

โรคมือ เท้า ปาก

เกิดจากเชื้อไวรัสลำไส้หรือเอนเทอโรไวรัส หลายชนิด พบได้บ่อยในเด็กเล็กอายุต่ำกว่า 5 ปี ใน โรงเรียนอนุบาลสถาน รับเลี้ยงเด็กศูนย์เด็กเล็กสถาน ที่เล่น ของเด็กในห้าสรรพสินค้า โดยเฉพาะในที่อยู่รวมกัน อย่าง แออัดจะมีโอกาสที่เกิดการระบาด ระบาดได้โรคเกิด ประปรายตลอดปีแต่จะเพิ่มมากขึ้นในฤดูฝนซึ่ง อากาศเย็นและชื้น

การแพร่ติดต่อ

การติดต่อส่วนใหญ่เกิดจากได้รับเชื้อไวรัสเข้าสู่ปาก โดยตรง โรคแพร่ติดต่อย่างในช่วงสัปดาห์แรกของการป่วย โดย เชื้อไวรัสติดมากับมือหรือของเล่นที่เปื้อนน้ำลาย น้ำมูก น้ำจาก ตุ่มพองและแผลหรืออุจจาระของผู้ป่วย และเกิดจากการไอจามรด กันโดยหายใจเอาเชื้อที่แพร่กระจาย จากละอองฝอยของผู้ป่วย สำหรับการติดเชื้อจากอุจจาระจะเกิดได้ในระยะที่เด็กมีอาการอุจจาระ จนกระทั่งหายป่วยแล้วประมาณ 1 เดือน แต่จะเกิดขึ้นได้น้อย กว่า



อาการของโรค

หลังจากได้รับเชื้อ 3-6 วัน ผู้ป่วยจะเริ่มแสดงอาการด้วย การมีไข้ เบื่ออาหาร อ่อนเพลีย ต่อมามีอาการเจ็บปาก กลืน น้ำลายไม่ได้และไม่ยอมรับประทานอาหารและเบื่ออาหาร เนื่องจากมีจุดหรือตุ่มแดงอักเสบที่ลิ้น เหงือก และกระพุ้งแก้ม ต่อมาจะเกิดตุ่มหรือผื่นบนสีแดงเล็ก อาการจะทุเลาและหายเป็น ปกติ ภายใน 7-10 วัน



การรักษา

1. โรคนี้ส่วนใหญ่อาการไม่รุนแรงและหายได้เอง ผู้ป่วย ส่วนใหญ่จะป่วยนานประมาณ 7-10 วัน เนื่องจากยังไม่มียารักษา ไวรัสชนิดนี้โดยเฉพาะ จึงใช้การรักษาเพื่อบรรเทาอาการต่าง ๆ เช่น การใช้ยาลดไข้ ยาแก้ปวด ยาทาแก้ปวดในรายที่มีแผลที่ลิ้น และกระพุ้งแก้ม ผู้ปกครองหรือผู้เลี้ยงดูเด็กควรเช็ดตัวผู้ป่วยเพื่อ ลดไข้เป็นระยะ และให้เด็กรับประทานอาหารอ่อน ๆ รสไม่จัด ดื่มน้ำ น้ำผลไม้ และนอนพักผ่อนมาก ๆ

2. ถ้าเป็นเด็กอ่อน อาจต้องป้อนนมให้แทนการดูดนม เพื่อลดการปวดแผลในปาก ที่สำคัญคือการป้องกันอาการแทรกซ้อนที่อาจรุนแรงถึงเสียชีวิต

3. หากพบมีไข้สูง ชีพ ไม่ยอมรับประทานอาหารหรือดื่มน้ำ อาเจียนบ่อย ท้อง ขนขาอ่อนแรง ชัก ต้องรีบพาไปโรงพยาบาลทันที

ช่วยหนูด้วย หนูไม่อยากเป็น
โรคมือ-เท้า-ปาก



อยู่ห่างผู้ติดเชื้อ



กินของร้อน



ใช้ช้อนกลาง



ล้างมือ



หลีกเลี่ยงสัมผัสใกล้ชิด

การป้องกัน

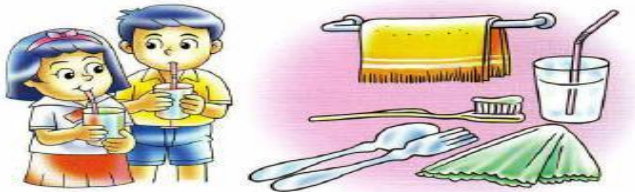
➢ เฝ้าระวังมาตรการสุขาภิบาลในสถานเลี้ยงดูเด็กเล็กในทุกหมู่บ้าน โรงเรียนอนุบาล และโรงเรียนประถมทุกแห่ง ต้องจัดให้มีการทำความสะอาดพื้น ของเล่นเด็ก ห้องสุขาและห้องน้ำ อุปกรณ์สำหรับการรับประทานอาหารและแก้วน้ำ โดยใช้หลักการและแนวทางตามประกาศของกรมอนามัย

➢ เผยแพร่คำแนะนำ เรื่องโรคมือ เท้า ปาก แก่ผู้ปกครองและเด็กนักเรียน โดยเฉพาะการล้างมือและการรักษาสุขอนามัยของสภาพแวดล้อม

➢ เฝ้าระวังตรวจเด็กทุกคน หากพบเด็กที่มีอาการโรคมือ เท้า ปาก ต้องรีบแยกออกและให้หยุดเรียน 7-10 วันหรือจนกว่าจะหายป่วย



หมั่นล้างมือบ่อยๆ (ด้วยสบู่และน้ำ)
โดยเฉพาะหลังการขับถ่าย และก่อนรับประทานอาหาร



หลีกเลี่ยงการใช้ของร่วมกัน เช่น แก้วน้ำ หลอดดูด ช้อน-ส้อม
ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดมือ และแปรงสีฟัน เป็นต้น

➢ กระทรวงสาธารณสุข ได้ดำเนินการให้แนวทางในการเฝ้าระวัง ป้องกันและควบคุมการระบาด รวมถึงให้ความรู้เรื่องโรคมือ เท้า ปาก และการป้องกันแก่ประชาชนและกลุ่มเสี่ยงอย่างสม่ำเสมอ

ข้อสังเกตอาการแรกเริ่ม ของโรคมือเท้า

- มีไข้เฉียบพลัน
- ปวดหัว ปวดท้อง เมื่อยตัว
- เจ็บคอ เบื่ออาหาร เด็กจะไม่ยอมทานอะไรเลย เพราะเจ็บแผลในปาก
- เด็กจะมีน้ำลายเหนียว ไหลยืดมากติดปากตลอดเวลา



โรคมือเท้าปาก
Hand foot mouth disease

- ✓ ควรล้างมืออย่างสม่ำเสมอ
- ✓ ควรรักษาความสะอาดอยู่บ่อยๆ



ด้วยความปรารถนาดีจาก ...

ส่วนสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
องค์การบริหารส่วนตำบลบันนังสตา

โทรศัพท์ 0-7328-9114

โทรสาร 0-7328-9091

www.bungnungsta.go.th