

# เตือนภัย !!!

เทศบาลตำบลท่ายาง

## โรคมือ เท้า ปาก... ระบาดในเด็ก

### รู้จักโรคมือ เท้า ปาก

เกิดจากเชื้อ Coxsackie virus A16 และ Enterovirus 71 พบบ่อยในเด็กทารก และเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี โดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยงที่ควรเฝ้าระวังคือ กลุ่มเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี เนื่องจากไม่มีความสามารถในการรักษาความสะอาดส่วนตัว จึงมักแพร่เชื้อไวรัสไปสู่เด็กอื่น ๆ ได้ง่าย

\* โดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กที่อยู่รวมกันมากๆ อย่างโรงเรียนอนุบาล หรือสถานรับเลี้ยงเด็ก เป็นต้น

### อาการเป็นอย่างไร ?

มีไข้ต่ำๆ เบื่ออาหาร อ่อนเพลีย เจ็บคอ มีอาการคล้ายหวัด น้ำมูกไหล ท้องร่วง ถ่ายเหลว คออักเสบ อาเจียน หลังจากนั้นประมาณ 1-2 วันก็จะพบผื่นที่เยื่อในปาก มักจะเกิดที่บริเวณลิ้น และในช่องปาก ผื่นจะกลายเป็นแผลเล็กๆ สุกห้ายจะกลายเป็นตุ่มน้ำใสๆ และแตกเป็นแผล ในตุ่มน้ำใสๆ นี้ก็มีเชื้อไวรัสอยู่ด้วย ซึ่งจะหลุดไปเองภายในเวลาประมาณ 7-10 วันหากไม่มีการแทรกซ้อน

โรคนี้ไม่ใช่ โรค มือ เท้า ปาก ง่ายๆ ที่ระบาดในเด็ก



### ติดต่อทางไหน ?

เชื้อไวรัสนี้ สามารถแพร่กระจายไปสู่คนอื่นคนหนึ่งได้จากการกินอาหาร หรือดื่มน้ำที่ปนเปื้อนเชื้อไวรัสที่มาจากอุจจาระ และติดต่อได้ง่ายโดยการสัมผัสโดยตรงกับน้ำมูก น้ำลาย และน้ำจากในตุ่มใส ที่อาจติดมากับสิ่งของเครื่องใช้ต่าง ๆ หรือการไอ จาม รดกันก็ได้

### การป้องกัน

ทำได้โดยรักษาสุขอนามัยที่ดี ไม่ว่าจะเป็นการรักษาความสะอาด ตัดเล็บให้สั้น หมั่นล้างมือด้วยน้ำสบู่บ่อย ๆ โดยเฉพาะหลังการขับถ่าย และก่อนรับประทานอาหาร รวมทั้งใช้ช้อนกลาง และไม่ใช้สิ่งของร่วมกัน

### มีวัคซีนป้องกันได้หรือไม่ ?

โรคนี้ไม่มีวัคซีนป้องกัน และไม่มีการรักษาโดยเฉพาะ จึงเป็นการรักษาตามอาการ เช่น ให้อาบน้ำอุ่น อาบน้ำบ่อยๆ ทั้งนี้ควรเช็ดตัวผู้ป่วยเป็นระยะ ๆ ให้อาหารอ่อน ๆ ดื่มน้ำและผลไม้ และนอนพักผ่อนให้มาก ๆ ถ้าเป็นเด็กเล็กอาจต้องป้อนนมแทนการให้ดูดจากขวดนม และผู้ปกครองต้องหมั่นสังเกตอาการบุตรหลานเป็นระยะๆ

### วิธีการป้องกันเบื้องต้น !!!



หมั่นล้างมือบ่อย ๆ (ด้วยน้ำและสบู่)

โดยเฉพาะหลังการขับถ่าย และก่อนรับประทานอาหาร



หลีกเลี่ยงการใช้ของร่วมกัน เช่น แก้วน้ำ หลอดดูด ช้อน-ส้อม ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดมือ และแปรงสีฟัน เป็นต้น

### ข้อควรระวัง

หากพบลูกหลานมีอาการโรคมือ เท้า ปาก ควรให้หยุดไปโรงเรียน เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อสู่ผู้อื่น และหากพบผู้ป่วยในโรงเรียน ต้องแยกผู้ป่วยออกจากกลุ่มเพื่อน และทางโรงเรียนต้องคอยทำความสะอาดพื้น ท้องน้ำ สุขา เครื่องใช้ ของเล่น สนามเด็กเล่น ตลอดจนเสื้อผ้า ที่อาจปนเปื้อนเชื้อ ด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อที่ใช้ทั่วไปภายในบ้าน

"เรามาป้องกันตัวเองและลูกหลาน...  
ให้ห่างไกล "โรค มือ เท้า ปาก"  
เป็นวิธีที่ดีที่สุดที่สุดค่ะ !!"



ด้วยความปรารถนาดีจากเทศบาลตำบลท่ายาง