



<https://printo.it/pediatric-rheumatology/TH/intro>

โรคไข้วมาติกและข้ออักเสบหลังการติดเชื้อสเตรปโตคอคคัส

ฉบับแปลของ 2016

3. การใช้ชีวิต

3.1 ไข้วมาติกส่งผลกระทบต่อเด็กและครอบครัวอย่างไรบ้าง?

หากได้รับการดูแล และปรับประคองอาการอย่างเหมาะสม

ผู้ป่วยส่วนใหญ่จะสามารถดำเนินชีวิตได้ตามปกติ แต่หากมีการเป็นซ้ำ

และมีการกำเริบของหัวใจอักเสบหรืออาการไคเรีย

ครอบครัวจำเป็นต้องให้การปรับประคองและช่วยเหลืออย่างเหมาะสม

ประเด็นสำคัญคือการป้องกันการติดเชื้อซ้ำด้วยยาปฏิชีวนะ

ซึ่งจำเป็นต้องได้รับความร่วมมือจากผู้ป่วยและผู้ปกครอง รวมถึงหน่วยบริการสุขภาพปฐมภูมิ

การให้ข้อมูลสุขภาพจะช่วยให้ได้รับความร่วมมือในการรับยาป้องกัน โดยเฉพาะในกรณีผู้ป่วยวัยรุ่น

3.2 สามารถไปโรงเรียนได้หรือไม่ ?

ถ้าหัวใจไม่เกิดการอักเสบมากจนเกิดการเสียชีวิตอย่างฉับพลัน

เด็กสามารถดำเนินชีวิตและไปโรงเรียนได้ตามปกติ ผู้ปกครองและครูควรส่งเสริม

ให้เด็กได้ร่วมกิจกรรมต่างๆเหมือนเด็กทั่วไป ไม่เฉพาะเพื่อส่งเสริมทางการเรียนเท่านั้นแต่เพื่อให้เกิด

การยอมรับทั้งจากเพื่อนและครูที่โรงเรียนอีกด้วย ในกรณีที่เด็กยังมีอาการไคเรีย

อาจมีข้อจำกัดของการทำกิจกรรมในห้องเรียน (เช่นเขียนหนังสือ)

ครูและผู้ปกครองควรช่วยเหลือเด็กในการปรับตัว ซึ่งอาการอาจเป็นได้นาน 1-6 เดือน

3.3 เล่นกีฬาได้หรือไม่?

การเล่นกีฬาถือว่าเป็นส่วนสำคัญของชีวิตของเด็กทั่วไป ดังนั้นเป้าหมายในการรักษาคือ

ช่วยให้เด็กสามารถใช้ชีวิตได้อย่างปกติเท่าที่จะเป็นไปได้เพื่อที่จะให้ผู้ป่วยไม่รู้สึกแตกต่างจากเพื่อน

ในระยะแรกของการเจ็บป่วย เด็กจะต้องพักผ่อนและจำกัดการออกกำลังกายตามระยะเวลาที่แพทย์แนะนำ

หลังจากนั้นสามารถออกกำลังกายได้เท่าที่เด็กแต่ละคนจะสามารถทำได้

3.4 สามารถกินอาหารได้ทุกอย่างหรือไม่?

ไม่มีหลักฐานใดๆที่บ่งบอกว่าอาหารจะส่งผลโดยตรงต่อไข้รูมาติก

เด็กควรกินอาหารให้เหมาะสมตามวัยของตัวเอง โดยพิจารณาจากการกินโปรตีนให้พอเหมาะต่อการเจริญเติบโตตลอดจนได้รับแคลเซียมและวิตามินอย่างเพียงพอ หลีกเลี่ยงการกินจุ

ซึ่งในเด็กที่รับการรักษาด้วยยาสเตียรอยด์ อาจมีผลข้างเคียงจากยาที่ทำให้ความอยากอาหารมากขึ้น

3.5 ภูมิอากาศมีผลต่อโรคหรือไม่?

ยังไม่มีหลักฐานเชื่อมโยงว่าสภาพอากาศมีผลต่อการดำเนินโรค

3.6 เด็กสามารถรับวัคซีนได้ตามปกติหรือไม่?

กุมารแพทย์จะเป็นผู้ตัดสินใจว่าวัคซีนชนิดไหนที่ผู้ป่วยควรจะได้รับที่อายุนั้นๆ

การให้วัคซีนไม่ส่งผลต่อการทำให้โรคแย่ลง หรือทำให้เด็กได้รับอันตราย

อย่างไรก็ตามกรณีที่เด็กได้รับยาที่มีการกดภูมิคุ้มกัน

อาจมีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อหากวัคซีนนั้นเป็นเชื้อที่ยังมีชีวิตอยู่

ดังนั้นวัคซีนในกลุ่มเชื้อเป็นจึงควรหลีกเลี่ยง

สำหรับวัคซีนที่เป็นเชื้อที่ตายแล้วสามารถให้ได้ถึงแม้ผู้ป่วยจะได้รับยากดภูมิคุ้มกันอยู่ก็ตาม

หลังให้วัคซีนในเด็กที่ได้รับยากดภูมิคุ้มกัน ควรพิจารณาตรวจระดับภูมิคุ้มกันต่อโรคที่ฉีดวัคซีน

3.7 เพศสัมพันธ์ การตั้งครรภ์ และการคุมกำเนิดควรปฏิบัติตัวอย่างไร?

โรคไข้รูมาติกไม่ส่งผลต่อกิจกรรมทางเพศ หรือการตั้งครรภ์ แต่อย่างไรก็ตาม ในผู้ที่กินยาใดๆ

จำเป็นต้องพิจารณาผลกระทบของยาที่อาจมีผลต่อทารกในครรภ์ได้

ควรปรึกษาแพทย์ในประเด็นการคุมกำเนิดและการวางแผนมีบุตร