

อาานีส เป็นหัด



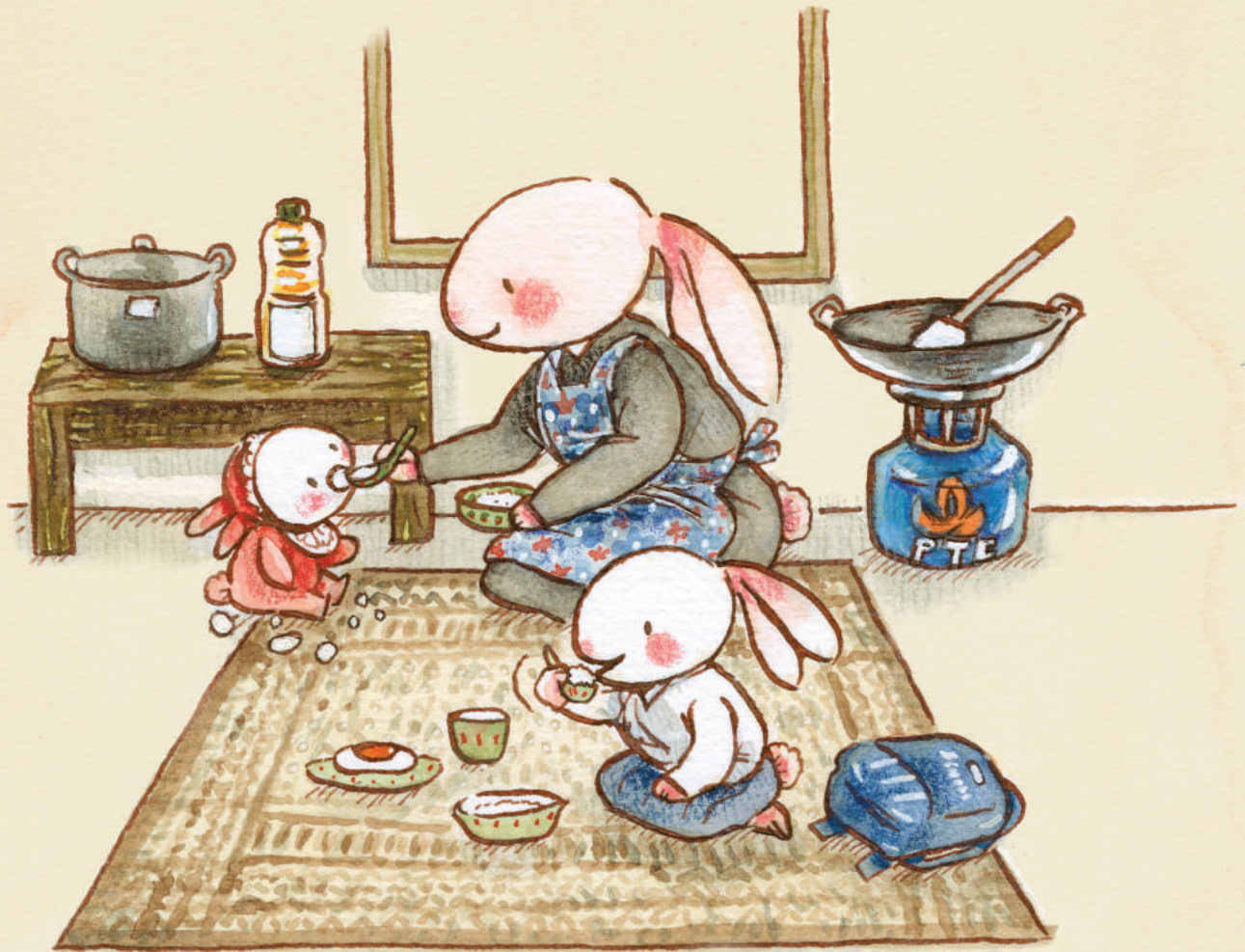
เรื่อง : ผศ.นพ.เทอดพงศ์ ทองศรีราช
และนักศึกษาชั้นปีที่ ๔ (พ.ศ. ๒๕๖๒)
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
ภาพ : Sawanee Draw (สวนีย์)

อานีส เป็นหัด



ฉันชื่ออานีส นี่คือป๊ะ มะ กับน้องนิน

อานี่สตีนเช้า กินข้าวเร็วไว



วันนี้แจ่มใส ได้ไปโรงเรียน

วิทยา





ครูอ่านนิทาน เบิกบานสุขใจ



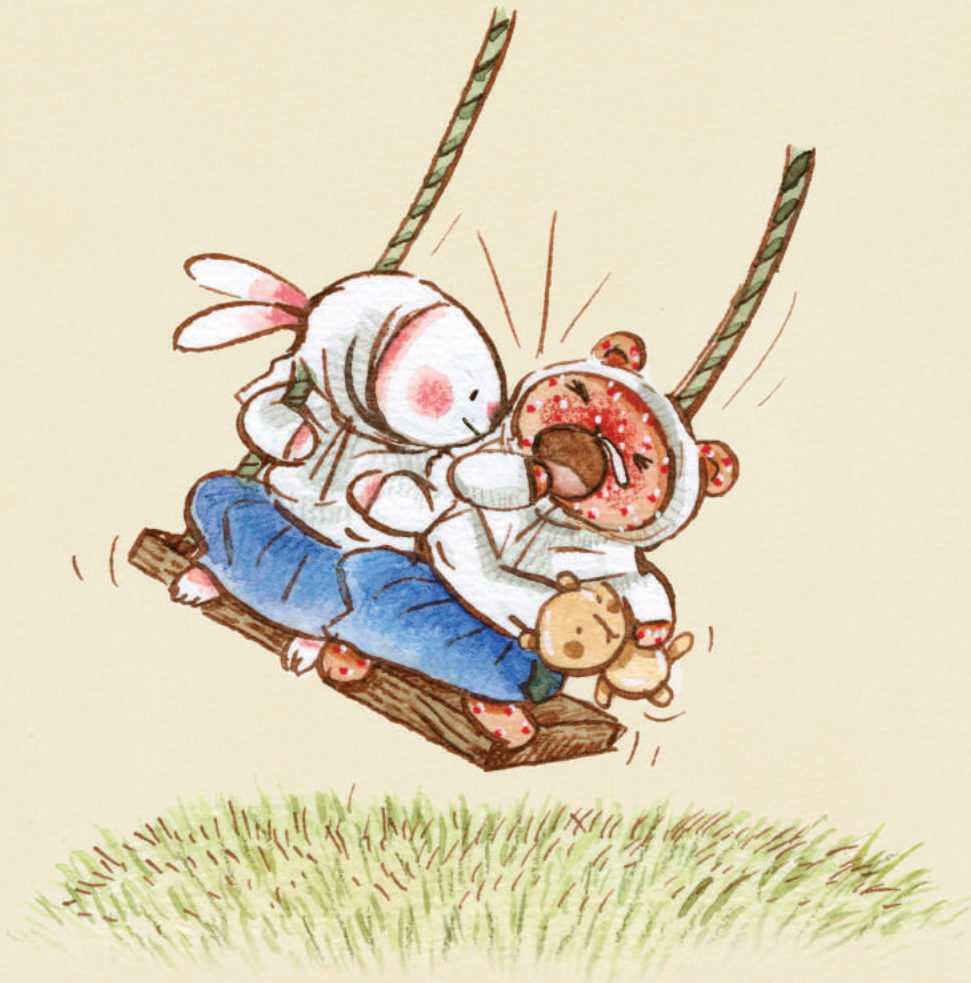
จบแล้วค่อยไป เล่นในสนาม



อานี่สจับมือ กอล์ฟถือตุ๊กตา
เขย่งเท้าขึ้นมา นั่งชิงช้ากัน



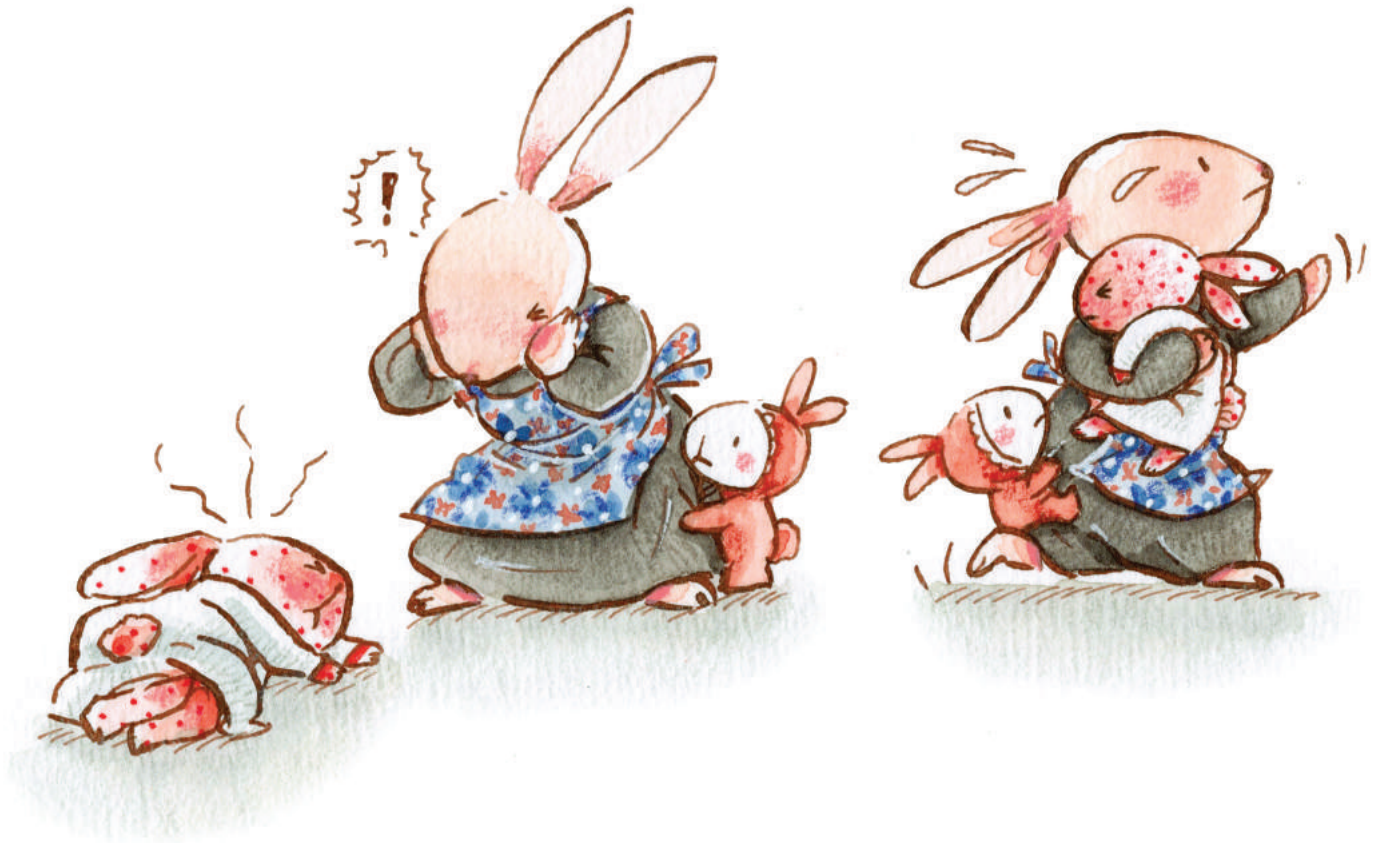
อานีสกอดคอ หัวเราะสนุก
กอล์ฟจามไม่หยุด ฮัดเซ้ย ฮัดเซ้ย



สิบวันผ่านไป อาเน็สมิ๊ไ้
ไปเรียนไมไหว ทั้งไ้ทั้งจาม



อานี่สหมดแรง หน้าแดงตัวรุ่ม
ปากแห้งตาชุ่ม มะอุ้มออกมา





ป๊ะจ๋า ดูหน้อย ลูกน้อยเป็นไร

มะร่อไม่ไหว ต้องไปหาหมอ





หมอตระจอาการ
ดีที่รีบมา

ไม่นาน...บอกว่า
“อานี่สเป็นหัด”

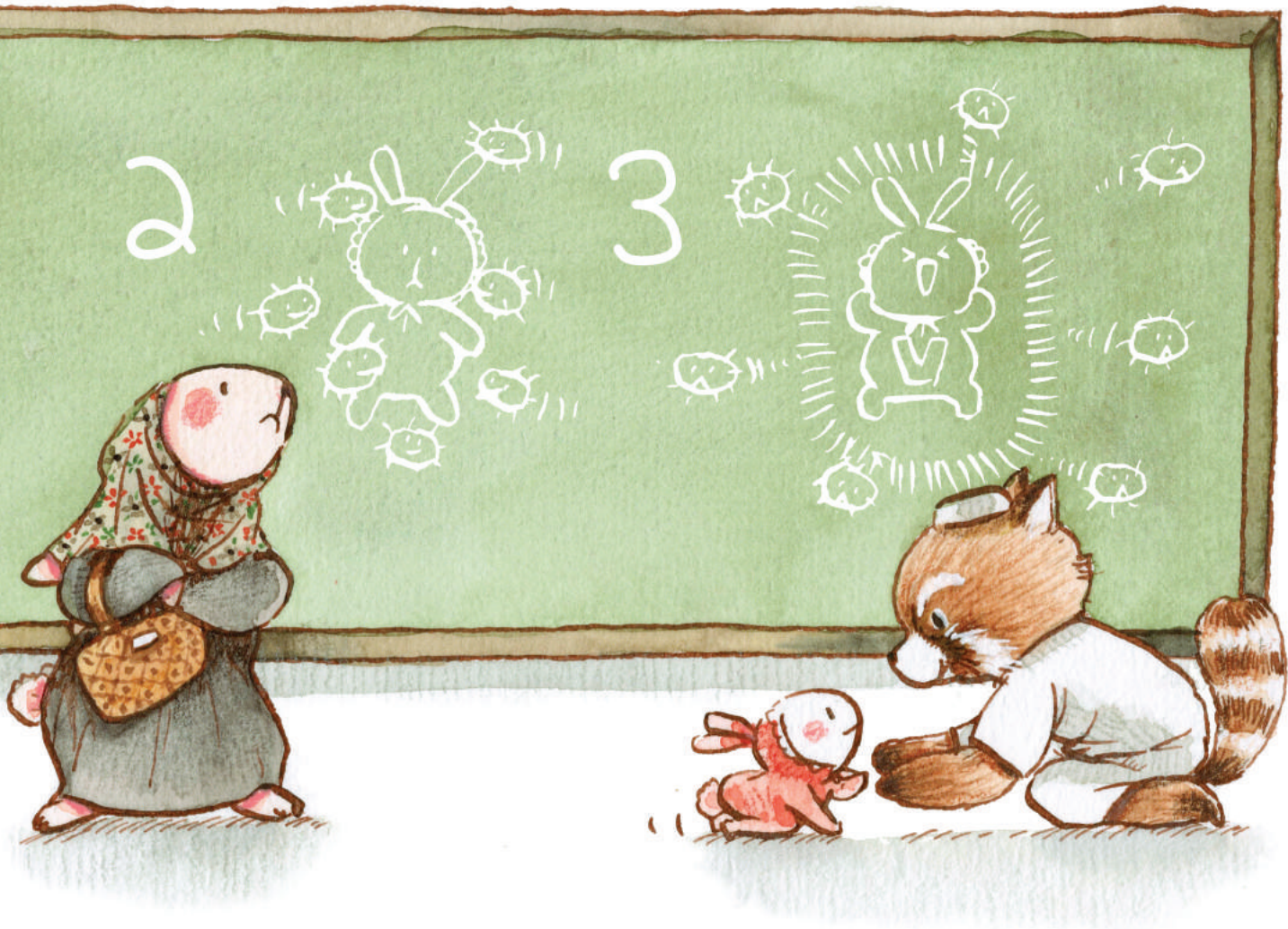
ปีมะตกใจ
โรคหัดแบบนี้

ทำไงกันดี
หมอมียาไหม





หมอต๋องเฝ้าดู ใ้รู้แน่ชัด
ไม่ใช่แค่ 'หัด' ไวร้สถึงปอด



หัดแพะระบาด ประมาทไม่ได้
วัดซีนกันไว้ ฉีดให้น้องก่อน



ออกหัดอันตราย หมอให้ยากิน
แนะนำน้องนิน ฉีดวัคซีนเลย

ປິ່ມະຕກໃຈ ຍາຊິດໄດ້ໃຈ
ມັນໄມ່ຮາລາລ !!





นบีกกล่าวไว้
ถือว่าสิ่งนั้น

เมื่อใดคับขัน
ฮาลาล ฮาลาล

ปีะบอกเต้มใจ
มะริบพยักหน้า

ยอมให้นินมา
ฉิดยาวัคซึน



อาנייםหายป่วย
และต้องจำไว้

คุณหมอช่วยได้
'หัด' ร้ายแรงมาก

ปีะบอกเพื่อนบ้าน
วัดขึ้นช่วยให้

ลูกหลานปลอดภัย
ไม่ป่วยเป็นหัด





คุย สร้างสุข เพื่อการอ่านสร้างสุข

โรคหัดเกิดจากเชื้อไวรัส แพ้ระบาดได้ง่ายผ่านการไอ จาม หรือพูดคุยกันในระยะใกล้ชิด มักพบการระบาดในที่รวมคนหมู่มาก เช่น ในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก โรงเรียน ชุมชนที่อยู่กันหนาแน่น ในทุกภูมิภาคของโลก เช่น ประเทศอินเดีย ยูเครน ฟิลิปปินส์ บราซิล พบผู้ป่วยจำนวนสูงสุด

ผู้รับเชื้อมักจะมีอาการเริ่มต้นคล้ายไข้หวัด มีไข้ มีน้ำมูก ไอแห้ง ๆ และเริ่มมีผื่นนูนแดง

ในช่วง ๒ ปีที่ผ่านมา สำนักระบาดวิทยาพบสถานการณ์ระบาดในพื้นที่ภาคใต้ตอนล่างของประเทศไทย ผู้ป่วยส่วนใหญ่เป็นเด็กก่อนวัยเรียนและเด็กนักเรียนที่ไม่ได้ฉีดวัคซีนป้องกันโรคหัด ประกอบกับภาวะทุพโภชนาการ (ภาวะจากการได้รับสารอาหารไม่เพียงพอ เกิน หรือผิดสัดส่วน) ทำให้เด็กมีอัตราการเสียชีวิตสูง เนื่องจากภาวะแทรกซ้อน

การป้องกันโรคหัดที่ได้ผล คือ นำเด็กไปรับวัคซีน ๒ ครั้ง เมื่ออายุ ๙ เดือน และ ๒ ปีครึ่ง ตามสถานบริการสาธารณสุขของรัฐทุกแห่งทั่วประเทศ

อานิสเป็นหัด เล่มนี้ เกิดขึ้นจากความห่วงใยถึงปัญหาที่เกิดขึ้น

ขอขอบคุณนักศึกษาชั้นปีที่ ๔ (พ.ศ. ๒๕๖๒) คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ที่ได้ออกแบบสร้างสรรค์หนังสือจากรายวิชาสร้างเสริมสุขภาพ และได้นำไปทดลองใช้ที่โรงเรียน รศมีสถาปนา อ.มายอ จ.ปัตตานี จนมีการเก็บข้อมูลเด็ก ๆ เพื่อร่วมป้องกันและแก้ไขปัญหาที่จะเกิดขึ้น

ขอคุณ ผศ.นพ.เทอดพงศ์ ทองศรีราช ที่ชักชวนแผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน สสส. ให้นำต้นฉบับของนักศึกษามาพัฒนาต่อ รวมทั้งการระดมทุนจัดพิมพ์เพื่อขยายผลให้กว้างขวาง

และขอขอบคุณเป็นพิเศษต่อบรรณาธิการเล่ม คุณระพีพรรณ พัฒนาเวช กรรมการมูลนิธิสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน และคณะ ที่บรรจงสร้างสรรค์ พัฒนาเรื่องและภาพอย่างอ่อนโยน และเร่งให้ความสำคัญเรื่องเร่งด่วน เพื่อให้ทันต่อสถานการณ์ที่กำลังส่งผลกระทบในขณะนี้

สุดใจ พรหมเกิด

ผู้จัดการแผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน สสส.

ชาวมุสลิมฉีดวัคซีนได้หรือไม่

“ความจำเป็น (ฏออรุเราะฮ์) มีผลทำให้สิ่งที่ฮารอมกลายเป็นสิ่งที่ฮาลาลได้”
ถอดความจากหลักการรูกเศาะฮฺ (การผ่อนปรน)
ในภาวะจำเป็นตามบทที่ ๒ อัลบะเกาะเราะฮฺ โองการที่ ๑๗๓

ปัจจุบันได้มีการยืนยันจากนักวิชาการมุสลิม ปราชญ์มุสลิม และท่านจุฬาราชมนตรี ซึ่งเป็นผู้นำของศาสนาอิสลามในประเทศไทยว่า ชาวมุสลิมสามารถฉีดวัคซีนป้องกันโรคได้ ทุกท่านให้ความเห็นตรงกันว่า การฉีดวัคซีน เป็นการดูแลร่างกายที่พระเจ้าประทานมาให้ตามคำสอนของพระเจ้า การไม่ฉีดวัคซีน นอกจากจะเป็นการทำร้ายตนเองแล้ว ยังเป็นการทำร้ายผู้อื่นอีกด้วย หากเราเป็นคนแพร่เชื้อถือเป็นการทำบาปอย่างหนึ่ง ดังที่ท่านนบีมุฮัมมัดได้กล่าวไว้ว่า “จะต้องไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น” ดังนั้น ขอให้คุณพ่อคุณแม่สบายใจ และพาลูกน้อยมาฉีดวัคซีนได้



คุณหมอชวนคุย

ผศ.นพ.เทอดพงษ์ ทองศรีราช

วัคซีนคืออะไร

วัคซีนคือ ผลิตภัณฑ์ชีวภาพที่ประกอบด้วยเชื้อไวรัส หรือแบคทีเรียไม่มีชีวิต หรือทำให้มีฤทธิ์อ่อนจนไม่สามารถก่อโรคได้ ใช้กระตุ้นให้ร่างกายสร้างภูมิคุ้มกันโรค ซึ่งเกิดจากเชื้อนั้น ๆ โดยให้โดยการฉีดหรือหยอดทางปาก

ทำไมทุกคนควรได้รับวัคซีน

เมื่อแรกเกิด เด็กทุกคนจะมีภูมิต้านทานต่ำ เสี่ยงต่อโรคระบาดต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นได้ เช่น โปлио คอตีบ ไอกรน บาดทะยัก หัด ซึ่งเชื้อเหล่านี้สามารถแพร่กระจายได้ง่าย ผู้ป่วยที่ติดเชื้อ คอตีบ ไอกรน หรือหัด อาจมีอาการรุนแรงมากถึงขั้นเสียชีวิตได้ แต่สามารถมีภูมิต้านทานโรคเหล่านี้ โดยการรับวัคซีนซึ่งมีประสิทธิภาพในการป้องกันโรคได้ดี และช่วยลดความรุนแรงของโรคเหล่านี้ได้

จะรับวัคซีนได้ที่ไหน

ผู้ปกครองสามารถพาบุตรหลานไปฉีดวัคซีนพื้นฐาน หรือวัคซีนจำเป็น ได้แก่ วัณโรค ตับอักเสบบี คอตีบ-บาดทะยัก-ไอกรน วัคซีนฮิบ วัคซีนโปลิโอ วัคซีนหัด-หัดเยอรมัน-คางทูม วัคซีนไข้มอง อักเสบเจอี **ได้ฟรี** ที่โรงพยาบาลของรัฐหรือโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล (รพ.สต.) ทั่วประเทศ ส่วนวัคซีนอื่น ๆ เช่น วัคซีนไข้หวัดใหญ่ วัคซีนสุกใส วัคซีนไอพีดี วัคซีนตับอักเสบบี สามารถฉีดเสริมได้ เพื่อเพิ่มภูมิคุ้มกันร่างกายโดยมีค่าใช้จ่ายเพิ่มเติม

วัคซีนมีส่วนผสมจากสุกรจริงหรือไม่

ปัจจุบัน วัคซีนพื้นฐานสำหรับเด็กในแผนการสร้างเสริมภูมิคุ้มกันโรคของกระทรวงสาธารณสุขของไทย **ไม่มีวัคซีนที่ใช้เอนไซม์ทรูปซิน หรือ ใช้เจลาตินจากสุกร แล้ว**

การสร้างภูมิคุ้มกันโรคในมุมมองของอิสลาม

การป้องกันโรคเป็นหนึ่งในมาตรฐานของการดูแลสุขภาพ มี **อายะฮ์อัลกรุอาน** และ **หะดีษ** หลายบท ที่ให้ความชัดเจนในเรื่อง “**การป้องกันดีกว่าการรักษา**” การสร้างภูมิคุ้มกันโรคจึงมีความสอดคล้องกับหลักการอิสลามที่ว่า “**ปิดกั้นทุกหนทางที่จะทำให้เกิดความเสียหาย**” ดังเช่นในซูเราะห์ อัลมาอิดะห์ อายะห์ที่ ๓๒ ความว่า “**และหากใครคนใดได้ช่วยเหลือชีวิตหนึ่งชีวิตได้ ก็ประหนึ่งว่าเขาได้ช่วยเหลือชีวิตทั้งมวล**”

ข้อควรระวังก่อนฉีดวัคซีน

๑. หากมีไข้ควรเลื่อนวันฉีดวัคซีนออกไปก่อน **ถ้ามีอาการป่วยเล็กน้อย เช่น เป็นหวัดโดยไม่มีไข้ สามารถให้วัคซีนได้**

๒. หากเพิ่งได้รับเลือด ผลิตภัณฑ์ของเลือด หรือ อิมมูโนโกลบูลิน ควรเลื่อนการฉีดวัคซีนชนิดจำเป็น (เช่น วัคซีนหัด-หัดเยอรมัน-คางทูม วัคซีนไข้มองอักเสบเจอี) ออกไปก่อน เนื่องจากวัคซีนอาจไม่ได้ผลหรือกระตุ้นภูมิคุ้มกันไม่ได้

๓. หากแพ้วัคซีนหรือส่วนประกอบของวัคซีน ควรหลีกเลี่ยงการให้วัคซีนนั้น

๔. ผู้ที่แพ้ไข่ สามารถรับวัคซีนโรคหัดได้

๕. **ไม่ควรให้วัคซีนเชื้อเป็นในหญิงมีครรภ์ และ ผู้ที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่อง เช่น ได้ยากดภูมิ** ต้านทาน

๖. กรณีไม่ได้มารับวัคซีนตามกำหนด **ไม่จำเป็นต้องเริ่มต้นฉีดใหม่** ไม่ว่าจะเว้นช่วงห่างไปนานเท่าใด **ให้นับต่อจากวัคซีนครั้งก่อนได้** (ยกเว้นวัคซีนพิษสุนัขบ้า)

๗. ผู้ที่สัมผัสโรคหัด สามารถเข้ารับวัคซีนป้องกันหลังสัมผัสโรคได้ หากสัมผัสโรคมาไม่เกิน ๓ วัน

๘. หลังได้รับวัคซีนป้องกันโรคคอตีบ ไอกรน บาดทะยัก เด็กบางคนอาจมีไข้ได้ แต่จะหายใน ๑-๒ วัน ควรเช็ดตัวและให้ยาลดไข้

ทำไมเด็กที่ป่วยเป็นโรคหัดจึงอาจมีอาการรุนแรงมากจนเสียชีวิต

ไวรัสหัด เป็นไวรัสที่ติดต่อกันได้ง่ายมากจากการหายใจเอาอากาศที่มีเชื้อหัดเข้าไป ซึ่งเชื้อหัดจะอยู่ในสารคัดหลั่งของผู้ป่วย เช่น น้ำมูก น้ำลาย ทำให้แพร่กระจายสู่ผู้อื่นได้ง่าย หากเด็กที่ไม่มีภูมิต่อโรคนี้ได้สัมผัสโรคหัด จะมีโอกาสติดเชื้อได้ถึง ๙๐%

ไวรัสหัดจะเข้าไปทำลายเยื่อของทางเดินหายใจ ทำให้ภูมิคุ้มกันของร่างกายอ่อนแอลง และติดเชื้อแบคทีเรียแทรกซ้อนตามมาได้ เช่น ปอดอักเสบจากติดเชื้อแบคทีเรีย จากข้อมูลพบว่า ปอดอักเสบรุนแรงเป็นสาเหตุที่สำคัญในการเสียชีวิตของผู้ป่วยโรคหัด

ภาวะแทรกซ้อนของโรคหัดมีอะไรบ้าง

อุจจาระร่วง ปอดบวม/ปอดอักเสบ กล้องเสียงและหลอดลมอักเสบ หูชั้นกลางอักเสบ สมองอักเสบ ตับอักเสบ เกิล็ดเลือดต่ำ และภาวะติดเชื้อแบคทีเรียแทรกซ้อน เช่น ปอดอักเสบรุนแรงจากเชื้อนิวโมคอคคัส

โรคหัดมีการรักษาอย่างไร

ปัจจุบันยังไม่มียาต้านไวรัสหัด จึงยังไม่มีการรักษาจำเพาะสำหรับโรคหัด ดังนั้น การรักษาหลักคือการรักษาตามอาการ เช่น ให้สารน้ำ ยาลดไข้พาราเซตามอล ยาแก้ไอ และให้ยาปฏิชีวนะกรณีมีติดเชื้อแบคทีเรียแทรกซ้อน โดยผู้ป่วยหัดทุกรายต้องได้รับวิตามิน A เนื่องจากมีข้อมูลที่แสดงว่า การให้วิตามิน A ช่วยลดอัตราการเสียชีวิตและภาวะแทรกซ้อนในผู้ป่วยโรคหัดได้ เนื่องจากวิตามิน A จะช่วยเสริมความแข็งแรงของเยื่อทางเดินหายใจ และเสริมภูมิคุ้มกันของร่างกายในการต่อสู้กับไวรัสหัดได้



ตารางการให้วัคซีนในเด็กไทย

แนะนำโดยสมาคมโรคติดเชื้อในเด็กแห่งประเทศไทย พ.ศ.๒๕๖๒

วัคซีนจำเป็นที่ต้องให้กับเด็กทุกคน											
วัคซีน	แรกเกิด	๑ เดือน	๒ เดือน	๔ เดือน	๖ เดือน	๙-๑๒ เดือน	๑๘ เดือน	๒ ปี	๒.๕ ปี	๔-๖ ปี	๑๑-๑๒ ปี
บีซีจี (BCG)	BCG										
ตับอักเสบบี (HBV)	HBV1	HBV2									
คอตีบ-บาดทะยัก-ไอกรนชนิดทั้งเซลล์ (DTwP)			DTwP-HB-Hib1	DTwP-HB-Hib2	DTwP-HB-Hib3		DTwP กระตุ้น ๑			DTwP กระตุ้น ๒	Td และทุก ๑๐ ปี
ฮิบ (Hib)											
โปลิโอชนิดกิน (OPV)			OPV1	OPV2+ IPV	OPV3		OPV4			OPV5	
หัด-หัดเยอรมัน-คางทูม (MMR)						MMR1		MMR2			
ไข้มอง อักเสบเจอี (Live JE)						JE1		JE2			
ไขหวัดใหญ่ (influenza)					Influenza ให้ ๒ เข็ม ห่างกัน ๑ เดือน ในครั้งแรก						
เอชพีวี (HPV)											ด.ญ ๑๔ ปี ๒ เข็ม ห่างกัน ๖-๑๒ เดือน

เพลง วัคซีน สดใส

ทำนอง เพลงละหมาด ๕ เวลา

เข้าตู่ ฉนสดใส จะไปโรงเรียน
ไปโรงเรียน พบเพื่อนมากมาย
เพื่อน ๆ รอบกาย มีตุ้มมากมาย
เพื่อน ๆ รอบกาย มีตุ้มมากมาย
ตาแดง ตัวลาย หามือเร็วไว

หมอบอกว่าต้องฉีดวัคซีน
ฉีดวัคซีน ป้องกันโรคหัด
ไม่ต้องกลัวนะ ไม่เจ็บหรอกจ้ะ
ไม่ต้องกลัวนะ ไม่เจ็บหรอกจ้ะ
นบักกล่าวไว้ ต้องรักษากาย

จงจำไว้ ต้องฉีดวัคซีน
ฉีดวัคซีน ป้องกันโรคหัด
มาฉีดกันนะ ฮาลาลด้วยนะ
มาฉีดกันนะ ฮาลาลด้วยนะ
ทุกคนฉีดแล้ว สดใส แข็งแรง (๒๓)



อานีส เป็นหัด

คณะผู้จัดทำ ผศ.นพ.เทอดพงศ์ ทองศิริราช และชนาธิป ไทห์ ธีษฐกมล พงษ์พูล เตชัส รัตนาอนุสนธิ์ ธนกร ปรีชาสุชาติ ธนธรณ์ ลำเรือง
นิลุบล อุดมภิระทักษ์ ปานรดา สมิทธิฐิติ สวรรณยา ตะบุนพงษ์ [นักศึกษาชั้นปีที่ ๔ (พ.ศ. ๒๕๖๒)] คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
คณาจารย์ที่ปรึกษา

อ.พญ.พุทธิชาติ จันดี นพ.รพีพัฒน์ เทวมิตร อาจารย์ประจำภาควิชากุมารเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ดร.อัสมัน แตอกลี รองคณบดีฝ่ายบริการวิชาการและวิเทศสัมพันธ์ วิทยาลัยอิสลามศึกษา มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

นายรอมฎอน หะสาเมาะ รองประธานมูลนิธิเป็กไฟ้อิสลาม สำนักจุฬาราชมนตรี ศูนย์ภาคใต้

นางสาวมารีนา หมัดอะด้า นักวิชาการศึกษา สถาบันฮาลาล มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ภาพ สวนีย์ พรวิศวาร์ภักกุล **บรรณาธิการ** ระพีพรรณ พัฒนาเวช สุดใจ พรหมเกิด

กองบรรณาธิการ หทัยรัตน์ พันดาวงษ์ นันทพร ณ พัทลุง ลีราภรณ์ ขวหน้าไม้ นิตยา หอมหวาน ปนัดดา สังฆทิพย์ ตัรมิณี আহামะ

จันทิมา อินจร ธัญนรี ทองชุม นิครัตน์ อานาจอนันต์ สุชาติพิทย์ สรวัยล้ำ

ออกแบบและจัดหน้า น้ำฝน **ประสานงานการผลิต** สิริวัลย์ เรืองสุรัตน์

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : ตุลาคม ๒๕๖๒ จำนวน ๖,๐๐๐ เล่ม

จัดพิมพ์และเผยแพร่โดย “มูลนิธิสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน”

พิมพ์ที่ : บริษัท แปลน ปรินท์ติ้ง จำกัด **โทรศัพท์** : ๐ ๒๒๗๗ ๒๒๒๒

ISBN : 978-616-93372-8-7

แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน บริหารงานโดย “มูลนิธิสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน” ได้รับการสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ดำเนินงานประสานกับ นโยบาย และปัจจัยขยายผลจากทั้งภาครัฐ ภาคประชาสังคม และภาคเอกชน ให้เอื้อต่อการขับเคลื่อนการสร้างเสริมพฤติกรรมและวัฒนธรรมการอ่านให้เข้าถึงเด็ก เยาวชน และครอบครัว โดยเฉพาะกลุ่มที่ขาดโอกาสในการเข้าถึงหนังสือ และกลุ่มที่มีความต้องการพิเศษ

ร่วมสนับสนุนการขับเคลื่อนนโยบาย โครงการ และกิจกรรมสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่านเพื่อสร้างสังคมสุขภาวะได้ที่

มูลนิธิสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน

๔๒๔ หมู่บ้านเงาไม้ ซอยจรัญสนิทวงศ์ ๖๗ แยก ๓ ถนนจรัญสนิทวงศ์ แขวงบางพลัด เขตบางพลัด กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐

โทรศัพท์ : ๐ ๒๔๒๔ ๔๖๑๖ **โทรสาร** : ๐ ๒๔๘๑ ๑๘๗๗ **Email** : happy2reading@gmail.com **Website** : www.happyreading.in.th

<http://www.facebook.com/Happyreadingnews> (วัฒนธรรมการอ่าน Happyreading)

มอบความสุขทุกครั้งด้วยหนังสือ



สามารถดาวน์โหลด
หนังสือเดินทางสร้างสุขเพื่อเด็กปฐมวัย ได้ที่
www.happyreading.in.th

