



ดูภาพนำรู้คู่ชุมชน

“บริการดี มีน้ำใจ ชื่อลือช่”

www.thatoomHSP.com

Tel.0-4459-1126

ชวนลูกศึกษาและประชาสัมพันธ์ รพ.ท่าตูม

ไขชก



Q: บางทีลูกมีไข้หนาวสั่น แม่บางคนนึกว่าเป็นไขชกได้นะจ๊ะ .. แล้วจะแยกกันยังงัย?

A: ไขชกส่วนมาก เด็กจะมีอาการตาค้าง ไม่รู้สึกตัว แขนขาเกร็งหรือกระตุก อาจมีปัสสาวะหรืออุจจาระราด ส่วนในไข้หนาวสั่น เด็กยังรู้สึกตัว ตอบสนองต่อเสียงได้ เช่น เรียกแล้วหัน หรือตกใจเมื่อได้ยินเสียงดัง ไม่มีตาเหลือกค้าง

Q: เวลาลูกชัก สติหด ...ทำไวก่อนดี ..ใช้อะไรจัดปากลูกดี?

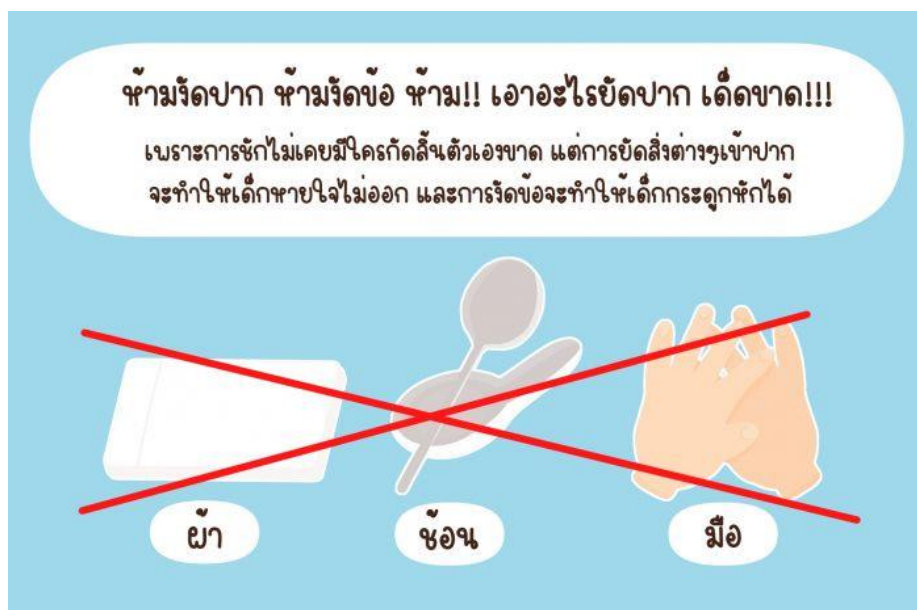
A: อันดับแรก คือ.. กวักมือเรียกสติกลับมาก่อนคะ ปลอบตัวเองก่อนว่า ไขชกไม่ทำให้ลูกตาย แต่ลูกจะตายถ้าเราดูแลผิดๆ คะ สูดหายใจเข้าลึกๆ แล้วบอกตัวเองเบาๆ ว่า .. สู้เว้ยยย! นึกอะไรไม่ออก จับลูกนอนตะแคงก่อน แล้วทำตามนี้เลยจ้า

1. จับลูกนอนตะแคง (ข้างไหนก็ได้คะ) ไม่หนุนหมอน เพื่อให้ศีรษะต่ำ น้ำมูกน้ำลายไหลออกมปาก (ลูกจะได้ไม่สำลักน้ำลาย ลงหลอดลมตัวเองคะ)
2. คลายเสื้อผ้าให้หลวม เคลียร์พื้นที่รอบๆ ให้ปลอดภัยจากสิ่งกีดขวาง (ไม่ให้ลูกเตะโต๊ะเตะเก้าอี้)



3. ห้ามกัดปาก/ห้ามกัดข้อ

- **ห้ามกัดปาก** คือ ห้าม!!เอาอะไรกัดปาก ไม่ว่าจะเป็นผ้ายัด ซ้อนกัด ปากกัด น้ืแม่ล้วง เพราะใช้ชักไม่เคยมีใครกัดลิ้นตัวเองขาด แต่!!การกัดสิ่งต่างๆ เข้าปาก จะยิ่งทำให้เด็กหายใจไม่ออก บางครั้งฟันลูกหลุดลงไปอุดหลอดลมเสียชีวิตได้คะ ฉะนั้น .. เรื่องการพิสูจน์รักโดยการเอาน้ืตัวเองกัดปากคนชัก ผิด!!นะคะ ไม่ต้องเอาอะไรเข้าปากเลย เจอใครทำแบบนี้ บอกเลยคะว่า out!! ไปแล้วจ้ะ
- **ห้ามกัดข้อ** คือบางคนเห็นลูกชัก พยายามจับแขน กดขา กัดข้อ .. ไม่ต้องนะคะ จับไปไม่ช่วยอะไรเลย จับแรงไปลูกกระดูกหักแทนคะ



อ้าว? งั้นให้ยื่นทำอะไรละ สรุบจับลูกนอน..แล้วไงต่อ? .. สิ่งที่ต้องทำคือเตรียมอุปกรณ์เช็ดตัวคะ

4. เช็ดตัวให้ลูก อุปกรณ์มีกะล้งม้ง ใส่น้ำก็อก (อุณหภูมิปกติ ไม่ร้อน ไม่เย็น)

วิธีการเช็ดตัวให้ทารกน้อย

เช็ดตัวในที่
ไม่มีลมโกรก



ปิดพัดลม



ปิดแอร์

ใช้ผ้าไหม ไม่แฉะมาก 3-5 ผืน ในการเช็ดตัว



ผ้าแห้งรอบมือ

บีบผ้าขึ้น

ใช้ใ้กุดหาอุณหภูมิ

ถ้าลูกมีไข้สูงมาก
ให้ใช้ใ้กุด (ไม่ร้อน)



ผ้าเช็ด 3-5 ผืน เริ่มจากโปะผ้าที่หัว+คอ+ ซอก (ซอกรักแร้ ซอกขาหนีบ) แล้วเช็ดแขนขาหลังท้อง โดย
ย้อนเข้าหัวใจ หมั่นเปลี่ยนผ้าที่โปะหัว+คอ+ซอกทั้งหลายบ่อยๆ เมื่อผ้าเริ่มร้อน อย่างน้อย 10-15 นาที

1. เช็ดหัวและใบหน้าเบาๆ



2. หลังจากเช็ดแขนเสร็จ
ให้บีบผ้าแล้วคลุมไว้ที่หน้าผาก
เพื่อระบายความร้อน



3. เช็ดแขนง้องเงินเบาๆ
แล้วค้ำไว้ที่ข้อพับลึกๆ



4. หลังจากเช็ดแขนเสร็จ
ให้นับยาแล้วคลุมไว้ที่รักแร้
เพื่อระบายความร้อน



ให้ทำแบบนี้ทั้งแขนซ้ายและแขนขวา

5. เช็ดขาอ้องเงินเบาๆ
แล้วค้ำไว้ที่ข้อพับ
หลังจากลึกๆ



6. หลังจากเช็ดขาเสร็จ
ให้นับยาแล้วคลุมไว้ที่ขาหยาบ
เพื่อระบายความร้อน



ให้ทำแบบนี้ทั้งขาซ้ายและขาขวา

5. เมื่อลูกเริ่มรู้สึกตัว ค่อยให้ทานยาลดไข้ค่ะ เนื่องจากถ้าลูกกำลังซึก การกรอกยาเข้าปากลูกจะทำให้ลูกสำลักได้ ที่สำคัญคือ เมื่อลูกมีอาการซึก คุณแม่ส่วนมากมักตกใจจนจำไม่ได้ว่าลูกซึกยังงัย จริงๆ ลักษณะที่ลูกซึกสำคัญมากค่ะ ต้องสังเกตว่าลูกซึกแขนขาซ้ายขวาเท่ากันไหม เพราะถ้าซึกแขนขา/ซ้ายขวาไม่เท่ากัน หรือซึกนานเกิน 5 นาที อาจไม่ใช่ใช้ซึกธรรมดา ถ้าไม่แน่ใจ .. หลังจากควักโทรศัพท์โทรเรียกไป รพ.แล้ว ถ่ายคลิปตอนน้องซึกไว้ด้วยเลยนะคะ แล้วเอาให้หมอตอนถึง รพ.

ข้อบ่งชี้ที่ต้องนำส่งรพ. เมื่อ

- อายุ < 6 เดือน - ซึกครั้งแรก
- ซึกนาน > 5 นาที
- ซึ่ม ไม่ตื่น > 1 ชั่วโมง
- ซึกแบบ แขนขา/ซ้ายขวา ไม่เท่ากันทั้ง 4 รยางค์
- ซึกแล้วซึกอีก ซึกซ้ำๆ ตั้งแต่เป็นไข้รอบนี้
- หรืออาการอื่นๆที่คุณแม่สงสัย ใจคอไม่ดี สามารถนำส่ง รพ. ได้เลยนะคะ

Q: มียาฉีดลดไข้ไหม

A: มีค่ะ แต่อย่าฉีดเลย .. อ้าว ไหงงั้น?

ยาฉีดลดไข้ที่ฉีดตามคลินิก มักมีส่วนผสมของ สเตียรอยด์ หรือ ยาแก้อักเสบแบบแรง

- ยาสเตียรอยด์ มีฤทธิ์กดภูมิคุ้มกัน ทำให้ไข้ลงแต่ภูมิคุ้มกันร่างกายจะอ่อนแอ ทำให้เชื้อโรครุนแรงกว่าเดิมได้ค่ะ

- ยาแก้อักเสบแบบแรง (NSAID) มีผลข้างเคียงคือ ทำให้เกิดเลือดทำงานผิดปกติ .. ถ้าใครมีข้อห้ามใช้หรือเป็นไข้จากไขเลือดออก ก็..ช่วยไปจ๊ะ

สรุปคือ ใช้ในเด็ก ไม่แนะนำให้ฉีดยาลดไข้ค่ะ.. ยาฉีดนั้นมียอยู่ แต่มีข้อเสียมากกว่าข้อดี เพราะจริงๆ แล้วไข้คือกลไกฉลาดของร่างกาย ที่สมองสั่งไว้เพื่อต่อสู้กับเชื้อโรคเพียงแต่ไข้ อาจทำให้เด็กไม่สบายตัว แต่ทานยาลดไข้ + เช็ดตัว เป็นวิธีที่ดีที่สุดค่ะ ถ้าเราใช้วิธีผิดๆ เพียงเพื่อให้ไข้ลง อาจส่งผลเสียกับลูก และเป็นอันตรายค่ะ

Q: ไข้ชัก เกิดจากอะไร เป็นกันทุกคนไหม? เกี่ยวกับสมองลูกไม่ดีหรือเปล่า?

A: ไข้ชักเกิดในเด็ก 6 เดือน- 5 ปี ค่ะ แก่กว่านี้ไม่เป็นแล้ว เพราะสมองเด็ก <5 ไม่เกี่ยวกับว่าสมองลูกดีหรือไม่ดี / ฉลาดหรือไม่ฉลาด โดยใช้ที่ ทำให้ชักได้ คือ >38 องศาขึ้นไปค่ะ ส่วนมากมักมีประวัติพ่อแม่ พี่น้อง หรือญาติสายตรง เป็นเหมือนกันตอนเด็กๆ พอโตมาก็หาย (คือโตเกิน 5 ขวบนั่นเอง)

Q: ป้องกันได้ไหม เคยได้ยินว่ามียาป้องกันชัก

A: ยาที่ใช้ในการป้องกัน เนื่องจากมันต้องกดการชัก จึงมีฤทธิ์กดการทำงานของสมอง เด็กจะง่วงซึม ทำให้เรายังสังเกตอาการชักจากโรค (ซึ่งเป็นสัญญาณอันตราย) ได้ยากค่ะ พอลูกซึมเราจะไม่รู้ละว่าเป็นจากยา หรือเป็นจากโรค

ถ้าน้องมีไข้ แนะนำทานยา และเช็ดตัวให้ไข้ลด เป็นการป้องกันชักที่ดีที่สุดค่ะ ยาป้องกันชัก แพทย์จะพิจารณาให้ในเคสหนัก หรือมีอันตรายจากการชักมากจริงๆ

Q: ยาลดไข้ สรุปล้มมีแบบไหนบ้าง? แล้วกินยังไง ?

A: ยาลดไข้ หมอแบ่งเป็น 2 กลุ่มค่ะ

1. ยาลดไข้ปกติ คือพารา (พาราเซตามอล / paracetamol)
2. ยาลดไข้แบบแรง เช่น แอสไพริน(aspirin) และ ไบยูโพรเฟน (ibuprofen หรือ พวกยี่ห้อที่ลงท้ายด้วย -เฟน)

แนะนำให้ใช้พารา ปลอดภัยที่สุด ยาลดไข้กลุ่มเฟนๆ และแอสไพริน ไม่แนะนำให้ซื้อทานเองค่ะ เนื่องจากมีผลเสียทำให้เกิดเลือดทำงานผิดปกติ เลือดออกง่าย และอาจเกิด Reye syndrome มีผลกับสมองและตับ ถึงขั้นเสียชีวิตได้ค่ะ

Q: เช็ดตัวที่ไร ลูกร้องตลอด มีวิธีเช็ดยังไงไม่ให้ลูกร้องไหม?

A: คำตอบคือ ... ไม่มีค่ะ 555 ... อย่าตีหมอนะ ถ้าลูกไม่ร้อง ไข้ไม่ลงค่ะแม่ อันนี้หมอพูดจริง เพราะการเช็ดตัวต้องดูให้ความร้อนมันระบายออกมา ถ้าเช็ดแบบสะกิดเบาๆ กลัวลูกเจ็บ ยังไงความร้อนก็อยู่อย่างนั้น ไข้ก็ไม่ลงค่ะ .. ลูกจะร้องเฉพาะตอนเช็ดตัว หลังไข้ลงเค้าก็สบายตัว นอนฟิน ดีกว่าปล่อยให้ลูกชกนะ

คะ

Q: ใช้ชัก มีผลต่อการพัฒนาการของลูกไหม?

A: ใช้ชักธรรมดา ไม่มีผลกับพัฒนาการของลูกคะ ส่วนใช้ชักที่ไม่ธรรมดา คือใช้ชักที่ชักแขนขาไม่เท่ากัน ซ้ายขวาชักนาน ชักซ้ำๆ บ่อยๆ

Q: พี่เค้าก็ชัก แล้วลูกคนต่อไปมีโอกาชักไหม

A: มีคะ เนื่องจากส่วนหนึ่งถ่ายทอดทางพันธุกรรม ถ้ามีประวัติพี่เคยใช้ชัก โอกาสเกิดในน้องก็ 20% ถ้าพ่อแม่พี่น้องเป็นกันทั้งบ้าน โอกาสที่ลูกจะชักก็ 25-40%

สุดท้ายนี้ ไม่อยากให้แม่ๆ มองว่าไข้คือผู้ร้ายนะคะ จริงๆ ไข้ เป็นพระเอกหน้าโหด ที่คอยสู้กับเชื้อโรคให้เรา แต่มาที่โรคร้องไห้ทุกที หน้าทีแม่ๆ คือปลอบลูกด้วยยาลดไข้และการเช็ดตัวคะ แล้วรอพระเอกเค้าสู้กับเชื้อโรคสำเร็จเมื่อไร ไข้ก็จะลงเองคะ หอมขอเป็นกำลังใจให้พ่อๆ แม่ๆ ทุกคนนะคะ

บทความโดย: พญ.พรนิภา ศรีประเสริฐ (กุมารแพทย์)



“สุขภาพดีของท่าน คือบริการของเรา”
รอรู้เรื่องสุขภาพง่าย ๆ แค่นัดนัด...คลิกมา...

www.hatoomhsp.com

งานเวชศึกษาและประชาสัมพันธ์โรงพยาบาลท่าตุม

โทร.044-591126 ต่อ 116