



กรมควบคุมโรค เตือนดูแลสุขภาพช่วงฤดูหนาวป้องกันไข้หวัดใหญ่ เน้นผู้ปกครอง สังเกตอาการของเด็กอย่างใกล้ชิด

วันนี้ (๒๗ ตุลาคม ๒๕๕๘) นายแพทย์อำนวยการ กาจินะ รองปลัดกระทรวงสาธารณสุข รักษาราชการแทนอธิบดีกรมควบคุมโรค กล่าวว่า ขณะนี้เป็นช่วงอากาศเปลี่ยนแปลงปลายฝนต้นหนาว ในสภาวะอากาศเช่นนี้อาจส่งผลให้เกิดโรคร้ายต่างๆ ได้ง่าย โดยเฉพาะโรคในระบบทางเดินหายใจ โดยเฉพาะโรคไข้หวัดใหญ่ที่พบได้บ่อยในช่วงอากาศเปลี่ยนแปลง กลุ่มเสี่ยงที่เจ็บป่วยได้ง่ายและอาการรุนแรงกว่าประชาชนทั่วไป ได้แก่ ๑.กลุ่มเด็กอายุต่ำกว่า ๕ ปี ๒.กลุ่มผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ ๖๕ ปีขึ้นไป ๓.หญิงมีครรภ์ และ ๔.กลุ่มผู้ป่วยที่มีโรคประจำตัวเรื้อรัง เช่นโรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคหอบหืด โรคปอดเรื้อรัง โรคตับ และโรคโลหิตจาง เป็นต้น จากข้อมูลเฝ้าระวังโรคของสำนักโรคระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค ตั้งแต่วันที่ ๑ มกราคม-๑๙ ตุลาคม ๒๕๕๘ พบผู้ป่วยโรคไข้หวัดใหญ่ทั่วประเทศ ๕๕,๕๖๗ ราย เสียชีวิต ๒๗ ราย กลุ่มอายุที่พบมากที่สุด คืออายุ ๒๕-๓๔ ปี(๑๑.๗%) อายุ ๑๕-๒๔ ปี (๑๑.๑%) และอายุ ๓๕-๔๔ ปี(๑๐.๓%)

นายแพทย์อำนวยการ กล่าวต่อว่า โรคไข้หวัดใหญ่เกิดจากเชื้ออินฟลูเอนซาไวรัส ติดต่อกัน การไอ จามรดกัน อาการของโรคไข้หวัดใหญ่จะเริ่มด้วยมีไข้สูง ตัวร้อน หนาว ปวดเมื่อยตามกล้ามเนื้อ โดยเฉพาะที่หลัง ต้นแขน ต้นขา ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร คัดจมูก มีน้ำมูกใสๆ ไอแห้งๆ โดยในเด็กอาจพบอาการคลื่นไส้ อาเจียน ท้องร่วงได้มากกว่าผู้ใหญ่ ส่วนอาการคัดจมูก จาม เจ็บคอ พบเป็นบางครั้งในไข้หวัดใหญ่ แต่จะพบในไข้หวัดมากกว่า ผู้ป่วยส่วนใหญ่มีอาการไม่รุนแรง สามารถหายป่วยได้โดยไม่ต้องรับการรักษา อาการจะทุเลาลงและหายป่วยได้เองภายใน ๕-๗ วัน แต่บางรายที่มีภาวะแทรกซ้อน ทำให้เกิดอาการที่รุนแรง เช่น ปอดบวม สมออักเสบ กล้ามเนื้อหัวใจอักเสบ ตับอักเสบ หายใจเร็ว เหนื่อย หอบ หายใจลำบากซึ่งอาจทำให้เสียชีวิตได้

การป้องกันโรคในระบบทางเดินหายใจ ควรดูแลตนเองด้วยการกินอาหารให้ครบ ๕ หมู่ ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ กินอาหารปรุงสุกใหม่ ใช้ช้อนกลาง และหมั่นล้างมือบ่อยๆ กำจัดเชื้อโรค สิ่งสกปรกต่างๆ ที่ติดมากับมือ รักษาอุณหภูมิของร่างกายให้เหมาะสม สวมใส่เสื้อผ้าให้พอเหมาะกับสภาพอากาศ หลีกเลี่ยงการเข้าไปอยู่ในสถานที่ที่มีคนแออัด เช่น ห้างสรรพสินค้า โรงงาน ตลาดนัด เป็นต้น ควรหมั่นทำความสะอาดสถานที่ อุปกรณ์เครื่องใช้ต่างๆ เช่น ลูกบิดประตู ราวบันได โต๊ะอาหาร ด้วยน้ำผงซักฟอก หรือน้ำยาทำความสะอาดทั่วไป และเปิดหน้าต่างให้อากาศถ่ายเท

“สำหรับผู้ป่วย ขอให้พักผ่อนมากๆ และสวมหน้ากากอนามัย แนะนำให้ผู้ป่วยหยุดเรียน หรือหยุดทำงาน และให้อยู่ที่บ้าน จนกว่าจะหายเป็นปกติ เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อสู่ผู้อื่น ที่สำคัญผู้ปกครองต้องคอยสังเกตอาการของบุตรหลานอย่างใกล้ชิดเพราะเด็กเล็กมักป่วยได้ง่าย และบางครั้งเด็กอาจไม่แสดงอาการออกมาให้เห็น หากพบว่ามีอาการรุนแรงขึ้น เช่น เหนื่อยหอบ หรืออาการไม่ดีขึ้นภายใน ๔๘ ชั่วโมง ขอให้ไปพบแพทย์ที่สถานพยาบาลใกล้บ้านทันที ประชาชนสามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่สายด่วนกรมควบคุมโรค โทร ๑๔๒๒” นายแพทย์อำนวยการ กล่าว

ข้อมูลจาก : สำนักโรคติดต่อทั่วไป/สำนักสื่อสารความเสี่ยงฯ กรมควบคุมโรค
โทรศัพท์ ๐-๒๕๕๐-๓๘๕๗ / โทรสาร ๐-๒๕๕๐-๓๘๘๖
วันที่ ๒๗ ตุลาคม ๒๕๕๘

แหล่งข่าวโดย » กรมควบคุมโรค
[ตุลาคม อังคาร ๒๗, พ.ศ ๒๕๕๘ ๑๒:๐๐:๑๔]