

สรุปและวิเคราะห์ข่าวประจำวันวันที่ 3 กันยายน 2558

เรียน ผอ. สคร.5 /รองผู้อำนวยการฯ/นักวิชาการสาธารณสุข/เครือข่ายสื่อมวลชน

กลุ่มสื่อสารความเสี่ยง ฯ สคร.5 ขอรวบรวมและสรุปวิเคราะห์ข่าวที่อาจจะมีผลกระทบต่อ

กรมควบคุมโรค มีรายละเอียดดังนี้

วันที่ /แหล่งข่าว	ประเด็นข่าว	วิเคราะห์ข่าว
<p>สำนักสื่อสารความเสี่ยงฯ 3 กันยายน พ.ศ. 2558</p>	<p>6 โรค คอระแวงในฤดูฝน</p> <p>ช่วงประมาณกลางเดือนพฤษภาคมไปจนถึงกลางเดือนตุลาคมเป็นช่วงเข้าสู่ฤดูฝนอากาศเริ่มเย็นและมีฝนตกอย่างต่อเนื่อง สภาพอากาศที่เปลี่ยนแปลงทำให้เกิดโรคได้หลายชนิด จึงมีความจำเป็นที่ต้องทราบแนวทางการป้องกันโรคที่อาจเกิดขึ้น เพื่อให้สุขภาพร่างกายแข็งแรงอยู่เสมอ ซึ่งโรคติดต่อที่สำคัญ ได้แก่</p> <p>โรคไขหวัดใหญ่</p> <p>เกิดจากเชื้ออินฟลูเอนซาไวรัส ติดต่อจากการไอ จามรดกัน ทำให้มีอาการไข้สูงเฉียบพลัน หนาวสั่น ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ อ่อนเพลีย คอแห้ง เจ็บคอ กัดจุก น้ำมูกไหล จามหรือมีเสมหะมาก ตาแดง ตาแฉะ ป้องกันรักษาได้โดยนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ ดูแลรักษาร่างกายให้อบอุ่น ดื่มน้ำมากๆ รับประทานอาหารอ่อน ย่อยง่าย สวมหน้ากากอนามัย</p> <p>โรคปอดอักเสบ</p> <p>เกิดจากเชื้อแบคทีเรียหรือเชื้อไวรัส ในสภาวะที่ภูมิคุ้มกันผิดปกติอาจเกิดจากเชื้อรา และพยาธิ ติดต่อทางการไอ จาม รดกัน อาการคือ มีไข้ ไอ เสมหะมาก หายใจเร็ว หอบเหนื่อย ในเด็กเล็กสังเกตพบอาหารหายใจเร็วกว่าปกติ หากอาการรุนแรง อาจทำให้ระบบหายใจล้มเหลว จนเกิดภาวะขาดออกซิเจน หรือติดเชื้อในกระแสเลือดและเสียชีวิตได้ ป้องกันได้โดยนอนพักผ่อน ดื่มน้ำมากๆ เช็ดตัวบ่อยๆ รักษาร่างกายให้อบอุ่น โดยเฉพาะเมื่ออากาศ เย็นจัด ชื้นจัด หากเด็กมีไข้ ไอ หายใจหอบ หรือหายใจลำบาก ควรรีบพาไปพบแพทย์</p>	<p>แนวทางการดำเนินงาน</p> <p>ได้เผยแพร่ข่าว</p> <p>ยังเครือข่ายสื่อสาร</p> <p>สาธารณะ</p> <p>-ได้แจ้งผู้บริหารและ</p> <p>เครือข่ายสื่อมวลชนแล้ว</p>

โรคหิวตกรด

เกิดจากเชื้อแบคทีเรีย สามารถติดต่อจากการรับประทานอาหาร หรือดื่มน้ำที่มีเชื้อปนเปื้อน โดยอาการสำคัญคือถ่ายอุจจาระเป็นน้ำครั้งละมากๆ อุจจาระเหลวสีคล้ายน้ำข้าวขาว กลิ่นเหม็นคาวจัด อาจมีอาเจียนร่วมด้วย มีอาการขาดน้ำและเกลือแร่ อาจทำให้เกิดภาวะช็อก หมดสติ รายที่มีอาการรุนแรงอาจเสียชีวิตในเวลาอันรวดเร็ว ป้องกันและรักษาได้โดยดื่มน้ำสะอาดละลายน้ำตาลเกลือแร่โอ อาร์ เอส เพื่อป้องกันการขาดน้ำและเกลือแร่ รับประทานอาหารที่สะอาด ปรุงสุกใหม่ๆ ไม่มีแมลงวันตอม หลีกเลี่ยงอาหารสุกๆ ดิบๆ ส้างมือบ่อยๆ ด้วยน้ำและสบู่ก่อนรับประทานอาหารและหลังเข้าห้องน้ำ

โรคไวรัสตับอักเสบ เอ

เกิดจากเชื้อไวรัส ติดต่อกันโดยการรับประทานอาหารหรือดื่มน้ำที่มีเชื้อจากคนหนึ่งสู่อีกคน อาการคือมีไข้ อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน ท้องร่วง ปัสสาวะสีเข้ม ตัวเหลือง ตาเหลืองร่วมด้วย สามารถหายได้เอง ด้วยการพักผ่อนให้เพียงพอ ป้องกันและรักษาโดย รับประทานอาหารสุก ดื่มน้ำสะอาดรักษาอนามัยพื้นฐาน และฉีดวัคซีนป้องกัน โรค

โรคมือ เท้า ปาก

เกิดจากเชื้อเอนเทอโรไวรัส พบมากในทารกและเด็กเล็ก ติดต่อกันโดยการได้รับเชื้อทางปาก อาการเริ่มด้วยมีไข้ อ่อนเพลีย เจ็บปาก เบื่ออาหาร มีแผลอักเสบ ที่ลิ้น เหงือก และกระพุ้งแก้ม อาจเกิดผื่นแดง ไม่คันที่ฝ่ามือ ฝ่าเท้า ก้น หรือหัวเข่า การป้องกันและรักษาทำได้โดย รับประทานอาหารอ่อนๆ ย่อยง่าย นอนพักผ่อนให้เพียงพอ ดูแลสุขอนามัยส่วนบุคคลที่ดี ส้างมือด้วยน้ำและสบู่ เด็กที่ป่วยเป็นโรคมือ เท้า ปาก ควรหยุดพัก รักษาตัวที่บ้านประมาณ 1 สัปดาห์ หรือจนกว่าจะหายเป็นปกติ

โรคเลปโตสไปโรซิส

ติดต่อกันจากสัตว์มาสู่คน เชื้อจะออกมากับฉี่ของสัตว์ เช่น หนู หมู วัว ควาย แพะ แกะ และสุนัข แล้วปนเปื้อนในแม่น้ำ ลำคลอง พื้นที่ที่มีน้ำขัง ชื้นแฉะ ผู้ที่เสี่ยงต่อการเป็นโรคนี้นั้น ได้แก่ ผู้ที่ลุยน้ำหรือแช่น้ำนานๆ เชื้อเข้าสู่ร่างกายทางบาดแผลหรือเยื่อเมือกต่างๆ ขณะที่แช่น้ำ หรือ รับประทานอาหาร ดื่มน้ำที่มีเชื้อ อาการคือ มีไข้สูง ปวดศีรษะ ปวดเมื่อย กล้ามเนื้อ โดยเฉพาะน่องและโคนขา มีเยื่อเมือกตาแดง เจ็บคอ เบื่ออาหาร

ห้องเดิน ใอมีเลือดปน หรือตัวเหลือง ตาเหลือง ปัสสาวะน้อย ซึม สับสน เนื่องจากเชื้อหุ้มสมองอักเสบ อาจมีกล้ามเนื้อหัวใจอักเสบและเสียชีวิตได้ ป้องกันโดยหลีกเลี่ยงการแช่น้ำ ย่ำโคลนนานๆ เมื่อขึ้นจากน้ำแล้ว ต้องรีบอาบน้ำชำระร่างกายให้สะอาด ซับให้แห้งโดยเร็วที่สุด ควรสวมรองเท้าหรือรองเท้าน้ำที่ที่เหมาะสม ดูแลที่พอกให้สะอาดไม่ให้เป็นที่อาศัยของหนู

ทั้งนี้วิธีป้องกันการเจ็บป่วยในช่วงฤดูฝนที่ดีที่สุด คือ ดูแลสุขภาพให้แข็งแรง รักษาร่างกายให้อบอุ่นในช่วงอากาศหนาวเย็นหรืออากาศเปลี่ยนแปลง ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ พักผ่อนให้เพียงพอ หลีกเลี่ยงสถานที่ที่มีคนพลุกพล่าน อากาศถ่ายเทไม่สะดวก ไม่คลุกคลีใกล้ชิดกับผู้ที่มีการป่วย และหมั่นล้างมือบ่อยๆ ด้วยน้ำสบู่ หรือใช้แอลกอฮอล์เจลทำความสะอาดมือ ก็จะสมารถลดความเสี่ยงในการได้รับเชื้อต่างๆ ได้ๆ นอกจากนี้หากมีข้อสงสัยสามารถสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ สายด่วนกรมควบคุมโรค โทร.1422 หรือ สำนักโรคติดต่อทั่วไป โทร. 02 590 3183