

รวมบทความการตั้งครรภ์ ตั้งแต่สัญญาณการตั้งครรภ์ ไปจนถึงก่อนคลอด
บทความ

โรคหัดในเด็ก เด็กออกหัด เรื่องใกล้ ตัวที่คุณแม่ไม่ควรมองข้าม

มี.ค. 24, 2025

6 นาที

เด็กเล็กและทารก มัก เกิดโรคหัด หรือที่เรียกว่าโรคหัดได้ คุณแม่จึงต้องรู้ถึงวิธีป้องกัน เพราะโรค
หัดในเด็กมีภาวะแทรกซ้อนที่เป็นอันตราย จึงต้องหมั่นสังเกตอาการ ในบทความนี้อายากชวนมา
ทำความรู้จักโรคหัด และอาการออกหัดป้องกันและดูแล ยังไง เพื่อดูแลลูกน้อยให้ห่างไกลจากโรคร้าย

คำถามที่พบบ่อย

ลูกมีไข้แล้วก็มีผื่นขึ้นค่ะ จะรู้ได้ยังไงว่าเป็นหัด หรือแค่ผื่นธรรมดา ค่ะ?

คลิก

เข้าใจเลยค่ะว่าพอเห็นลูกมีผื่นแล้วใจไม่ดีเลย จุดสังเกตของโรคหัดที่ค่อนข้างชัดเจนคือมักจะมีอาการคล้ายไข้
หวัดนำมาก่อนค่ะ เช่น มีไข้สูง ไอแห้งๆ มีน้ำมูก และตาแดงๆ ก่อนที่ผื่นจะขึ้นประมาณ 2-3 วันค่ะ ที่สำคัญคือ
บางที่คุณหมออาจจะตรวจเจอตุ่มขาวๆ เล็กๆ ในกระพุ้งแก้ม (Koplik spots) ซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะของหัด
เลย แล้วผื่นของหัดมักจะเริ่มขึ้นที่ไรผมหรือหลังหูก่อนจะลามลงมาที่ตัวและแขนขาค่ะ แต่เนื่องจากไข้ออก
ผื่นมีหลายชนิดมาก ทางที่ดีที่สุดคือการให้คุณหมอเป็นผู้วินิจฉัยเพื่อความถูกต้องและปลอดภัยค่ะ

ลูกเป็นหัดค่ะ ดูแลที่บ้านเองได้ไหม หรืออาการแบบไหนที่ต้องรีบ ไปโรงพยาบาลด่วนค่ะ?

คลิก

แม้ว่าโรคหัดส่วนใหญ่จะดูแลตามอาการที่บ้านได้ แต่สิ่งที่คุณพ่อคุณแม่ต้องเฝ้าระวังอย่างใกล้ชิดคือ "ภาวะ
แทรกซ้อน" ค่ะ ซึ่งอันตรายกว่าตัวโรคเองมาก หากคุณแม่สังเกตว่าน้องเริ่มมีอาการไอหนักขึ้น หายใจหอบ
เหนื่อย, บ่นปวดหูมาก, มีอาการซึมลงอย่างชัดเจน, หรือมีอาการชักเกร็ง นี่คือนสัญญาณอันตรายที่ต้องรีบพา
น้องกลับไปพบแพทย์ทันทีโดยไม่ต้องรอเลยนะคะ

ลูกคนโตเป็นหัดค่ะ แต่ลูกคนเล็กยังไม่ถึงขวบ ยังไม่ได้รับวัคซีนเลย จะป้องกันน้องยังไงดีคะ?

คลิก

เป็นสถานการณ์ที่น่ากังวลมากค่ะ เพราะโรคหัดติดต่อกันง่ายมากจริงๆ ค่ะ สิ่งที่ดีที่สุดที่ทำได้คือพยายามแยกเด็กป่วยออกจากน้องให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ค่ะ เช่น แยกห้องนอน แยกของใช้ส่วนตัว และเน้นการล้างมือบ่อยๆ ของทุกคนในบ้าน และให้คนที่ป่วยใส่หน้ากากอนามัยเสมอค่ะ อย่างไรก็ตาม เนื่องจากน้องเล็กมีความเสี่ยงสูงต่อภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรง การโทรปรึกษาคุณหมอเด็กโดยตรงเพื่อขอคำแนะนำเฉพาะสำหรับกรณีของครอบครัวเราคือสิ่งที่จำเป็นและปลอดภัยที่สุดค่ะ

สรุป

- โรคหัด เป็นไข่ออกผื่น ที่พบได้บ่อยในช่วงอากาศเย็น เกิดจากเชื้อไวรัส กลุ่ม Morbillivirus และพบบ่อยในเด็กเล็ก
- สิ่งที่ต้องระวังสำหรับเด็กที่เป็นโรคหัด คือ ภาวะแทรกซ้อน โดยเฉพาะเด็กที่มีภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่อง และเด็กเป็นโรคขาดสารอาหาร
- สำหรับข้อสงสัยที่ว่า ออกหัดดูแลและบรรเทาอาการยังไง จริง ๆ แล้ว โรคหัดไม่ได้มียารักษาเฉพาะ เพียงแต่ดูแลอาการแบบประคับประคอง

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- โรคหัดในเด็ก สาเหตุเกิดจากอะไร
- โรคหัดในเด็กติดต่อยังไง แพร่กระจายได้ด้วยวิธีไหน
- เด็กออกหัดพบบ่อยในวัยไหน
- เด็กออกหัดอาการแบบไหน
- อาการแทรกซ้อนโรคหัดในเด็กที่ต้องระวัง
- ออกหัดดูแลและบรรเทาอาการยังไง หายเองได้ไหม
- วิธีป้องกันโรคหัดในเด็ก

โรคหัดในเด็ก สาเหตุเกิดจากอะไร

โรคหัด (Measles) มีลักษณะเป็นไข่ออกผื่น แม้ว่าจะพบได้ตลอดทั้งปี แต่ในช่วงหน้าหนาวหรือมีอากาศหนาวเย็น จะพบได้มากเป็นพิเศษ โรคหัดในเด็กเกิดจากเชื้อไวรัส กลุ่ม Morbillivirus โรคหัดพบได้บ่อยในเด็กเล็ก อีกทั้งเป็นโรคที่ติดต่อกันได้ง่าย และต้องระวังเรื่องภาวะแทรกซ้อน

โรคหัดในเด็กติดต่อยังไง แพร่กระจายได้ด้วยวิธีไหน

โรคหัดติดต่อดีงาย เพราะเชื้อไวรัสอยู่ในละอองเสมหะ น้ำมูก น้ำลาย จึงติดต่อดีผ่านการหายใจหรือสัมผัสเชื้อดีผ่านการพูดคุยกันอย่งใกล้ชิด เมื่อผู้ป่วยไอ จาม เชื้อหัดสามารถแพร่กระจายในละอองอากาศ แล้วเข้าสู่ร่างกายดีโดยงาย โดยผู้ป่วยจะมีเชื้ออยู่ในลำคอ และแพร่เชื้อดีในช่วง 1-2 วันก่อนเกิดผื่น ไปจนมีผื่นขึ้นแล้ว 4 วัน ก่อนเชื้อจะหมดไป

เด็กออกหัดพบบ่อยในวัยไหน

เด็กออกหัดพบบ่อยตั้งดีแรกเกิดถึง 6 ปี โดยเฉพาะช่วงวัย 1-3 ปี จะพบเด็กเป็นโรคหัดมากที่สุด และพบรองลงมาในเด็กอายุดีต่ำกว่า 1 ปี

เด็กออกหัดอาการแบบไหน

เด็กออกหัดมีอาการ 4 ระยะ นับตั้งดีเริ่มติดเชื้อโรคหัด จนถึงช่วงแพร่กระจายไวรัส ดีแก่

ระยะติดเชื้อและฟักตัวของโรค

หลังจากเด็กติดเชื้อโรคหัด เชื้อไวรัสจะใช้เวลาประมาณ 10-14 วัน ในการฟักตัว ซึ่งเด็กที่ติดเชื้อโรคหัดจะยังไม่แสดงอาการออกมาในระยะแรก

ระยะก่อนออกผื่น

ในระยะนี้ เด็กติดโรคหัดจะมีอาการคล้ายไข้หวัดในเด็ก เริ่มแรกลูกจะมีไข้และตัวร้อน จากนั้นเด็กจะเริ่มไอแห้ง ก่อนมีน้ำมูกไหล เด็กตาแดง ตาไม่สู้แสง และมีอาการเจ็บคอได้ หากสังเกตในกระพุ้งแก้มบริเวณพื้นกรามล่างจะพบตุ่มคือปลิว ลักษณะเป็นจุดสีเทาขาว มีขอบสีแดง เกิดขึ้นก่อนเด็กออกหัด 2-3 วัน

ระยะเวลาออกผื่น

ช่วงเวลานี้เด็กจะออกหัด มีลักษณะเป็นผื่นสีแดง ขนาดเล็ก แบนราบ ติดกันหลายจุดจนกลายเป็นปื้น ผื่นหรือการออกหัดนั้นไม่มีรูปทรงแน่นอน แต่เด็กออกหัดมักไม่มีอาการคัน ลักษณะของเด็กออกหัดจะเริ่มขึ้นผื่นที่หลังไปหูก่อน และเกิดขีดขอบผื่น ผื่นจะกระจายที่ลำคอ แขน ลำตัว ขาและเท้า กว่่าที่ผื่นจะลุกลามจากใบหน้าถึงเท้าใช้เวลา 2-3 วัน ระยะนี้จะมีอาการไข้สูง 40 - 41 องศาเซลเซียส ต่อมาผื่นจะจางลงเริ่มจากใบหน้าก่อนถึงขาและเท้า ลักษณะของการออกหัด สีของผื่นจะเปลี่ยนจากสีแดงเป็นสีน้ำตาลแดง ก่อนจะลอกเป็นแผ่นบาง กว่่าจะหายใช้เวลาราว 7-10 วัน

ระยะติดต่อ

ช่วงเวลาแพร่กระจายเชื้อไวรัสติดต่ออยู่ประมาณ 8 วัน นับตั้งแต่ 4 วันก่อนเด็กออกหัด จนถึง 4 วันหลังออกหัด

อาการแทรกซ้อนโรคหัดในเด็กที่ต้องระวัง

โรคหัดในเด็กอาจมีความเสี่ยงในการเกิดภาวะแทรกซ้อนได้ โดยเฉพาะเด็กที่มีภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่อง เด็กเป็นโรคขาดสารอาหาร และภาวะแทรกซ้อนมักพบในระยะหลังของโรค ประมาณร้อยละ 30 ของผู้ป่วย ภาวะแทรกซ้อนที่พบได้บ่อยที่สุด คือ การถ่ายเหลว สำหรับภาวะแทรกซ้อนที่สำคัญอื่น ๆ เช่น

- หูดูดเชื้อแบคทีเรีย
- หูชั้นกลางอักเสบ
- หลอดลมอักเสบ กล้องเสียงอักเสบ หรือโรคคroup
- ภาวะปอดบวม ปอดอักเสบ
- ลำไส้อักเสบ
- สมออักเสบ ภาวะแทรกซ้อนที่อาจทำให้เสียชีวิตหรือพิการ มักพบหลังมีผื่น 2-6 วัน

ออกหัดดูแลและบรรเทาอาการยังง ายเองได้ใหม่

- โรคหัดในเด็กไม่มียาต้านไวรัสโดยตรง การดูแลบรรเทาอาการ ทำได้โดยดูแลคล้ายกับอาการไข้หวัด หรือกินยาภายใต้การดูแลของแพทย์ ได้แก่ เช็ดตัวลดไข้ ด้วยน้ำอุ่นหรือน้ำอุณหภูมิปกติ
- นอนพักผ่อนให้เพียงพอ
- ดื่มน้ำสะอาด

วิธีป้องกันโรคหัดในเด็ก

การป้องกันโรคหัดในเด็ก สามารถทำได้ด้วยการฉีดวัคซีน ดังนี้

- ฉีดวัคซีนป้องกันโรคหัด ซึ่งเป็นวัคซีนรวมโรคหัด หัดเยอรมัน คางทูม 2 เข็ม ฉีดเข็มแรก อายุ 9-12 เดือน ฉีดเข็มที่ 2 อายุ 2 ขวบ-2 ขวบครึ่ง
- หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่แออัด หรือใส่หน้ากากอนามัย ในสถานที่ที่มีคนพลุกพล่าน
- ล้างมือให้สะอาดเป็นประจำ

แม้ว่าโรคหัดในเด็ก ส่วนใหญ่อาการจะไม่รุนแรง แต่ควรฉีดวัคซีนป้องกันโรคหัดให้ครบทั้ง 2 เข็ม พร้อมทั้งดูแลเรื่องโภชนาการอย่างเหมาะสม โดยเฉพาะทารกควรกินนมแม่เพียงอย่างเดียวอย่างน้อย 6 เดือนและกินอย่างต่อเนื่องต่อไป เพื่อให้ลูกได้รับสารอาหารสำคัญในนมแม่ ที่มีมากกว่า 200 ชนิด รวมทั้ง แอลฟา-แล็คตัลบูมิน และ สฟิงโกไมอีลิน ซึ่งช่วยในพัฒนาการสมอง สติปัญญา และการเจริญเติบโตของลูก รวมทั้งยังมีจุลินทรีย์สุขภาพหลายชนิด เช่น บี แล็กทิส (*B. lactis*) หนึ่งในจุลินทรีย์สุขภาพในกลุ่มบิฟิโดแบคทีเรียม (*Bifidobacterium*) และยังเป็นโพรไบโอติก ที่สามารถส่งต่อเพื่อสร้างระบบภูมิคุ้มกันให้ลูกน้อยได้อีกด้วย

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่่มือใหม่

- โปรแกรม Baby Development เช็คพัฒนาการลูกน้อยแต่ละช่วงวัย
- วัยทอง 1 ขวบ ลูกเริ่มถือ รับมือวัยทองเด็ก 1 ขวบ ยังไงดี
- วัยทอง 2 ขวบ ลูกดื้อมาก รับมือวัยทองเด็ก 2 ขวบ ยังไงดี
- วัยทอง 3 ขวบ ลูกกรีดเอาแต่ใจ รับมือวัยทองเด็ก 3 ขวบ ยังไงดี
- เด็กคว่ำก็เดือน เด็กนอนคว่ำได้ตอนไหน พร้อมวิธีฝึกเด็กนอนคว่ำ
- เด็กนั่งไต่ก็เดือน ทารกนั่งไต่ตอนกี่เดือน แบบไหนคือพัฒนาการล่าช้า
- เด็กตั้งไข่ก็เดือน ฝึกลูกตั้งไข่ตอนไหน ลูกตั้งไข่แล้วล้มผิดปกติไหม
- เด็กเริ่มคลานก็เดือน สัญญาณอะไรบ้างที่บอกว่าเด็กเริ่มคลานได้แล้ว
- เด็กเดินไต่ก็เดือน ลูกเดินช้า มีผลต่อพัฒนาการสมองไหม
- เด็กเรียนรู้ช้า ไอคิวต่ำ มีลักษณะอย่างไร พร้อมวิธีกระตุ้นพัฒนาการลูก

อ้างอิง:

1. โรคหัด (measles), สมาคมโรคติดต่อในเด็กแห่งประเทศไทย
2. โรคหัด (measles), คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล
3. โรคหัด สำหรับประชาชน, กองโรคป้องกันด้วยวัคซีน กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข
4. โรคหัด, โรงพยาบาลสมิติเวช
5. โรคหัด (Measles), สมาคมโรคติดต่อในเด็กแห่งประเทศไทย
6. โรคหัดในเด็ก, โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์

อ้างอิง ณ วันที่ 18 พฤศจิกายน 2567

แชร์ตอนนี้