปพบแพทย์ทันที พร้อมแจ้งประวัติเสี่ยงให้ทราบ

#### คำแนะนำสำหรับบุคลากรทางแพทย์

ผู้ป่วยที่สงสัย ผู้ป่วยที่มีอาการถ่ายเหลวเป็น น้ำปนเลือด หรือ มีมูกปนเลือด ปวดท้อง และมีประวัติ เคยเดินทางไป/กลับจากประเทศแถบยุโรป ในช่วง 1 สัปดาห์ ก่อนเริ่มป่วย ดังนั้น กระทรวงสาธารณสุขขอแนะนำให้ท่านดำเนินการ ดังนี้

- ซักประวัติเสี่ยงเรื่องประวัติการเดินทางไป/กลับจากประเทศแถบยุโรป ในช่วง 1 สัปดาห์ก่อนเริ่มป่วย หากมีอาการถ่ายเหลวเป็นเลือด หรือเป็นมูกปนเลือด ปวดท้อง อาจมีไข้ต่ำๆ หรือไม่มีไข้

- ผู้ที่มีอาการ ภาวะไตวายเฉียบพลัน (Haemorrhagic uremic syndrome) ร่วมกับอาการถ่ายเป็นมูกปนเลือด ถ้าผู้ป่วยมีลักษณะอาการดังข้อ 1 หรือ 2 ให้แจ้งทีมป้องกันควบคุมโรคในโรงพยาบาลของท่านทราบ เพื่อพิจารณาแจ้งทีมเฝ้าระวังสอบสวนเคลื่อนที่เร็วดำเนินการต่อไป

- เก็บตัวอย่างอุจจาระส่งตรวจที่สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์สาธารณสุข กระทรวงวิทยาศาสตร์ หรือส่งผ่านทีมเฝ้าระวังสอบสวนเคลื่อนที่เร็ว ในพื้นที่

การรักษาทั่วไป ให้รักษาตามอาการ ไม่แนะนำให้ ยาระงับการถ่าย (anti-diarrheal products) เนื่องจากอาจทำให้อาการผู้ป่วยแย่ลง โดยการฆ่าเชื้อจะทำให้มีสารพิษออกมามากขึ้น และให้ระมัดระวังการเกิดภาวะเม็ดเลือดแดงแตกและไตวาย ซึ่งเป็นภาวะแทรกซ้อนรุนแรงที่สำคัญ

การรักษาด้วย ยาปฏิชีวนะ (Antibiotics) สำหรับภาวะอุจจาระร่วง ให้แพทย์พิจารณาตามความจำเป็น และเหมาะสม