



ประกาศเทศบาลตำบลโนนสูง
เรื่อง โรคและภัยสุขภาพ ประจำเดือน กรกฎาคม ๒๕๖๑

ด้วยเทศบาลตำบลโนนสูง ได้รับข่าวสารประชาสัมพันธ์จากสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ ๙ จังหวัดนครราชสีมา ซึ่งเป็นหน่วยงานที่สนับสนุนวิชาการด้านการป้องกันควบคุมโรคและภัยสุขภาพในพื้นที่เขตสุขภาพที่ ๙ (นครราชสีมา ชัยภูมิ สุรินทร์ บุรีรัมย์) ซึ่งการแจ้งข่าวสารประชาสัมพันธ์เรื่องโรคและภัยสุขภาพเป็นช่องทางหนึ่งที่สามารถทำให้ประชาชนได้รับรู้ รับทราบ และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เหมาะสม

ในการนี้ เทศบาลตำบลโนนสูง มีความห่วงใยสุขภาพอนามัยของประชาชน จึงขอประชาสัมพันธ์เรื่องโรคและภัยสุขภาพ ดังนี้

๑. เรื่องแนะนำใช้หลัก ๓ เก็บ ป้องกัน ๓ โรค

ขณะนี้ประเทศไทยกำลังเข้าสู่ฤดูฝน ทำให้มีฝนตกอย่างต่อเนื่องในหลายพื้นที่ และเกิดน้ำขัง ซึ่งเป็นแหล่งเพาะพันธุ์ของลูกน้ำยุงลาย ทำให้มีผู้ป่วยเป็นโรคไข้เลือดออกเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะกลุ่มวัยเรียน และวัยรุ่นเป็นกลุ่มที่ป่วยมากที่สุด และประชาชนใช้มาตรการ ๓ เก็บ ป้องกัน ๓ โรค คือ เก็บบ้านให้สะอาด ไม่ให้มีมุมอับทึบเป็นที่เกาะพักของยุงลาย เก็บขยะ เศษภาชนะไม่ให้เป็นแหล่งเพาะพันธุ์ยุง เก็บน้ำ ปิดฝาภาชนะให้มิดชิด ป้องกันยุงลายมาวางไข่

ขณะนี้ประเทศไทยมีผู้เสียชีวิตจากโรคไข้เลือดออกแล้ว ผู้เสียชีวิตส่วนใหญ่เป็นกลุ่มวัยรุ่นผู้ใหญ่ที่มีอายุ ๑๕ ปีขึ้นไปเพิ่มขึ้น รวมทั้งมีปัจจัยเสี่ยงจากปัญหาสุขภาพอื่นๆ ร่วมด้วย เช่น น้ำหนักเกิน มีโรคประจำตัว ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง เบาหวาน ส่งผลให้กลุ่มวัยรุ่นและผู้ใหญ่ป่วยและเสียชีวิตเพิ่มขึ้น โรคไข้เลือดออก มียุงลายเป็นพาหะนำโรค มักวางไข่ในภาชนะที่มีน้ำใสนิ่ง หากป่วยเป็นโรคไข้เลือดออก ผู้ป่วยจะมีไข้สูงลอย ๓๙-๔๐ องศาเซลเซียส ปวดเมื่อยตามตัว อาเจียน อ่อนเพลีย มีจุดเลือดออกเล็กๆ กระจายตามแขน ขา ลำตัว รักแร้ หากมีไข้สูงเกิน ๒ วัน ปวดเมื่อยตามตัว อาเจียน อ่อนเพลีย ไม่มีน้ำมูกหรือไอ ควรรีบไปพบแพทย์ทันที

ในการป้องกันโรคไข้เลือดออก ขอแนะนำให้ประชาชน โดยเฉพาะกลุ่มวัยรุ่นและผู้ใหญ่ ป้องกันตนเองไม่ให้ถูกยุงกัด โดยยึดหลัก “๓ เก็บ ป้องกัน ๓ โรค” คือ

๑. เก็บบ้าน ให้สะอาดไม่ให้มีมุมอับทึบเป็นที่เกาะพักของยุง
๒. เก็บขยะ เศษภาชนะไม่ให้เป็นแหล่งเพาะพันธุ์ยุง
๓. เก็บน้ำ ภาชนะใส่น้ำต้องมีฝาปิดมิดชิดป้องกันไม่ให้ยุงลายวางไข่

ซึ่งจะสามารถป้องกันได้ถึง ๓ โรค ในคราวเดียวกัน คือ

- โรคไข้เลือดออก
- โรคติดเชื้อไวรัสซิกา
- ไข้ปวดข้อยุงลาย

หากมีไข้สูงมากโดยฉับพลัน ปวดเมื่อย หน้าตาแดง มีผื่นขึ้นใต้ผิวหนังตามแขนขา ต้องรีบไปพบแพทย์โดยเร็ว เพราะหากเข้ามารับการวินิจฉัยช้า อาจเป็นเหตุสำคัญทำให้มีโรคแทรกซ้อนรักษายากขึ้น และทำให้เสียชีวิตได้

/๒.โรคทูตดับ....

๒. โรคหูดับ

กรมควบคุมโรค เผยขณะนี้ผู้ป่วยเป็นโรคใช้หูดับเพิ่มมากขึ้น เดือนประชาชนที่นิยมกินลาบเลือด ยำ ก้อยดิบ หลู้ หมูกระทะที่อย่างไม่สุก หรือเนื้อหมูที่คิดว่าสุกจากการบีบมะนาว เสี่ยงติดเชื้อโรคใช้หูดับหรือโรคติดเชื้อสเตปโตค็อกคัส ซูอิส โรคนี้สามารถเข้าทางบาดแผล หรือรอยถลอก ซีดข่วนตามร่างกายและเกิดจากการกินเลือดและเนื้อหมูที่ปรุงสุกๆ ดิบๆ ที่มีเชื้ออยู่ หากประชาชนมีอาการป่วยหลังสัมผัสหมูที่ป่วยหรือหลังกินอาหารที่ปรุงมาจากเนื้อหมู เลือดดิบๆ เช่น มีไข้สูง เวียนศีรษะ อาเจียน คอแข็ง หูดับ ท้องเสีย ให้รีบพบแพทย์ทันที และต้องบอกประวัติการกินหมูดิบให้ทราบด้วย เพราะหากมาพบแพทย์เร็วจะช่วยลดอัตราการทวนวงและเสียชีวิตได้

โรคใช้หูดับ ขณะนี้มีผู้ป่วยเป็นโรคใช้หูดับเพิ่มขึ้น เนื่องจากกินเนื้อหมู เครื่องในหมู เลือดหมู แบบสุกๆ ดิบๆ เช่น ลาบ ก้อย หลู้ หมูกระทะปิ้งย่างไม่สุก เป็นต้น การติดต่อ โรคนี้สามารถติดต่อได้ ๒ ทาง คือ เข้าทางบาดแผลรอยถลอก รอยขีดข่วนตามร่างกาย เยื่อบุตาได้ และติดต่อจากการกินเลือดเนื้อหมูที่ปรุงสุกๆ ดิบๆ ทำให้ผู้ป่วยมีอาการปวดศีรษะ คลื่นไส้ อาเจียน ถ่ายเหลว ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ คอแข็ง สมอ อักเสบ ชักและซึม การไต่ยีนลดลง ทูหนวก เลือดออกใต้ผิวหนัง ชักและปวดข้อ

ในการป้องกันโรคใช้หูดับ คือ กินหมูสุกเท่านั้น โดยปรุงให้สุกทั่วถึงด้วยความร้อนจนเนื้อไม่มีสีแดง ไม่กินสุกๆ ดิบๆ ผู้ที่มีความเสี่ยง ได้แก่ คนเลี้ยงหมู ผู้ที่ทำงานในโรงฆ่าสัตว์ ผู้ที่ชำแหละเนื้อหมู ควรสวมรองเท้าบูทยาง สวมถุงมือ รวมถึงสวมเสื้อที่รัดกุมระหว่างทำงาน หากมีบาดแผลต้องปิดแผลให้มิดชิด และล้างมือหลังสัมผัสกับหมูทุกครั้ง ห้ามชำแหละหมูป่วยแล้วนำไปขาย หากมีอาการป่วยหลังจากกินหมูดิบ เช่น มีไข้สูง เวียนศีรษะ อาเจียน คอแข็ง หูดับ ท้องเสีย ให้รีบพบแพทย์ทันที

๓. โรคมือ เท้า ปาก

ช่วงเปิดภาคเรียนใหม่ โรคที่มักเกิดกับเด็กเล็ก คือ โรคมือเท้าปาก โดยเฉพาะเด็กเล็กอายุต่ำกว่า ๕ ปี ซึ่งมีภูมิคุ้มกันต่ำ ในฤดูฝนจะพบผู้ป่วยมากกว่าฤดูอื่นๆ ผู้ปกครองและครูควรสังเกตอาการบุตรหลานขอให้คัดกรองเด็กก่อนเข้าเรียน หากเด็กมีไข้ ผื่น ตุ่มน้ำใส หรือเม็ดแดงๆ ในปาก ฝ่ามือ ฝ่าเท้า หรือกันส่วนใหญ่จะหายได้เอง ใน ๗-๑๐ วัน ขอให้แยกเด็กที่ป่วยออกจากเด็กปกติ และพักรักษาจนกว่าจะหายดี

โรคมือเท้าปาก ขณะนี้หลายโรงเรียนกำลังเข้าสู่ช่วงเปิดภาคเรียนใหม่ ประกอบกับช่วงนี้อากาศเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง ซึ่งโรคที่มักเกิดกับเด็กในช่วงเปิดเทอม คือ โรคมือ เท้า ปาก โดยมักเกิดในสถานที่ที่มีเด็กอยู่รวมกันจำนวนมาก ได้แก่ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก โรงเรียนอนุบาล และสถานรับเลี้ยงเด็ก โรคมือเท้าปากแพร่กระจายเชื้อโรคสู่กันได้ง่าย โดยติดต่อกันผ่านของเล่นที่เปื้อนน้ำมูก น้ำลาย น้ำจากแผลตุ่มพองหรืออุจจาระของผู้ป่วย หรือติดต่อกันจากไอ จาม รดกัน พบได้มากในกลุ่มเด็กที่มีอายุต่ำกว่า ๕ ปี เมื่อป่วยแล้วจะทำให้เด็กมีไข้ ผื่น หรือเม็ดแดงๆ ในปาก ฝ่ามือ ฝ่าเท้า หรือกัน ส่วนใหญ่จะหายได้เอง ใน ๗-๑๐ วัน

ในการป้องกันโรคมือเท้าปาก ขอความร่วมมือศูนย์เด็กเล็ก โรงเรียนอนุบาล และสถานรับเลี้ยงเด็ก ตรวจสอบคัดกรองเด็กเป็นประจำทุกวันในตอนเช้า หากพบเด็กป่วยขอให้แยกออกจากเด็กปกติ และแจ้งให้ผู้ปกครองรับกลับบ้านและพักรักษาอยู่ที่บ้านจนกว่าจะหาย หมั่นทำความสะอาดอุปกรณ์ เครื่องมือ ของใช้ ของเล่น ภายในศูนย์ฯ และโรงเรียนเป็นประจำทุกสัปดาห์หรือทุกครั้งที่มีเด็กป่วย โรคนี้ไม่มียารักษา ไม่มีวัคซีนจะรักษาอาการ ถ้าหากเด็กมีอาการแทรกซ้อน เช่น ไข้สูง ซึม อาเจียน หอบ ต้องรีบนำเด็กไปรับการรักษาที่โรงพยาบาลทันที เพราะอาจติดเชื้อไวรัสสายพันธุ์รุนแรง เสี่ยงต่อการเสียชีวิตได้มากกว่าสายพันธุ์ปกติ

๔. วัคซีนไขหวัดใหญ่

ขณะนี้ในช่วงหน้าฝน ทำให้โรคติดต่อทางเดินหายใจ โดยเฉพาะโรคไขหวัดใหญ่มีโอกาสที่จะแพร่กระจายเพิ่มขึ้น ซึ่งกรมควบคุมโรคเน้นหนักในกลุ่มหญิงตั้งครรภ์และเด็กเล็กอายุ ๖ เดือน - ๒ ปี เพราะหากป่วยแล้วจะมีโอกาสเกิดภาวะแทรกซ้อนและเสียชีวิตสูงกว่าคนปกติ ๖ เท่า พร้อมเชิญชวนผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ ๖๕ ปีขึ้นไป เข้ารับวัคซีนให้ครบทุกคน โดยเริ่มให้บริการวันที่ ๑ มิถุนายน - ๓๑ สิงหาคม ๒๕๖๑ นี้ที่สถานบริการสาธารณสุขของรัฐใกล้บ้านฟรี

กรมควบคุมโรค แนะนำ ๗ กลุ่มเสี่ยง ควรไปรับวัคซีนป้องกันไขหวัดใหญ่ ได้แก่

๑. หญิงตั้งครรภ์
๒. เด็กอายุ ๖ เดือน - ๒ ปี
๓. ผู้ที่มีโรคเรื้อรัง เช่น ปอดอุดกั้นเรื้อรัง หอบ หืด หัวใจ หลอดเลือดสมอง ไตวาย ผู้ป่วยมะเร็งที่อยู่ระหว่างการได้รับเคมีบำบัดและเบาหวาน
๔. บุคคลที่มีอายุ ๖๕ ปีขึ้นไป
๕. ผู้พิการทางสมองที่ช่วยเหลือตนเองไม่ได้
๖. ผู้ป่วยโรคธาลัสซีเมียและผู้ที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่อง รวมผู้ติดเชื้อ HIV ที่มีอาการ
๗. ผู้ที่มีโรคอ้วนน้ำหนักเกิน ๑๐๐ กิโลกรัม

สำหรับกลุ่มเด็กอายุ ๖ เดือน - ๒ ปี นอกจากป้องกันการแพร่กระจายโรคแก่คนรอบข้างแล้ว ยังลดความรุนแรงและอัตราการนอนโรงพยาบาลและเสียชีวิตด้วย วัคซีนตัวดังกล่าวมีการทดสอบว่าปลอดภัยกับหญิงตั้งครรภ์และเด็กแน่นอน

ในการป้องกันโรคไขหวัดใหญ่ สำหรับประชาชนทั่วไปควรยึดหลัก กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ รักษาสุขภาพให้แข็งแรงอยู่เสมอ ออกกำลังกาย หลีกเลี่ยงการคุกคสิใกล้ชิด หรือใช้ของใช้ส่วนตัวกับผู้อื่น ปิดปากและจมูกเมื่อไอ จาม หรือสวมหน้ากากอนามัย ป้องกันเชื้อโรคแพร่กระจาย เมื่อป่วยควรหยุดงาน หยุดเรียน และพักผ่อนอยู่ที่บ้านจนกว่าจะหายดี

จึงประกาศมาให้ทราบโดยทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ ๒๕ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๑

(นายอมรรัตน์ ปานเจริญศักดิ์)

รองนายกเทศมนตรี ปฏิบัติราชการแทน
นายกเทศมนตรีตำบลโนนสูง