



คำถาม – คำตอบ เรื่อง โรคมือ เท้า ปาก

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 5 นครราชสีมา กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

คำถาม	คำตอบ
โรคมือ เท้า ปาก (Hand, Foot and Mouth Disease) คือโรคอะไร	โรคมือ เท้า และปาก เป็นกลุ่มอาการหนึ่งของโรคติดเชื้อเอนเทอโรไวรัส อาการป่วยเริ่มจาก มีไข้ มีจุดหรือผื่นแดง อักเสบในปาก มักพบที่ลิ้น เหงือก และกระพุ้งแก้ม และเกิดผื่นแดง ซึ่งจะกลายเป็นตุ่มพองใสที่ฝ่ามือ นิ้วมือ และฝ่าเท้า อย่างไรก็ตาม บางรายอาจไม่พบอาการตุ่มพองในปาก ฝ่ามือ หรือฝ่าเท้า แต่มีภาวะแทรกซ้อนรุนแรง เช่น ปอดบวม น้ำ เยื่อหุ้มหัวใจ อักเสบ และเสียชีวิตได้
ใครบ้างที่เป็นกลุ่มเสี่ยงที่จะเป็นโรคมือ เท้า ปาก ที่รุนแรง	เด็กทารกและเด็กเล็ก อายุต่ำกว่า 5 ปี เนื่องจากยังไม่มีความรู้ด้านทันตกรรม จึงมีความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยที่รุนแรงมากกว่าเด็กโต
โรคมือ เท้า ปาก ติดต่อดี้อย่างไร	โรคมือ เท้า ปาก มักติดต่อโดยการสัมผัสอุจจาระ น้ำมูก น้ำลาย หรือน้ำในตุ่มพองหรือแผลของผู้ป่วยเข้าสู่ปาก ผ่านทางมือ สิ่งของเครื่องใช้ ของเล่น เป็นต้น ส่วนการติดต่อทางน้ำหรืออาหารมีโอกาสเกิดได้น้อย การแพร่ติดต่อเกิดขึ้นค่อนข้างง่ายในช่วงสัปดาห์แรกของการป่วย และแม้อาการทุเลาลงแล้ว ก็ยังอาจแพร่เชื้อได้บ้าง เนื่องจากเชื้อจะถูกขับออกมาถึงอุจจาระได้นานถึง 6-8 สัปดาห์ ผู้ปกครองที่พาเด็กไปเล่นเครื่องเล่นตามศูนย์การค้า และเครื่องเล่นตามตลาดนัดเคลื่อนที่ ควรดูแลอย่าให้เด็กอม หรือกัดของเล่น และล้างมือทุกครั้งหลังจากเล่นเสร็จแล้ว หรืองดเล่นในสถานที่ และเครื่องเล่นดังกล่าว
อาการของโรคเป็นอย่างไร	เริ่มด้วยไข้ (อาจเป็นไข้สูงในช่วง 1 - 2 วันแรก และลดลงเป็นไข้ต่ำ ๆ อีก 2 - 3 วัน) มีจุดหรือผื่นแดงอักเสบในปาก

คำถาม	คำตอบ
	<p>มักพบที่ลิ้น เหงือก และกระพุ้งแก้ม ทำให้เจ็บปากไม่ยอมทานอาหาร จะเกิดผื่นแดง ซึ่งจะกลายเป็นตุ่มพองใสรอบๆ แดง ที่บริเวณฝ่ามือ นิ้วมือ ฝ่าเท้า และอาจพบที่อื่น เช่น ก้น หัวเข่า ฯลฯ ผื่นนี้จะกลายเป็นตุ่มพองใสรอบๆ แดง (maculo-papular vesicles) มักไม่คัน แต่เวลาคดจะเจ็บ ต่อมาจะแตกออกเป็นหลุมตื้นๆ (ulcer) อาการจะดีขึ้นและแผลหายไปใน 7 – 10 วัน</p> <p>ในเด็กทารกและเด็กเล็กอายุต่ำกว่า 5 ปี บางรายอาจมีอาการแทรกซ้อนรุนแรง เช่น เยื่อหุ้มสมองอักเสบ (aseptic meningitis) ก้านสมองอักเสบ (brain stem encephalitis) ตามมาด้วยปอดบวมน้ำ (pulmonary edema) กล้ามเนื้อหัวใจอักเสบ และระบบหัวใจ ระบบไหลเวียนโลหิตล้มเหลว ทำให้เสียชีวิตได้ สัญญาณอันตรายได้แก่ ไข้สูงไม่ลดลง ชีพ อาเจียนบ่อย หอบ และแขนขาอ่อนแรง เกิดภาวะอัมพาตคล้ายโปลิโอ</p>
หากติดเชื้อแล้วจะเริ่มแสดงอาการเมื่อใด	ส่วนใหญ่แสดงอาการป่วยภายใน 3 - 5 วันหลังได้รับเชื้อ โดยไข้เป็นอาการแสดงเริ่มแรกของโรค
โรคนี้อันตรายได้หรือไม่	<p>โรคนี้อันตรายได้ โดยเฉพาะ แพทย์จะให้ยารักษาตามอาการ เช่น ยาลดไข้ ยาแก้ปวด ยาชาแก้เจ็บแผลในปาก ฯลฯ แต่ไม่มียาด้านไวรัสชนิดนี้โดยเฉพาะ</p> <p>โรคนี้อันตรายได้สำหรับผู้รับประทานอาหารได้ และพักผ่อนเพียงพอ ส่วนใหญ่อาการจะไม่รุนแรงและหายได้เองในช่วง 7-10 วัน</p> <p>ตามปกติ โรคนี้อันตรายไม่รุนแรง แต่เชื้อไวรัสบางชนิด เช่น เอนเทอโรไวรัส 71 อาจทำให้มีอาการรุนแรงได้ จึงควรสังเกตอาการของเด็ก โดยเฉพาะกลุ่มเด็กทารก เด็กเล็ก <u>หากพบมีไข้สูง ชีพ ไม่ยอมดื่มนมหรือทานอาหาร อาเจียนบ่อย หอบ แขนขาอ่อนแรง ชัก อาจเกิดภาวะสมองอักเสบ หรือน้ำท่วมปอด ซึ่งอาจรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิตได้ ต้องรีบพาไปพบแพทย์ทันที</u></p>

คำถาม	คำตอบ
<p>จะป้องกันโรคมือ เท้า ปากได้ อย่างไร</p>	<p>โรคนี้อย่างไม่มีวัคซีนป้องกัน แต่ป้องกันได้โดยการรักษา สุขอนามัยส่วนบุคคลที่ดี เช่น <u>การล้างมือด้วยน้ำและสบู่</u> เป็น ประจำหลังการขับถ่ายหรือเปลี่ยนผ้าอ้อมเด็ก และก่อนการ รับประทานอาหาร หรือป้อนอาหารเด็ก รวมถึงการไม่คลุกคลี ใกล้ชิด ใช้ภาชนะอาหาร หรือของใช้ร่วมกับผู้ป่วย ร่วมกับการ รักษาความสะอาดทั่วไป การจัดการสิ่งแวดล้อม เช่น ห้องน้ำ ห้อง ส้วม ห้องครัวให้ถูกสุขลักษณะ <u>โดยเฉพาะสอนให้เด็กล้างมือ</u> <u>หลังจากไปเล่นเครื่องเล่นในศูนย์การค้าและตลาดนัดเคลื่อนที่</u></p>
<p>หากบุตรหลานมีอาการป่วย ควรทำ อย่างไร</p>	<p><u>แยกเด็กป่วยเพื่อป้องกันไม่ให้เชื้อแพร่ไปยังเด็กคนอื่น ๆ</u> ผู้ปกครองควรรีบพาเด็กไปพบแพทย์ <u>และหยุดรักษาตัวที่บ้าน</u> <u>ประมาณ 5 - 7 วัน</u> หรือจนกว่าจะหายเป็นปกติ ระหว่างนี้ควร สังเกตอาการผิดปกติที่อาจเกิดขึ้น แต่หากเด็กมีอาการแทรกซ้อน เช่น ไข้สูง ซึม อาเจียน หอบ เป็นต้น ต้องรีบพากลับไปรับการ รักษาที่โรงพยาบาลทันที</p> <p>ไม่ควรพาเด็กไปสถานที่แออัด เช่น สนามเด็กเล่น สระ ว่ายน้ำ ตลาด และห้างสรรพสินค้า ควรอยู่ในที่ที่มีระบายถ่ายเท อากาศได้ดี ใช้ผ้าปิดจมูกปากเวลาไอจาม และระมัดระวังการไอ จามรดกัน <u>และผู้เลี้ยงดูเด็กต้องล้างมือให้สะอาดทุกครั้งหลัง</u> <u>สัมผัสน้ำมูก น้ำลาย หรืออุจจาระเด็ก</u></p>
<p>ผู้บริหารโรงเรียน หรือผู้จัดการสถาน รับเลี้ยง ควรดำเนินการ อย่างไรหาก มีเด็กป่วยจากโรค มือ เท้า ปาก</p>	<p>ผู้บริหาร โรงเรียน หรือผู้จัดการสถานรับเลี้ยงเด็กก่อน ควรดำเนินการ ดังนี้</p> <ul style="list-style-type: none"> ● แจ้งการระบาดไปที่หน่วยงานบริการสาธารณสุขในพื้นที่ เพื่อให้เจ้าหน้าที่ไปสอบสวนการระบาด ให้ ความรู้ และคำแนะนำเผยแพร่คำแนะนำ เรื่องโรคมือ เท้า ปากแก่ผู้ปกครองและเด็กนักเรียน รวมทั้งส่งเสริม พฤติกรรมอนามัยที่ช่วยป้องกันโรคติดต่อ โดยเฉพาะ การล้างมือ
<p>แนวทางการควบคุมโรคมือ เท้า ปาก ที่พบในโรงเรียน มีอะไรบ้าง</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● ให้ครูทำการคัดกรองเด็กทุกเช้า โดยดูแผลในปากและ ผื่นหรือตุ่มน้ำที่ฝ่ามือ เมื่อพบความผิดปกติให้พบ

คำถาม	คำตอบ
	<p>แพทย์เพื่อการวินิจฉัย หากพบว่าเป็นโรคมือ เท้า ปาก ให้เด็กหยุดเรียน 1 สัปดาห์ร่วมกับดำเนินมาตรการอื่นๆตามแนวทางการดำเนินงานควบคุมและป้องกันการระบาดของโรคมือ เท้า ปากในโรงเรียนและศูนย์เด็กเล็ก</p> <ul style="list-style-type: none"> ● หากพบแผลในปาก (เด็กมักจะบ่นว่าเจ็บปาก กินไม่ได้) ควรขอความร่วมมือจากผู้ปกครองให้เด็กหยุดเรียน 1 สัปดาห์ เนื่องจากผู้ป่วยบางรายอาจมีเพียงอาการแผลในปากเพียงอย่างเดียวโดยไม่มีผื่นตามมือหรือเท้าก็ได้ และสามารถแพร่เชื้อไปสู่เด็กคนอื่นๆและในสิ่งแวดล้อมได้และการรักษาสุขอนามัยของสภาพแวดล้อม และควรแยกของใช้ไม่ให้ปะปนกัน เช่น แก้วน้ำ ช้อนอาหาร ฯลฯ ● เผื่อระวังโดยตรวจเด็กทุกคน หากพบคนใดที่มีอาการโรคมือ เท้า ปาก ต้องรีบแยกออกและให้หยุดเรียน 7-10 วัน หรือจนกว่าจะหายป่วย เพื่อป้องกันไม่ให้แพร่เชื้อไปยังเด็กคนอื่นๆ ● ควรรีบพาเด็กป่วยไปพบแพทย์เพื่อรับการรักษาโดยเร็ว และดูแลเด็กอย่างใกล้ชิด ● พิจารณาปิดห้องเรียนที่มีเด็กป่วยหรือปิดทั้งโรงเรียนชั่วคราว (กรณีมีเด็กป่วยหลายห้อง หรือหลายชั้นเรียน) ประมาณ 5 - 7 วัน ร่วมกับทำความสะอาดห้องเรียนข้าวของเครื่องใช้ในชั้นเรียนที่ปิดด้วย ● หากพบว่ามีการระบาดของโรคมือ เท้า ปาก หรือ มีผู้ป่วยติดเชื้อเอนเทอโรไวรัส 71 ในโรงเรียนหรือศูนย์เด็กเล็ก พิจารณาให้ปิดชั้นเรียนที่มีเด็กป่วยมากกว่า 2 ราย หากมีการป่วยกระจายในหลายชั้นเรียนแนะนำให้ปิดโรงเรียนเป็นเวลา 5 วัน พร้อมทำความสะอาด

คำถาม	คำตอบ
	<p>อุปกรณ์รับประทานอาหาร, ของเล่นเด็ก, ห้องน้ำ, สระว่ายน้ำ และให้มั่นใจว่าน้ำที่ใช้ในโรงเรียนมีระดับคลอรีนที่ไม่ต่ำกว่ามาตรฐาน (0.2 ppm)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ทำความสะอาดสถานที่เพื่อฆ่าเชื้อโรค บริเวณห้องน้ำ ห้องส้วม สระว่ายน้ำ คริว โรงอาหาร บริเวณที่เล่นของเด็ก สนามเด็กเล่น โดยใช้สารละลายเจือจางของน้ำยาฟอกขาว (20 มิลลิลิตร ต่อน้ำ 1ลิตร) หรือน้ำยาทำความสะอาดที่ใช้ตามบ้านเรือน แล้วเช็ดล้างด้วยน้ำสะอาด ● ทำความสะอาดของเล่นเครื่องใช้ของเด็กด้วยการซักล้างแล้วผึ่งแดดให้แห้ง ● หยุดใช้เครื่องปรับอากาศ เปิดประตู หน้าต่าง ฝ้าม่าน ให้แสงแดดส่องให้ทั่วถึง
แจ้งการระบาดได้ที่ใดบ้าง	<ul style="list-style-type: none"> * สำนักระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค โทร. 0-2590-1882, 0-2590-1795 * สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดทุกแห่ง * สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร โทร. 0-2245-8106 * สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 5 นครราชสีมา โทร. 044-212-900, 044-212-903 <ul style="list-style-type: none"> - กลุ่มระบาดวิทยาและข่าวกรอง ต่อ 144 - กลุ่มสื่อสารความเสี่ยงและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ ต่อ 125

“สคร.5 ห่วงใย อยากเห็นคนไทยมีสุขภาพดี”

กลุ่มสื่อสารความเสี่ยง และพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ
 สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 5 นครราชสีมา อ.ราชสีมา-โชคชัย ต.หนองบัวศาลา อ.เมือง จ.นครราชสีมา 30000
 โทร. 0-4421-2900, 0-4421-2903 ต่อ 123,125 โทรสาร 0-4421-8018/ www.dpck5.com
 ส่งข้อเสนอแนะมาที่ E-mail : prdpc5korat@hotmail.com