

กรม คร.แสดงผลดีดีชีโพล ครั้งที่ 4 เผยช่วงหน้าร้อน

ประชาชนกลัวการเจ็บป่วยด้วยโรคอุจจาระร่วง-อาหารเป็นพิษมากที่สุด

กรมควบคุมโรค เผยผลสำรวจความคิดเห็นของประชาชนต่อโรค (ดีดีชีโพล) โรคภัยสุขภาพจากการท่องเที่ยว ในกรณีโรคอาหารเป็นพิษ พบกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่กลัวการเจ็บป่วยด้วยโรคอุจจาระร่วง/อาหารเป็นพิษมากที่สุด ย้ำ"กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ"...

วันที่ 9 เม.ย.57 ที่กรมควบคุมโรค นายแพทย์โสภณ เมฆธน อธิบดีกรมควบคุมโรค กล่าวภายหลังเป็นประธานการแถลงข่าว ดีดีชีโพล ครั้งที่ 4 เรื่อง โรคและภัยสุขภาพจากการท่องเที่ยว : โรคอาหารเป็นพิษ ซึ่งจากข้อมูลเฝ้าระวังโรคอาหารเป็นพิษ โดยสำนักระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม 2557 - 31 มีนาคม 2557 พบผู้ป่วย จำนวน 31,627 ราย คิดเป็นอัตราป่วย 49.79 ต่อแสนประชากร สูงสุด 5 อันดับแรก คือ อุดรธานี (173.30 ต่อแสนประชากร) หนองบัวลำภู (151.12 ต่อแสนประชากร) อุบลราชธานี (128.12 ต่อแสนประชากร) บุรีรัมย์ (117.21 ต่อแสนประชากร) และตราด (105.45 ต่อแสนประชากร) ส่วนภาคที่มีอัตราป่วยสูงสุด คือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ 81.98 ต่อแสนประชากร ภาคเหนือ 58.13 ต่อแสนประชากร ภาคกลาง 29.09 ต่อแสนประชากร ภาคใต้ 10.48 ต่อแสนประชากร ตามลำดับ โรคอาหารเป็นพิษ เกิดจากคนรับประทานอาหารที่ปนเปื้อนเชื้อโรคหรือสารพิษที่เชื้อโรคสร้างขึ้นเข้าไป การปนเปื้อนอาจเกิดขึ้นตั้งแต่แหล่งผลิตอาหาร แหล่งปรุงเสิร์ฟอาหาร หรือแม้กระทั่งปนเปื้อนขณะรับประทานอาหาร อาการที่พบ ได้แก่ ถ่ายเหลว มักร่วมกับอาการอื่นๆ เช่น ปวดท้องมาก คลื่นไส้ อาเจียน ไข้สูง ปวดเมื่อยเนื้อตัว และปวดข้อ เป็นต้น โรคอาหารเป็นพิษมักป่วยไม่รุนแรง ยกเว้นกรณีได้รับเชื้อปนเปื้อนชนิดรุนแรง ในรายที่เสียน้ำและเกลือแร่มาก ในกรณีเด็กหรือผู้สูงอายุ เป็นต้น โรคนี้รักษาได้ตามอาการ เช่น การทดแทนด้วยน้ำและเกลือแร่ ด้วยสารละลายเกลือแร่ และน้ำตาลทางปาก

สำหรับผลดีดีชีโพล ครั้งที่ 4 นี้ เรื่องโรคและภัยสุขภาพจากการท่องเที่ยว : โรคอาหารเป็นพิษ กรณีศึกษาตัวอย่างประชาชนไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำนวน 3,112 ตัวอย่าง ทั้งนี้ เมื่อสำรวจความคิดเห็นประชาชน พบว่าในช่วงอากาศที่ร้อนอบอ้าวอย่างนี้ โรคยอดฮิตเกี่ยวกับอาหารและน้ำ ที่กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อยากให้กรมควบคุมโรคดำเนินการก่อน ในอันดับแรกคือ โรคอุจจาระร่วง คิดเป็นร้อยละ 53.8 รองลงมาคือโรคอาหารเป็นพิษในนักเรียน คิดเป็นร้อยละ 23.3 และโรคอหิวาตกโรค คิดเป็นร้อยละ 11.2 ตามลำดับ เมื่อเดินทาง การเจ็บป่วยด้วยโรคอุจจาระร่วง/อาหารเป็นพิษ เป็นโรคที่กลุ่มตัวอย่างกลัวมากที่สุด (ร้อยละ 62.1) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จากสภาพสังคมชนบท เมื่อมีอาการอาหารเป็นพิษไม่สามารถทำน้ำเกลือแร่และไม่แน่ใจทำน้ำเกลือแร่เพื่อรักษาตัวเองเบื้องต้นได้อย่างถูกต้อง คิดเป็นร้อยละ 59.1 และ 57.5 ตามลำดับ ผลการวิเคราะห์เพิ่มเติม พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่คิดว่าน้ำแข็งที่แบ่งขายตามท้องตลาด ร้านอาหารไม่สะอาด และไม่แน่ใจ คิดเป็นร้อยละ 75.7 และ ร้อยละ 73 กลุ่มตัวอย่างจากสภาพสังคมชนบท

กินอาหารสุกๆ ดิบๆ เช่น ปลาสด กุ้งดิบ ลาบดิบ โดยกินเป็นประจำ 5-7 วัน/สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 61.8 และจากสภาพสังคมเมือง คิดเป็นร้อยละ 38.2 และกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในชนบทไม่เคยล้างมือก่อนการเตรียม และปรุงอาหาร มากกว่าเป็น 2 เท่าของกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในเมือง

ข้อสรุปจากผลศึกษาวิจัยได้แก่ “วิธีป้องกันโรคอาหารเป็นพิษ คือ การป้องกันสาเหตุ ซึ่งที่สำคัญ คือ การป้องกันการติดเชื้อทางอาหาร น้ำดื่ม และทางมือ โดยคำแนะนำกรมควบคุมโรคเพื่อป้องกันตนเองจากโรคอาหารเป็นพิษเมื่อต้องเดินทาง ได้แก่ 1. ถ้าเตรียมอาหารไปจากบ้าน ไม่ควรเตรียมอาหารที่บูดเสียง่าย ควรเก็บในภาชนะที่ปิดสนิท ไม่ควรเก็บในที่ร้อนเกินไป ไม่ควรเก็บไว้นานเกินไป ถ้าเป็นไปได้ ควรทำให้ร้อนก่อนรับประทาน 2. กรณีใช้อาหารกระป๋องสำเร็จรูป เลือกร้านค้าที่เชื่อถือได้ ฉลากอยู่ครบไม่ลบลื่น มีวันหมดอายุชัดเจน ระวังไม่มีรอยบุบ หรือโป่ง 3. เมื่อรับประทานอาหารตามร้าน ควรเลือกร้านที่ได้รับการรับรอง เลือกทานอาหารที่ปรุงสุก ใช้วัตถุดิบที่สด จัดเก็บได้ถูกต้อง ไม่มีแมลงวันตอม โดยเฉพาะอย่างยิ่ง อาหารทะเล เนื้อสัตว์ และผักสด 4. เลือกซื้ออาหารที่ไม่ปรุงอาหารทิ้งไว้เป็นเวลานาน โดยเฉพาะอาหารประเภทที่มีกะทิเป็นส่วนประกอบจะเสีงง่ายกว่าปกติ อาหารประเภทยำ ลาบ ต้องปรุงให้สุก 5. หลีกเลี่ยงอาหารที่ไม่คุ้นเคย เช่น เนื้อสัตว์ป่า เห็ดป่า ปลาปักเป้า แมงกะพรุนสด ฯลฯ 6. ล้างมือให้สะอาดทุกครั้ง ก่อนเตรียมอาหารและรับประทานอาหาร รวมทั้งหลังจากเข้าห้องน้ำ 7. ดื่มน้ำดื่มที่สะอาด ถ้าต้องดื่มน้ำนอกบ้าน เลือกดื่มน้ำเปล่าบริสุทธิ์ที่มีตรา อย. และถ้ามีความจำเป็นต้องดื่มน้ำในแหล่งน้ำธรรมชาติ ควรนำมาต้มให้เดือดเสียก่อน ขอให้ฤดูร้อนนี้ มีความสุขกับการท่องเที่ยวและพักผ่อนครับ ประชาชนที่มีความสนใจสามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่สำนักโรคติดต่อทั่วไป โทร 0 2590 3183 หรือ โทรสายด่วน 1422” นายแพทย์โสภณ กล่าว.

สุขภาพดี
เริ่มต้นที่นี่ 

ที่มา: ไทยรัฐออนไลน์ วันพฤหัสบดีที่ 17 เมษายน พ.ศ. 2557