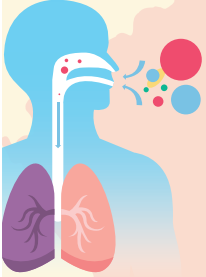
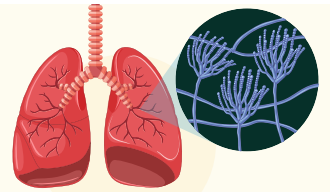




คำแนะนำ

การป้องกันโรคฮิสโตพลาสโมซิส (Histoplasmosis) สำหรับนักท่องเที่ยว

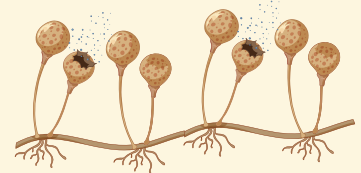


1. เชื้อก่อโรค และแหล่งรังโรค

- โรคฮิสโตพลาสโมซิส เป็นโรคที่เกิดจากการหายใจเอาสปอร์ของเชื้อรา *Histoplasma capsulatum* เข้าสู่ร่างกาย เชื้อราชนิดนี้มีกระจายอยู่ทั่วโลก มักพบในตอนกลางและฝั่งตะวันออกของประเทศสหรัฐอเมริกา นอกจากนี้ยังพบได้ในทวีปอเมริกากลาง อเมริกาใต้ แอฟริกา เอเชีย และออสเตรเลีย สำหรับประเทศไทยเคยมีการพบเชื้อในสิ่งแวดล้อมที่ภาคเหนือ ตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคใต้ และภาคตะวันตก



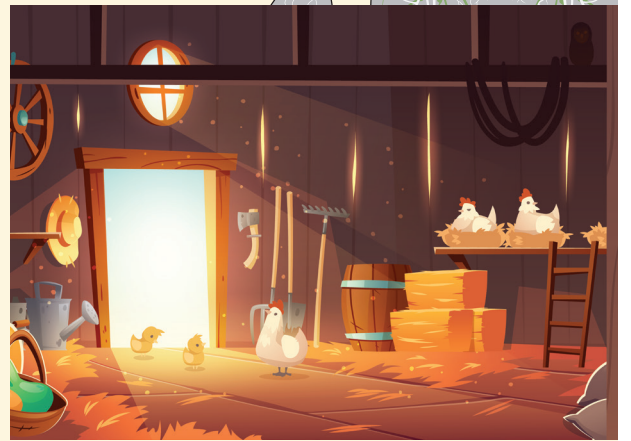
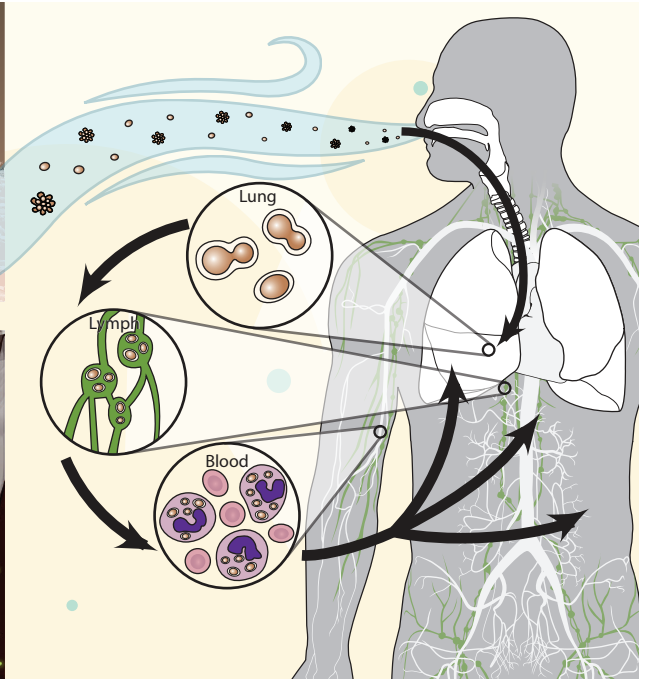
- พบเชื้อได้ในสิ่งแวดล้อม และสามารถเติบโตได้ดีในดินที่มีมูลนกหรือมูลค้างคาวจำนวนมาก



2. ลักษณะและอาการของโรค

- เมื่อสปอร์เชื้อราที่อยู่ในดินถูกทำให้ฟุ้งกระจายในอากาศ และมีการสูดหายใจเข้าไป อาการของโรคจะปรากฏระหว่างวันที่ 3 ถึงวันที่ 17 หลังสัมผัสเชื้อ ผู้ป่วยอาจมีอาการไข้ ไอ เหนื่อยล้า ปวดเมื่อยตามร่างกาย หนาวสั่น ปวดศีรษะ และเจ็บหน้าอก
- โรคฮิสโตพลาสโมซิส ไม่สามารถติดต่อจากคนสู่คนหรือระหว่างคนกับสัตว์ อย่างไรก็ตาม พบได้น้อยมากในกรณีที่มีการติดต่อจากการปลูกถ่ายอวัยวะที่ติดเชื้อ
- ผู้ที่เคยป่วยแล้ว สามารถกลับมาเป็นได้อีก แต่ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายจะช่วยป้องกัน ให้การติดเชื้อในครั้งที่สองรุนแรงน้อยลง
- ผู้ที่มีภูมิคุ้มกันอ่อนแอ เชื้อสามารถซ่อนอยู่ในร่างกายเป็นเวลาหลายเดือนหรือหลายปีและทำให้เกิดอาการได้ในภายหลัง หรือที่เรียกว่าการติดเชื้อซ้ำ
- ผู้ป่วยส่วนใหญ่มักไม่แสดงอาการ และหายเองได้ภายใน 2-3 สัปดาห์ ถึง 1 เดือน โดยไม่ต้องให้ยารักษา แต่ในบางรายที่มีภูมิคุ้มกันอ่อนแอ เช่น ผู้ติดเชื้อเอชไอวีหรือโรคเอดส์ ผู้ที่เข้ารับการปลูกถ่ายอวัยวะ ผู้ที่เข้ารับการปลูกถ่ายไต ผู้ที่รับประทานคอร์ติโคสเตียรอยด์ ผู้ที่รับการรักษามะเร็งด้วยเคมีบำบัด เด็กทารก หรือผู้ที่มีอายุ 55 ปีขึ้นไป การติดเชื้ออาจรุนแรงและสามารถพัฒนาเป็นปอดติดเชื้อในระยะยาว หรือเชื้ออาจแพร่กระจายจากปอดไปยังส่วนต่างๆ ของร่างกาย เช่น ระบบประสาทส่วนกลาง และระบบทางเดินอาหาร เป็นต้น





3. นักท่องเที่ยวที่มีความเสี่ยง และลักษณะกิจกรรมที่มีโอกาสพบเจอโรค

- นักท่องเที่ยวเชิงนิเวศ นักสำรวจธรรมชาติ เช่น ถ้ำ ไพร่งต้นไม้
- ผู้ที่เดินทางเข้าไปในพื้นที่ที่มีนกหรือค้างคาว เสี่ยงนก เสี่ยงไก่
- นักท่องเที่ยวที่มีภูมิคุ้มกันอ่อนแอ มีโอกาสเกิดโรคที่รุนแรงได้
- หลีกเลี่ยงกิจกรรมที่ก่อให้เกิดการฟุ้งกระจายของพื้นดิน ซึ่งอาจเป็นสาเหตุให้สปอร์เชื้อราลอยขึ้นในอากาศได้



4. วิธีการดูแลป้องกันตนเอง

- หลีกเลี่ยงการเข้าไปในพื้นที่ที่เสี่ยงต่อการติดเชืรา เช่น ถ้ำ ไพร่งต้นไม้ พื้นที่ที่มีนก ค้างคาว เสี่ยงไก่ กรงนก รวมถึงอาคารบ้านเรือนเก่า เป็นต้น
- หากจำเป็นต้องเข้าไปในพื้นที่เสี่ยง ให้สวมหน้ากาก N95 ทุกครั้ง และเฝ้าระวังตนเอง อย่างน้อย 2 สัปดาห์ หากมีอาการผิดปกติให้ไปพบแพทย์ พร้อมทั้งแจ้งรายละเอียด ประวัติการเดินทางท่องเที่ยวให้แพทย์ทราบ เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการวินิจฉัยและรักษาโรคได้อย่างถูกต้อง
- นักท่องเที่ยวที่มีภูมิคุ้มกันอ่อนแอ ควรหลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมที่เสี่ยงต่อการสัมผัสสปอร์เชื้อรา

