

ข้อควรปฏิบัติก่อน-ระหว่าง-หลังฉีดวัคซีนโควิด-19

วัคซีนป้องกัน COVID-19 ก็เหมือนกับวัคซีนอื่น ๆ ที่ไม่ได้ให้ผลในการป้องกัน 100% ขึ้นอยู่กับประสิทธิภาพของวัคซีนและการตอบสนองของแต่ละบุคคล โดยประสิทธิภาพในการป้องกันการติดเชื้ออยู่ที่ 60-90% แล้วแต่ประเภทของวัคซีน แต่คุณสมบัติสำคัญของวัคซีน COVID-19 ทุกตัวสามารถลดความรุนแรงของการป่วยหลังการติดเชื้อและการเสียชีวิตได้เกือบ 100% ซึ่งจะทำให้การต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลและการสูญเสียชีวิตลดลงได้อย่างมาก เพื่อให้การรับวัคซีนได้ประโยชน์สูงสุด และป้องกันหรือลดอาการข้างเคียงที่อาจเกิดขึ้น เราจึงจำเป็นต้องเตรียมตัว เตรียมสุขภาพ เพื่อให้พร้อมสำหรับการฉีดวัคซีน ดังนี้

ก่อนเข้ารับการฉีดวัคซีน COVID-19 ผู้ที่มีโรคประจำตัว หรือ มียาประจำที่ต้องรับประทาน ควรปรึกษาแพทย์ประจำตัวก่อน พักผ่อนให้เพียงพอ หากเจ็บป่วย มีไข้ ไม่สบาย ให้เลื่อนการฉีดวัคซีนออกไปก่อนอย่างน้อย 1-2 สัปดาห์ ดื่มน้ำให้เพียงพอ งดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ รับประทานอาหารให้เรียบร้อย หากมียารักษาโรคประจำตัวก็ให้รับประทานได้เลย ถ้าใช้ยาละลายลิ่มเลือดหรือยาต้านเกล็ดเลือด กรุณาแจ้งเจ้าหน้าที่ ณ จุดลงทะเบียน สำหรับผู้ป่วยที่ทานยากลุ่ม Warfarin และไม่มีประวัติการรักษาหรือมีผล INR ที่โรงพยาบาลรามาฯ แห่ง ภายใน 1 เดือน ก่อนวันฉีดวัคซีน กรุณานำผล INR มาแจ้งด้วยตัวท่านเอง (ถ้าไม่สามารถระบุผล INR ได้ ทางโรงพยาบาลขอสงวนสิทธิ์พิจารณาเลื่อนหรือยกเลิกการฉีดวัคซีนของท่าน) ฉีดวัคซีน COVID-19 ห่างจากการฉีดวัคซีนอื่น 4 สัปดาห์ กรณีตั้งครรภ์ที่อายุครรภ์น้อยกว่า 12 สัปดาห์ กรุณาแจ้งเจ้าหน้าที่ และโรงพยาบาลของดการฉีดวัคซีน

ผู้ที่มีโรคประจำตัว
ควรปรึกษาแพทย์ก่อนฉีดวัคซีน



พักผ่อนให้เพียงพอ



หากมีไข้ไม่สบาย
ให้เลื่อนฉีดวัคซีนออกไปก่อน



ดื่มน้ำให้เพียงพอ



รับประทานอาหารและ
ยารักษาโรคประจำตัว



งดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์



ระหว่างเข้ารับการฉีดวัคซีน COVID-19 เตรียมเอกสารที่ต้องใช้ในการเข้ารับการฉีดวัคซีนให้พร้อม เช่น บัตรประชาชน ข้อมูลการลงทะเบียน เพื่อความสะดวกรวดเร็ว เดินทางมาถึงโรงพยาบาลก่อนเวลานัด 30 นาที ใส่เสื้อผ้าหลวมสบายเปิดหัวไหล่สะดวก ง่ายต่อการฉีดวัคซีน สวมหน้ากากอนามัยตลอดเวลา ล้างมือให้สะอาด และเว้นระยะห่าง ผู้ที่มีโรคประจำตัว 7 กลุ่มโรค ได้แก่ โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคหลอดเลือดสมอง โรคทางเดินหายใจเรื้อรัง โรคอ้วน โรคไตวายเรื้อรัง โรคมะเร็ง โรคเบาหวาน ให้ปรึกษาแพทย์ประจำตัวก่อนฉีด ก่อนรับวัคซีน ไม่จำเป็นต้องหยุดยาใด ๆ หรือกินยาอื่น ๆ นอกเหนือจากคำสั่งแพทย์ เจ้าหน้าที่ตรวจวัดอุณหภูมิร่างกาย ความดันโลหิต และค่าออกซิเจนในเลือด ก่อนรับการฉีดวัคซีน แนะนำให้ฉีดแขนข้างที่ไม่ค่อยถนัด งดยาหรือเครื่องแขนข้างที่ฉีด ปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่อย่างเคร่งครัด

สวมหน้ากากอนามัย ล้างมือให้สะอาด และเว้นระยะห่าง



เตรียมเอกสารที่ใช้ในการเข้ารับการฉีดวัคซีนให้พร้อม



ตรวจวัดอุณหภูมิ ความดันโลหิต และออกซิเจนในเลือด ก่อนฉีดวัคซีน



ให้ฉีดแขนข้างที่ไม่ถนัด สวมเสื้อที่สะดวกต่อการฉีดวัคซีน



มีโรคประจำตัวหรือทานยาประจำ แจ้งพยาบาลก่อนรับการฉีดวัคซีน



หลังรับการฉีดวัคซีน COVID-19 พักรอดูสังเกตอาการที่โรงพยาบาลหรือจุดที่ฉีดวัคซีน 30 นาที อย่างเคร่งครัด อาการข้างเคียงหลังฉีดวัคซีน COVID-19 ที่อาจเกิดขึ้น เช่น 1. อาการไม่รุนแรง สามารถหายได้เองภายใน 3 วัน เป็นอาการทั่วๆ เช่น มีไข้ต่ำๆ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อและข้อ หรือปวด บวม แดง คัน หรือเจ็บบริเวณที่ฉีดยา อ่อนเพลีย รู้สึกไม่สบายตัว ปวดศีรษะ คลื่นไส้ หรือมีอาการชาเฉพาะที่ 2. อาการรุนแรง พบได้ไม่บ่อยหรือพบได้น้อย เช่น มีก้อนบริเวณที่ฉีดยา เวียนศีรษะ มึนงง ใจสั่น ปวดท้อง อาเจียน ความอยากอาหารลดลง เหงื่อออกมากผิดปกติ ต่อม้าน้ำเหลืองโต ปากเปื่อย กล้ามเนื้ออ่อนแรง ชักหมดสติ อาการเหมือนเป็นไข้หวัดใหญ่ เช่น มีไข้ ไอ เจ็บคอ น้ำมูกไหล 3. อาการแพ้วัคซีน เช่น มีไข้สูง ปวดศีรษะ รุนแรง ความดันตก หลอดลมตีบ หายใจลำบาก มีผื่นขึ้นตามตัว หากพบว่ามีอาการรุนแรง หลังการฉีด

วัคซีนควรรับประทานทันที พยายามอย่าเกร็งแขนข้างที่ฉีดวัคซีน หรือใช้แขนยกของหนักๆ อย่างน้อย 2 วัน ถ้ามีไข้ หรือปวดเมื่อยมาก ให้รับประทานยาพาราเซตามอลขนาด 500 มิลลิกรัม 1 เม็ด และรับประทานซ้ำได้โดยห่างกัน 6 ชั่วโมง (ห้ามรับประทานยาพวก Brufen, Arcoxia, Celebrex เด็ดขาด) เมื่อพักรอดูอาการครบ 30 นาที เจ้าหน้าที่จะทำการวัดความดันโลหิตอีกครั้งก่อนกลับ และเมื่อกลับบ้านแล้วยังต้องสังเกตอาการของตัวเองต่ออีก 48-72 ชั่วโมง หากพบอาการผิดปกติที่รุนแรง เช่น ชาครึ่งซีก แขนขาอ่อนแรง ปากเบี้ยว ให้รีบไปพบแพทย์ทันที



** หลังจากได้รับวัคซีนเข็มแรกแล้วก็ยังคงต้องเตรียมตัวให้พร้อมสำหรับฉีดวัคซีนเข็มที่สองกระตุ้น ซึ่งจะช่วยป้องกันการติดเชื้อหรืออาการป่วยรุนแรงได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ส่วนอาการข้างเคียงที่อาจเกิดขึ้น เป็นเพียงปฏิกิริยาของร่างกายที่มีต่อวัคซีนเท่านั้น และแม้ว่าจะฉีดวัคซีนแล้วก็ยังต้องปฏิบัติตามมาตรการป้องกันต่อไปอย่างเคร่งครัด ไม่ว่าจะเป็นการสวมหน้ากากอนามัย เว้นระยะห่าง และล้างมือบ่อยๆ เพื่อไม่ให้เรากลายเป็นผู้แพร่เชื้อแบบไม่มีอาการ ที่อาจจะเป็นต้นเหตุให้ผู้ที่ยังไม่ได้ฉีดวัคซีนหรือผู้ที่มีความเสี่ยงติดเชื้อจากเราได้