

คู่มือ

โรคที่มากับฤดูร้อน



สคร.1 กรุงเทพฯ
กรมควบคุมโรค DDC

คำนำ

ประเทศไทยกำลังเข้าสู่ฤดูร้อน อากาศที่ร้อนและแห้งแล้ง เหมาะกับการเจริญเติบโตของเชื้อโรคอย่างมาก โดยเฉพาะเชื้อแบคทีเรีย ยิ่งพื้นที่ที่ขาดแคลนน้ำดื่มน้ำใช้ที่สะอาด ยิ่งมีความเสี่ยงสูงที่จะเกิดการระบาดของโรคติดต่อทางอาหารและน้ำ จึงขอให้ระมัดระวังความสะอาดของอาหารและน้ำดื่มเป็นพิเศษ และยึดหลักปฏิบัติในชีวิตประจำวันง่ายๆ ได้แก่ กินร้อน คือ กินอาหารที่ปรุงสุกใหม่ๆ หากยังไม่กิน ต้องเก็บในตู้เย็นหรืออุ่นให้ร้อนก่อนกิน ใช้ช้อนกลางในการกินอาหารร่วมกัน ล้างมือทุกครั้งก่อนกินอาหารและหลังใช้ห้องน้ำห้องส้วม ดื่มน้ำที่สะอาด เช่น น้ำดื่มบรรจุขวดที่มีเครื่องหมาย อย. หรือน้ำต้มสุก

โรคที่มักเกิดในฤดูร้อนพบได้บ่อยทุกปี มี 6 โรค ได้แก่ โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน (Acute Diarrhea) โรคอาหารเป็นพิษ (Food Poisoning) บิด (Dysentery) ไทฟอยด์ (Typhoid) อหิวาตกโรค (Cholera) และโรคพิษสุนัขบ้า (Rabies)

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 1 กรุงเทพฯ มีความห่วงใยสุขภาพของประชาชนในช่วงฤดูร้อน จึงได้จัดทำคู่มือโรคที่มากับฤดูร้อน เพื่อให้ประชาชนได้รับรู้รับทราบเพื่อเป็นข้อมูลในการป้องกันตนเองและคนรอบข้าง ให้ปลอดภัยจากโรคดังกล่าว และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าคู่มือสำหรับประชาชนที่ได้จัดทำขึ้นนี้ จะเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพของพี่น้องประชาชนทุกท่าน ให้รู้ก่อน รู้ทัน ป้องกันได้

ด้วยความปรารถนาดี

กลุ่มสื่อสารความเสี่ยงและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ
สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 1 กรุงเทพฯ

โรคติดต่อทางอาหารและน้ำ

สาเหตุและการบ่งชี้โรค

โรคอุจจาระร่วง

เกิดจากเชื้อต่างๆ เช่น แบคทีเรีย ไวรัส โปรโตซัว และหนอนพยาธิ สามารถติดต่อได้โดยการรับประทานอาหารหรือดื่มน้ำที่มีเชื้อโรคปนเปื้อนเข้าไป อาการสำคัญคือ ถ่ายอุจจาระเหลวตั้งแต่ 3 ครั้งขึ้นไปต่อวัน หรือถ่ายเป็นน้ำ หรือถ่ายเป็นมูกปนเลือด แม้เพียง 1 ครั้ง อาจมีอาการร่วมด้วย โดยอาการมีตั้งแต่เพียงเล็กน้อยถึงอาการรุนแรงจากภาวะขาดน้ำและเกลือแร่ อาจทำให้ช็อค หมดสติ และเสียชีวิตได้



โรคอาหารเป็นพิษ

เกิดจากพิษของเชื้อแบคทีเรีย (เช่น เชื้อซาลโมเนลล่า) เชื้อรา ไวรัส เห็ด สารเคมีและโลหะหนักที่ปนเปื้อนอยู่ในอาหาร สามารถติดต่อได้โดยการรับประทานอาหารที่ปนเปื้อนเชื้อหรือสารพิษนั้นเข้าไป ซึ่งมักพบในอาหารที่ปรุงสุกๆ ดิบๆ จากเนื้อสัตว์ที่ปนเปื้อนเชื้อ เช่น เนื้อไก่ เนื้อหมู เนื้อวัว และไข่เป็ด ไข่ไก่ รวมทั้งอาหารกระป๋อง อาหารทะเล เห็ดพิษ และน้ำมันที่ยังไม่ได้ผ่านการฆ่าเชื้อ นอกจากนี้อาจพบในอาหารที่ทำไว้ล่วงหน้านานๆ แล้วไม่ได้แช่เย็นไว้ และไม่ได้อุ่นให้ร้อนพอก่อนรับประทานอาหารจะทำให้เป็นโรคนี้ได้ อาการสำคัญคือ มีไข้ ปวดท้อง เนื่องจากเชื้อโรคทำให้เกิดการอักเสบที่กระเพาะอาหารและลำไส้

นอกจากนี้ มีอาการปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามเนื้อตัว คลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร อุจจาระร่วง ซึ่งถ้าถ่ายมากจะเกิดอาการขาดน้ำและเกลือแร่ได้ และบางรายอาจมีอาการรุนแรง เนื่องจากมีการติดเชื้อ และเกิดการอักเสบที่อวัยวะต่างๆ ของร่างกาย เช่น ข้อและกระดูก งู้น้ำดี กล้ามเนื้อหัวใจ ปอด ไต เยื่อหุ้มสมอง และเมื่อเชื้อเข้าสู่กระแสโลหิต จะทำให้เกิดโลหิตเป็นพิษ ซึ่งอาจทำให้เสียชีวิตได้ โดยเฉพาะเด็กทารก เด็กเล็ก และผู้สูงอายุ



โรคบิด

เกิดจากเชื้อบิด ซึ่งเป็นเชื้อแบคทีเรียหรืออมีบา สามารถติดต่อได้โดยการรับประทานอาหาร ผักดิบ หรือน้ำดื่มที่มีเชื้อโรคปนเปื้อนเข้าไป อาการสำคัญคือ ถ่ายอุจจาระกะปริบะปรอย อุจจาระมีมูกหรือมูกปนเลือด ซึ่งเป็นผลจากการอักเสบที่เกิดจากเชื้อรุกร้าผ่านผนังลำไส้ และทำให้เกิดฝีขนาดเล็กที่ลำไส้ใหญ่ ร่วมกับมีไข้ คลื่นไส้ อาเจียน ตะคริว กล้ามเนื้อเกร็ง ปวดท้องแบบปวดเบ่งคล้ายถ่ายอุจจาระไม่สุด ซึ่งบางคนอาจเป็นโรคนี้อีกครั้งได้



อหิวาตกโรค

เกิดจากเชื้ออหิวาตกโรคซึ่งเป็นเชื้อแบคทีเรียหรือมีบา สามารถติดต่อได้โดยการรับประทานอาหาร หรือดื่มน้ำที่มีเชื้อปนเปื้อนเข้าไป อาการสำคัญ คือ ถ่ายอุจจาระเป็นน้ำครวระหลายๆ ส่วนใหญ่ไม่มีอาการปวดท้อง ไปจนกระทั่งมีการถ่ายอุจจาระเหลวสีคล้ายน้ำซาวข้าว กลิ่นเหม็นคาวจัด อาจมีอาเจียนร่วม และมีอาการขาดน้ำและเกลือแร่อย่างรวดเร็ว คือ กระหายน้ำ ปากแห้ง กระสับกระส่าย อ่อนเพลีย ตาลึกโหล ผิวหนังเหี่ยวย่น ปัสสาวะน้อย หรือไม่มีปัสสาวะหายใจลึกผิดปกติ ชีพจรเต้นเบาเร็ว อาการเหล่านี้เกิดขึ้นรวดเร็ว ผู้ป่วยจะอยู่ในภาวะช็อค หมดสติ เนื่องจากเสียน้ำไปมาก สำหรับในรายที่มีอาการรุนแรงอาจถึงแก่ความตายในเวลาอันรวดเร็ว ถ้าไม่ได้รับการรักษาทันทั่วทั้งที



ไข้ไทฟอยด์ หรือไข้รากสาดน้อย

เกิดจากเชื้อไทฟอยด์ ซึ่งเป็นเชื้อแบคทีเรีย สามารถติดต่อได้โดยรับประทานอาหารและน้ำที่ปนเปื้อนอุจจาระและปัสสาวะของผู้ป่วย อาการสำคัญ คือ มีไข้สูงลอย 40 องศาเซลเซียส เป็นระยะเวลานาน ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามตัว อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร แน่นท้อง ท้องอืด ผู้ป่วยอาจมีอาการท้องผูก หรือบางรายอาจท้องเสียได้ ผู้ป่วยที่เป็นโรคนี้เรื้อรังจะมีเชื้อปนออกมากับอุจจาระและปัสสาวะเป็นครั้งคราว ซึ่งจะทำให้ผู้นั้นเป็นพาหะของโรคได้ถ้าไปประกอบอาหารโดยไม่สะอาด หรือไม่สุก ก็จะทำให้เชื้อไทฟอยด์แพร่ไปสู่ผู้อื่นได้

โรคติดต่อทางอาหารและน้ำดังกล่าวข้างต้น แม้ว่าจะมีสาเหตุของการเกิดโรคต่างกัน แต่จะมีวิธีการติดต่อที่คล้ายคลึงกัน คือ เชื้อโรคจะเข้าสู่ร่างกายได้โดยการรับประทานอาหาร หรือดื่มน้ำที่ปนเปื้อนเชื้อเข้าไป เช่น อาหารที่ปรุงสุกๆ ดิบๆ เช่น สลัด ก๋วยเตี๋ยว อาหารที่มีแมลงวันตอม หรืออาหารที่ทำไว้ล่วงหน้านานๆ โดยไม่ได้แช่เย็นไว้ และไม่ได้อุ่นให้ร้อนพอก่อนรับประทาน ทั้งนี้ ผู้ป่วยที่เป็นโรคดังกล่าวข้างต้น สามารถแพร่เชื้อได้ทางอุจจาระ และหากเป็นผู้ประกอบอาหารหรือพนักงานเสิร์ฟอาหาร ก็จะมีโอกาสแพร่เชื้อให้ผู้อื่นได้มาก



การรักษา

1. ในระยะเริ่มแรกที่มีอาการอุจจาระร่วงหรืออาเจียนเล็กน้อย ควรให้ผู้ป่วยดื่มน้ำหรืออาหารเหลวที่มีอยู่ในบ้านมากๆ อาจเป็นน้ำข้าว น้ำแกงจืด น้ำผลไม้ หรือข้าวต้ม และให้ดื่มสารละลายน้ำตาลเกลือแร่ (โอ อาร์ เอส) ในสัดส่วนที่ถูกต้อง โดยใช้ผงน้ำตาลเกลือแร่ 1 ซอง ผสมกับน้ำต้มสุกเย็น 1 แก้ว (250 มิลลิลิตร) หรือเตรียมสารละลายเกลือแร่เอง โดยการผสมน้ำตาลทราย 2 ช้อนโต๊ะ เกลือป่นครึ่งช้อนชา ละลายกับน้ำต้มสุกที่เย็นแล้ว 1 ขวดน้ำพลาสติก (750 ซีซี) และให้ผู้ป่วยดื่มน้ำทีละน้อยๆ แต่บ่อยครั้ง เพื่อเป็นการทดแทนน้ำและเกลือแร่ที่สูญเสียไปเนื่องจากการถ่ายอุจจาระบ่อยครั้ง

สารละลายน้ำตาลเกลือแร่ที่ผสมแล้ว ควรดื่มให้หมดภายใน 1 วัน ถ้าเหลือให้เททิ้งแล้วผสมใหม่วันต่อวัน การรักษาดังกล่าวนี้จะทำให้ผู้ป่วยมีอาการดีขึ้น แต่ถ้าผู้ป่วยยังถ่ายบ่อยและมีอาการมาก เช่น อาเจียนมากขึ้น ไข้สูง หรือชัก หรือเกิดอาการขาดน้ำ ควรนำไปตรวจรักษาที่สถานบริการสาธารณสุข โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล หรือโรงพยาบาลที่อยู่ใกล้บ้านโดยเร็วต่อไป



2. เด็กที่ดื่มนมแม่ ให้ดื่มนมแม่ต่อไปพร้อมกับป้อนสารละลายน้ำตาลเกลือแร่บ่อยๆ สำหรับเด็กที่ดื่มนมผง ให้ผสมนมเจือจางลง และให้ดื่มเพียงครั้งเดียวของปริมาณที่เคยดื่ม แล้วให้ดื่มสารละลายน้ำตาลเกลือแร่สลับกันไป (ไม่ควรผสมสารละลายน้ำตาลเกลือแร่ลงในนมผสม)

3. เริ่มให้ผู้ป่วยรับประทานอาหารอ่อน ย่อยง่าย เช่น โจ๊ก หรือ ข้าวต้ม ภายใน 4 ชั่วโมง หลังจากดื่มน้ำตาลเกลือแร่ เพื่อช่วยให้ลำไส้ได้อาหารและฟื้นตัวได้เร็วขึ้น

4. หยุดให้สารละลายน้ำตาลเกลือแร่ เมื่อผู้ป่วยมีอาการดีขึ้น เช่น ถ่ายน้อยลง เป็นต้น หลังจากนั้นให้รับประทานอาหารอ่อน ย่อยง่าย ครั้งละน้อยๆ และเพิ่มจำนวนมื้อ

5. ไม่ควรกินยาเพื่อให้หยุดถ่าย เพราะจะทำให้เชื้อโรคยังคงอยู่ในร่างกาย ซึ่งจะเป็นอันตรายมากขึ้น

6. การใช้ยาปฏิชีวนะ ควรอยู่ในการดูแลของแพทย์



การป้องกัน



1. ล้างมือให้สะอาดทุกครั้งก่อนปรุงอาหาร ก่อนรับประทานอาหาร หรือก่อนเตรียมนมให้เด็ก และภายหลังจากการเข้าห้องน้ำ หรือห้องส้วมทุกครั้ง



2. ดื่มน้ำที่สะอาด หรือน้ำต้มสุก รับประทานอาหารที่สะอาด และสุกใหม่ๆ ไม่ควรรับประทานอาหารสุกๆ ดิบๆ โดยเฉพาะอาหารที่ปรุงสุกจากเนื้อสัตว์ หรืออาหารที่มีแมลงวันตอม หากต้องการจะเก็บรักษาอาหารที่ปรุงสุกแล้วไว้รับประทานในวันต่อไป ควรใส่ไว้ในภาชนะที่ปิดมิดชิด เก็บไว้ในตู้เย็น และนำมาอุ่นให้ร้อนก่อนรับประทานทุกครั้ง และเก็บอาหารที่ปรุงสุกแล้ว ควรแยกจากอาหารหรือวัตถุดิบที่ยังไม่ปรุง เพื่อไม่ให้เกิดการปนเปื้อน



3. การกำจัดขยะมูลฝอย เศษอาหาร และสิ่งปฏิกูลบริเวณรอบๆ บ้านทุกวัน เพื่อมิให้เป็นแหล่งเพาะพันธุ์แมลงวัน และป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อโรค

4. ถ่ายอุจจาระในส้วมที่ถูกสุขลักษณะ (เช่น ส้วมซึม) ทุกครั้ง เพื่อมิให้เป็นการแพร่โรคจากผู้ป่วยได้

5. สำหรับผู้ประกอบการอาหารและพนักงานเสิร์ฟอาหาร ควรหมั่นล้างมือก่อนจับต้องอาหารทุกครั้ง ดูแลรักษาความสะอาดภายในครัว และอุปกรณ์เครื่องใช้ในการประกอบอาหาร ตลอดจนกำจัดขยะมูลฝอย



เศษอาหารทุกวัน และหากมีอาการอุจจาระร่วง ควรหยุดปฏิบัติงาน จนกว่าจะหายหรือตรวจไม่พบเชื้อในอุจจาระ

6. สำหรับผู้ประกอบการผลิตและจำหน่ายน้ำแข็ง น้ำดื่ม ควรระมัดระวังโดยต้องนำน้ำที่สะอาด ปราศจากเชื้อโรคมาผลิตรวมทั้ง การขนย้ายเพื่อจำหน่าย ต้องดำเนินการให้ถูกสุขาภิบาลอาหารและน้ำ

7. ผู้ประกอบการฟาร์มเลี้ยงสัตว์ โรงงานฆ่าสัตว์ จำหน่าย เนื้อสัตว์ รวมไปถึงร้านอาหารทุกประเภท ควรดูแลสุขภาพอนามัย ของสัตว์เลี้ยงไม่ให้เป็นโรคติดต่อ และหมั่นทำความสะอาดสถานที่ ประกอบการ ให้มีการบำบัดหรือกำจัดน้ำเสีย และกำจัดขยะมูลฝอย บริเวณโดยรอบ เพื่อไม่ให้เป็นแหล่งเพาะพันธุ์แมลงวัน

8. แหล่งชุมชนชั่วคราว เช่น บริเวณก่อสร้าง ควรจัดให้มีน้ำดื่ม ที่สะอาด มีส่วนที่ถูกสุขลักษณะ มีการกำจัดขยะมูลฝอย และน้ำเสียที่ เหมาะสมในบริเวณชุมชนก่อสร้าง ตลอดจนให้มีการให้สุศึกษาแก่คนงาน ในการป้องกันโรค

9. แหล่งผลิตหรือจับสัตว์น้ำได้แก่ บริเวณ สะพานปลา เรือประมง จะต้อง มี สุขาภิบาลสิ่งแวดล้อมที่ดี ส่วนถูก สุขลักษณะ น้ำดื่มสะอาด เช่น น้ำ ต้มสุก น้ำใช้ เช่น น้ำประปา หรือน้ำ ที่มีปริมาณคลอรีน 0.2-0.5 มิลลิกรัม ต่อลิตร รวมถึงอนามัยส่วนบุคคลของ ผู้ประกอบการนั้นๆ



โรคพิษสุนัขบ้า หรือโรคกลัวน้ำ

สาเหตุและการของโรค

เกิดจากเชื้อไวรัสโรคพิษสุนัขบ้า เป็นโรคติดต่อกับสัตว์เลือดอุ่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งสัตว์เลี้ยงลูกด้วยน้ำนม ติดต่อมาสู่คน โดยถูกสัตว์ที่มีเชื้อโรคพิษสุนัขบ้ากัด ข่วน หรือเลียบริเวณที่มีแผลรอยขีดข่วน หรือน้ำลายของสัตว์ที่มีเชื้อโรคพิษสุนัขบ้าเข้า ปาก จมูก สัตว์ที่น่าโรคที่สำคัญที่สุด ได้แก่ สุนัข รองลงมาคือแมว และอาจพบในสัตว์อื่นๆ หลายชนิด ทั้งสัตว์เลี้ยง เช่น หมู ม้า วัว ควาย และสัตว์ป่า เช่น ลิง ชะนี กระรอก กระแต เป็นต้น เมื่อคนได้รับเชื้อแล้ว และไม่ได้รับการป้องกันที่ถูกต้อง ส่วนใหญ่จะมีอาการปรากฏหลังจากรับเชื้อ 15 - 60 วัน บางรายอาจน้อยกว่า 10 วัน หรือนานเป็นปี ผู้ป่วยที่เป็นโรคนี้ขณะนี้ ยังไม่มียารักษา ผู้ป่วยต้องเสียชีวิตทุกราย ฉะนั้นการป้องกันโรคจึงเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด



อาการที่สำคัญของโรคในคน เริ่มด้วยการปวดศีรษะ มีไข้ต่ำๆ เจ็บคอ ปวดเมื่อยตามตัว เบื่ออาหาร อ่อนเพลีย อาการที่พบบ่อยๆ คือ คันบริเวณบาดแผลที่ถูกกัด ซึ่งแผลอาจจะหายสนิทไปนานแล้ว ต่อมา ลุกلاميไปที่อื่นๆ ผู้ป่วยจะเกามากจนเลือดออกซิบๆ และมีอาการ กลืนลำบาก เพราะกลืนเนื้อที่ลำคอและกล่องเสียงหดหรือเกร็งตัว ยากดื่มน้ำแต่กลืนไม่ได้ ทำให้มีอาการกลืนน้ำ น้ำลายฟูมปาก บ้วนน้ำลาย บ่อย กระวนกระวาย ตื่นเต้น ใจคอหงุดหงิด หายใจเร็ว ประสาทสัมผัส จะไวต่อการกระตุ้น ทำให้ตกใจง่ายและสะดุ้งผวาเมื่อถูกกลม หรือได้ยิน เสียงดัง กล้ามเนื้อแขนขาเกร็งกระตุก ระยะหลังจะเป็นอัมพาตหมดสติ และเสียชีวิตภายใน 2-7 วัน นับจากเริ่มแสดงอาการ



วิธีสังเกตสุนัขหรือแมวที่เป็นโรคกลัวน้ำคือ ระยะแรก สัตว์จะมีนิสัยผิตไปจากเดิม ต่อมาจะมีอาการตื่นเต้น ตกใจง่าย กระวนกระวาย กระโดดงับลมหรือแมลง กินของแปลกๆ เช่น เศษไม้ หิน ดิน ทรา ยกัดทุกสิ่งทุกอย่างที่ขวางหน้า กินอาหารได้น้อยลง ม่านตาเบิกขยาย และจะไวต่อแสงและเสียง ระยะสุดท้ายจะมีอาการอัมพาต ทำให้เสียงเห่าหอนผิดปกติ หลังแข็ง หางตก ลิ้นห้อย โดยคางจะห้อย น้ำลายไหล ชี้ม กลืนไม่ได้ ขากรรไกรแข็ง อ้าปากค้าง ขาสั่น เดินไม่มั่นคง อาการอัมพาตจะลุกลามไปทั่ว แล้วจะล้มลง ชัก และตายภายใน 10 วัน นับตั้งแต่วันเริ่มแสดงอาการ

อย่างไรก็ตาม สัตว์บางตัวอาจมีอาการแบบซึมโดยแสดงอาการระยะตื่นเต้นสั้นหรือไม่แสดงอาการเลย ซุกซ่อนตัวอยู่ในที่มืด และเจียบๆ ไม่กินอาหาร อาจเอาเท้าตะกรุยคอกคล้ายกระดุกติดคอก โดยไม่มีอาการดุร้ายให้เห็น จะกัดคนต่อเมื่อถูกรบกวน ดังนั้นจึงต้องสนใจระมัดระวังและไปพบแพทย์หลังถูกกัด



การป้องกัน

1. นำสัตว์เลี้ยง เช่น สุนัข แมว ไปฉีดวัคซีนป้องกันโรคพิษสุนัขบ้าอย่างน้อยปีละครั้ง ตามพระราชบัญญัติโรคพิษสุนัขบ้ากำหนด เจ้าของต้องนำสุนัขไปรับการฉีดวัคซีนเข็มแรกเมื่อสุนัขอายุ 2-4 เดือน และควรฉีดกระตุ้นหลังจากการฉีดเข็มแรก 1-3 เดือน

2. ระวังบุตรหลานไม่ให้เล่นคลุกคลีกับสุนัข หรือสัตว์เลี้ยงที่ยังไม่ได้ฉีดวัคซีน หรือไม่ทราบประวัติการฉีดวัคซีน ควรนำสัตว์ที่นำมาเลี้ยงไปรับการฉีดวัคซีนโดยเร็วที่สุด เพราะสัตว์ที่ได้รับวัคซีนถูกต้องแล้วประมาณ 1 เดือน จึงจะมีภูมิคุ้มกันต่อโรคนี้ และถ้าไม่ต้องการให้สุนัขมีลูก ควรนำไปคุมกำเนิด เช่น ทำหมัน ฉีดยาคุม

3. ควรทิ้งขยะ เศษอาหารในที่ที่มีฝาปิดมิดชิด หรือกำจัดโดยการฝัง หรือเผา เพื่อป้องกันไม่ให้เป้นแหล่งอาหารของสุนัขจรจัด และดูแลสุนัขอย่างรับผิดชอบ ไม่ควรปล่อยไว้ก่อความรำคาญเสียหายต่อผู้อื่น



4. เมื่อถูกสุนัข หรือสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนมกัด ให้รีบล้างแผลด้วยสบู่และน้ำสะอาดหลายๆ ครั้ง เช็ดให้แห้งแล้วใส่สารละลายไอโอดีนที่ไม่มีแอลกอฮอล์ เช่น โพวิโดน ไอโอดีน หรือยารักษาแผลสดอื่นๆ พร้อมทั้งติดตามหาเจ้าของสุนัขที่กัดเพื่อสอบถามประวัติการฉีดวัคซีน ป้องกันโรคพิษสุนัขบ้าและประวัติของสุนัขเพื่อเฝ้าสังเกตอาการต่อไป แล้วรีบไปพบแพทย์ หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่ใกล้ที่สุด เพื่อรับคำแนะนำในการฉีดวัคซีน และอิมมูโนโกลินป้องกันโรคพิษสุนัขบ้า และถ้าต้องได้รับการฉีดวัคซีน และอิมมูโนโกลิน จะต้องไปฉีดให้ครบตามนัดและปฏิบัติตามคำแนะนำโดยเคร่งครัด

5. ควรกักขังสุนัขและแมวที่กัดไว้เพื่อดูอาการ อย่างน้อย 10 วัน โดยในระหว่างนี้ ควรให้อาหารและน้ำตามปกติ แต่ต้องระมัดระวัง และไม่คลุกคลีด้วย ถ้าสัตว์มีอาการผิดปกติให้รีบไปพบแพทย์ทันที และถ้าสัตว์ตาย ในระหว่างนี้ ให้ตัดหัวส่งตรวจ กรณีที่มีอาการชัดเจน หรือเป็นสัตว์ป่า หรือไม่มีเจ้าของ และกักขังไม่ได้ ให้ฆ่าทันที แล้วรีบตัดหัวส่งตรวจ ทั้งนี้โปรดระวังอย่าทำให้สมองเละ เพราะจะทำให้ตรวจไม่ได้





และในการตัดหัวสัตว์ส่งตรวจนั้น ควรสวมถุงมือกันน้ำหรือใช้ถุงพลาสติกหุ้มมือ ขณะทำการตัด (ผู้ที่มีบาดแผลที่มือไม่ควรและต้องสัตว์นั้น) แล้วนำถุงพลาสติกครอบส่วนหัวสุนัขก่อนใช้มีดคมๆ ตัดตรงรอยข้อต่อระหว่างหัวกับคอ รวบถุงพลาสติกที่ครอบส่วนหัวสุนัขไว้ และนำไปใส่ลงในถุงพลาสติกหนาๆ อีกชั้นหนึ่ง **ไม่ควรใช้มีดปิ้งต่อ หรือขวานสับ เพราะเชื้ออาจกระเด็นเข้าปากและตาได้** ใส่หัวสัตว์ลงในถุงพลาสติกรัดปากถุงให้แน่น และใส่ภาชนะที่มีความเย็น เช่น กระติกที่มีน้ำแข็งอยู่ เพื่อกันไม่ให้เน่า รีบส่งห้องปฏิบัติการตรวจโรคพิษสุนัขบ้าทันที

6. เมื่อพบเห็นสุนัข หรือสัตว์มีอาการที่คิดว่าจะเป็นโรคนี้ ให้แจ้งเจ้าหน้าที่ปศุสัตว์ หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข องค์การบริหารส่วนตำบล หรือเทศบาลทราบโดยด่วน เพื่อดำเนินการควบคุมโรคไม่ให้แพร่ไปที่อื่น และติดตามคนที่ถูกสุนัขตัวดังกล่าวกัด ช่วน มารับการฉีดวัคซีน

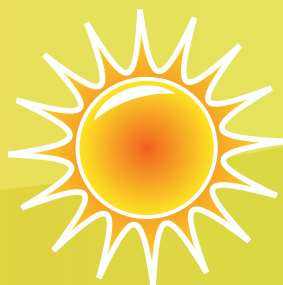
7. ถ้าพบคนที่ถูกสุนัขกัด ควรแนะนำให้รีบล้างแผล ใส่ยา และไปพบแพทย์ หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ที่สถานบริการสาธารณสุข หรือโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโดยเร็ว



กรณีข้อควรระวังอื่นๆ

ในฤดูร้อนนี้ อากาศจะร้อนและอาจแห้งแล้ง การเก็บ กักน้ำไว้เพื่อบริโภค อุปโภค ต้องปิดภาชนะใส่น้ำให้มิดชิด ป้องกันไม่ให้ยุงเป็นแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลาย ซึ่งเป็นสาเหตุของไข้เลือดออกได้





ด้วยความปรารถนาดีจาก
สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 1 กรุงเทพฯ
โทร. 0-2972-9606-9