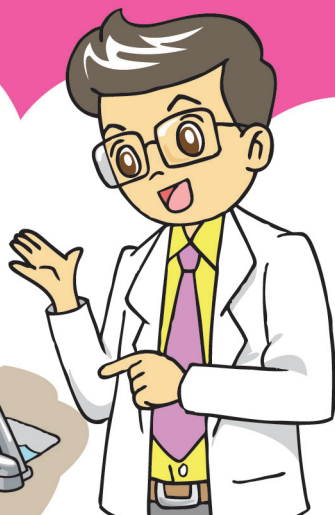
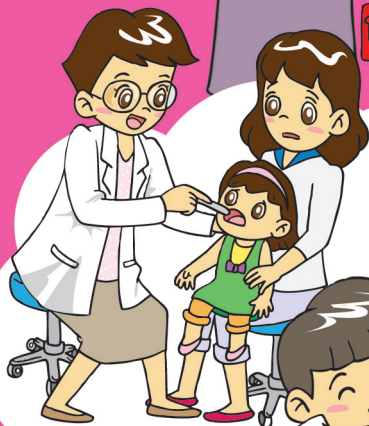




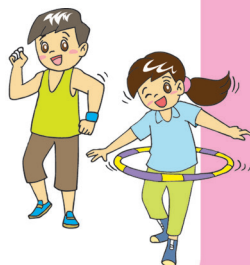
โรคมือ เท้า ปาก

(Hand, Foot and Mouth Disease)





มือ เท้า ปาก โรคติดต่อ จากไวรัส
 ตัองเร่งรัด คัดกรองเด็ก ที่สงสัย
 นมล้างมือฆ่าเชื้อโรค เมื่อจามไอ
 ลดป่วยได้ มือ เท้า ปาก เราช่วยกัน

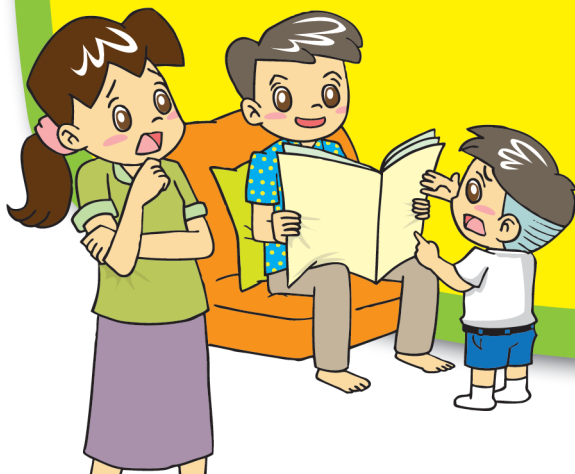


โรคมือ เท้า ปาก

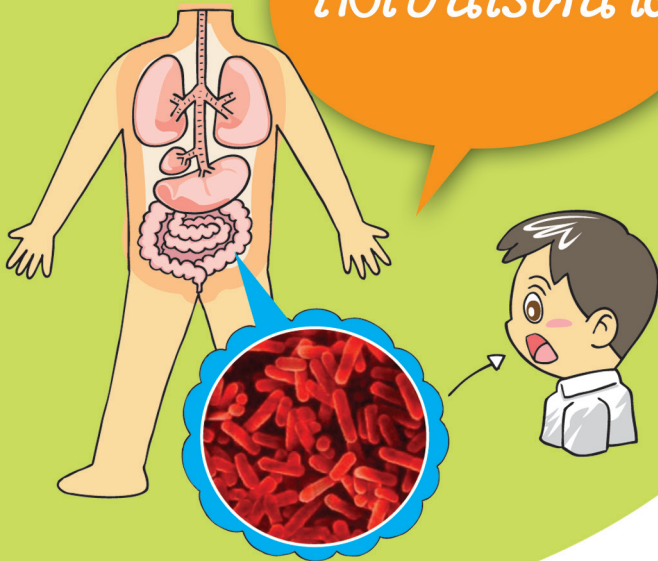
(Hand, Foot and Mouth Disease)

โรคมือ เท้า ปาก เป็นโรคที่เกิดขึ้นทั่วโลก ซึ่งเกิดจากเชื้อไวรัสลำไส้ หรือ เอนเทอโรไวรัสหลายชนิด โดยมีปัจจัยที่ก่อให้เกิดการระบาดซึ่งมาจากความแออัด ระบบการถ่ายเทอากาศที่ไม่ดี ขาดการดูแลรักษาความสะอาด สุขอนามัยส่วนบุคคล และสิ่งแวดล้อม

พบได้บ่อยในกลุ่มเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี พบมากในฤดูฝน ซึ่งมีอากาศเย็นและชื้น



ทำไม
ถึงเป็นโรคนี้ได้



โรคนี้เกิดจากเชื้อไวรัสลำไส้หรือเอนเทอโรไวรัสหลายชนิด
ที่พบบ่อย คือ คอกแซกกี เอ 16 (coxsackie A16) ,
คอกแซกกี เอ ชนิดอื่นๆ, เอคโคไวรัส (echovirus)
และเอนเทอโรไวรัส 71(enterovirus 71)



แล้วเชื้อไวรัส
จะติดมากับอะไร

- ติดมากับมือ หรือของเล่นที่เพื่อน
น้ำมูก น้ำลาย น้ำจากตุ่มพอง
แผล และ อุจจาระของผู้ป่วย
- จากการไอ จามรดกัน
- การติดต่อทางน้ำหรืออาหาร
มีโอกาสนิดหน่อย
- การแพร่ติดต่อ เกิดขึ้นได้ง่าย
ในสัปดาห์แรกของการป่วย



อาการของโรค เป็นอย่างไร



หลังได้รับเชื้อ 3 -6 วัน

ผู้ติดเชื้อจะเริ่มแสดงอาการป่วย
ได้แก่ มีไข้ มีจุดหรือผื่นแดงใน
ปาก ลื่น เหงือก กระพุ้งแก้ม
เป็นสาเหตุให้เด็กไม่ดูดนม
ไม่กินอาหารเพราะเจ็บ อาจมี
น้ำลายไหล แต่บางรายอาจ
ไม่พบตุ่มพองแต่อย่างใด





จุดหรือผื่นแดงนี้ จะกลายเป็น
ตุ่มพองใส ซึ่งบริเวณรอบๆ
จะอักเสบแดง และแตกออกเป็น
แผลตื้นๆ



อาการจะทุเลาและ
หายเป็นปกติภายใน
7-10 วัน



อาการรุนแรง ที่ต้องพบแพทย์



- ♦ มีไข้สูง ชีพ ชัก
- ♦ อาเจียนบ่อยๆ
- ♦ หอบเหนื่อย
- ♦ แขน ขาอ่อนแรง
- ♦ ไม่ทานอาหาร หรือ ไม่ดื่มน้ำ



แล้วเราจะมีวิธีป้องกัน อย่างไรบ้าง

โรคนี้ยังไม่มีวัคซีนป้องกัน แต่ป้องกันได้
โดยการรักษาสุขอนามัยส่วนบุคคลที่ดี ได้แก่

- ♦ การล้างมือด้วยน้ำและสบู่เป็นประจำ
ก่อน-หลังรับประทานอาหาร
และหลังการขับถ่าย



- ♦ ไม่คลุกคลี หลีกเลี่ยงการใช้ของร่วมกันกับผู้ป่วย
เช่น แก้วน้ำ ผ้าเช็ดหน้า ช้อน-ส้อม หลอดดูด
และแปรงสีฟัน



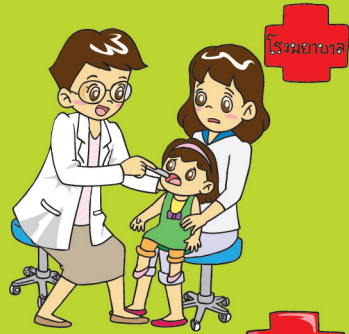
- ♦ ทำความสะอาดของเล่นเครื่องใช้
ของเด็กด้วยการซักล้างแล้วผึ่งแดด
ให้แห้ง

หากบุตรหลาน มีอาการป่วย ควรทำอย่างไร



- ♦ แยกเด็กป่วยเพื่อป้องกัน
การแพร่เชื้อไปยังเด็กคนอื่นๆ

- ♦ ผู้ปกครองควรรีบพาเด็กไปพบ
แพทย์ และหยุดรักษาตัวที่บ้าน
ประมาณ 5 - 7 วัน หรือจนกว่า
จะหายเป็นปกติ



- ♦ ระหว่างนี้ควรสังเกตอาการผิดปกติ
ที่อาจเกิดขึ้น แต่หากเด็กมีอาการ
แทรกซ้อน เช่น ไข้สูง ชีพ อาเจียน
หอบ เป็นต้น ต้องรีบพากลับไปรับ
การรักษาที่โรงพยาบาลทันที

- ♦ ไม่ควรพาเด็กไปสถานที่แออัด เช่น
สนามเด็กเล่น สระว่ายน้ำ ตลาด
และห้างสรรพสินค้า



- ◆ ควรอยู่ในที่ที่มีอากาศถ่ายเทได้สะดวก



- ◆ ใช้ผ้าปิดปากและจมูกเวลาไอจาม และระมัดระวังการไอจามรดกัน

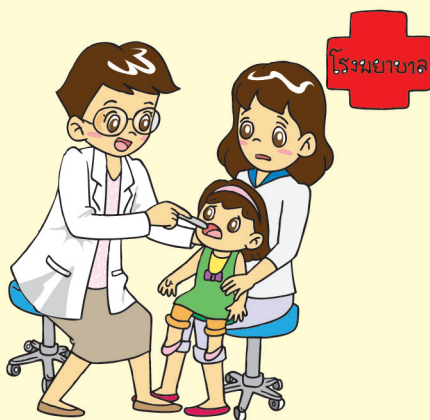
- ◆ ผู้เลี้ยงดูเด็กต้องล้างมือให้สะอาดทุกครั้งหลังสัมผัสน้ำมูก น้ำลาย หรืออุจจาระเด็กป่วย



คำแนะนำ สำหรับประชาชน



- ♦ ควรรักษาความสะอาด ด้วยการล้างมือบ่อยๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ก่อนรับประทานอาหารและหลังการขับถ่าย
- ♦ สังเกตอาการผิดปกติของเด็กอย่างใกล้ชิด หากมีอาการสงสัยเป็นโรคมือ เท้า ปาก หรือมีไข้สูงอย่างน้อย 2 วัน ร่วมกับอาการอาเจียน หอบเหนื่อย ชีพ ชัก กล้ามเนื้อกระตุก หรือมีอาการป่วยรุนแรงขึ้น ควรไปพบแพทย์ แม้จะไม่มีผื่นขึ้นก็ตาม



คำแนะนำ

สำหรับสถานศึกษาและศูนย์เด็กเล็ก

-  ควรตรวจคัดกรองเด็กทุกวัน หากพบเด็กมีไข้ หรือมีอาการสงสัยเป็นโรคมือ เท้า ปาก ควรแนะนำให้เด็กหยุดเรียน
-  หากพบเด็กป่วยควรแนะนำให้ผู้ปกครองรีบพาเด็กไปพบแพทย์ และหยุดรักษาตัวที่บ้านประมาณ 7 วัน หรือจนกว่าจะหายเป็นปกติ
-  หากพบเด็กที่มีไข้สูงและมีแผลในปาก หรือมีแผลในปากร่วมกับอาการอื่นๆ เช่น อาเจียน หอบเหนื่อย ชีพ ชัก หรือสังเกตว่าเด็กมีอาการป่วยรุนแรงขึ้น ให้รีบนำไปพบแพทย์
-  ดูแลรักษาความสะอาด ในศูนย์เด็กเล็กและสถานศึกษา เน้นการล้างทำความสะอาด สถานที่ ห้องน้ำ ห้องส้วม ของใช้ ของเล่น ภาชนะที่เด็กใช้ร่วมกัน โดยใช้น้ำยาทำความสะอาดที่มีส่วนผสมของคลอรีน เช่น ไฮเตอร์ ไฮยีน คลอรีนซ์ ทิ้งไว้ 10 นาที ก่อนล้างออกด้วยน้ำให้สะอาด และหากเป็นสิ่งของเครื่องใช้ของเด็กที่มีการนำเข้าปาก ให้ล้างด้วยน้ำและสบู่ แล้วล้างออกด้วยน้ำสะอาดและนำไปตากแดดหรือเช็ดให้แห้ง





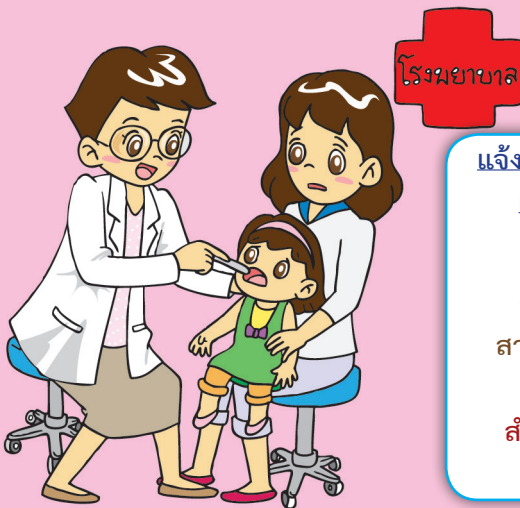
หากมีเด็กป่วยเพิ่มขึ้น อาจพิจารณาปิดห้องเรียนหรือสถานศึกษา และจัดการทำความสะอาด เพื่อป้องกันการระบาด ตามแนวทาง ที่กระทรวงสาธารณสุขแนะนำ ทั้งนี้ โดยการพิจารณาร่วมกัน ระหว่างผู้ดูแลสถานศึกษา ผู้ปกครองและเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ในพื้นที่



จัดหาอุปกรณ์ให้นักเรียนได้ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ ก่อนรับประทานอาหาร และหลังจากขับถ่าย



จัดเตรียมเครื่องใช้ของเด็ก แยกเป็นรายบุคคล ไม่ให้ใช้ปะปนกัน เช่น ผ้าเช็ดหน้า แก้วน้ำ ช้อน-ส้อม เป็นต้น



แจ้งการระบาด ขอเอกสาร

และคำแนะนำ ได้ที่

● กรุงเทพมหานคร

ติดต่อที่ศูนย์บริการ
สาธารณสุขเขตในพื้นที่

● ต่างจังหวัด

สำนักงานสาธารณสุข
จังหวัดทุกแห่ง

เกร็ดความรู้

เรื่อง มือ เท้า ปาก



เด็กมีโอกาสติดเชื้อโรคนี้จากสระว่ายน้ำได้ไหม

ความเข้มข้นของคลอรีนในสระว่ายน้ำตามมาตรฐานต้องมียังน้อย 1 มิลลิกรัมต่อลิตร ซึ่งมีปริมาณคลอรีนเพียงพอที่จะทำลายเชื้อได้ แต่อย่างไรก็ตามไม่ควรนำเด็กป่วยไปสระว่ายน้ำ และปฏิบัติตามข้อปฏิบัติของสระว่ายน้ำอย่างเคร่งครัด

ผู้ใหญ่สามารถติดโรคมือ เท้า ปาก จากเด็กได้หรือไม่

ในผู้ใหญ่มักมีภูมิต้านทานต่อโรคนี้จากการได้รับเชื้อขณะเป็นเด็ก ซึ่งภูมิต้านทานนี้จะจำเพาะกับชนิดของไวรัสที่เคยได้รับเชื้อ หากได้รับเชื้อชนิดใหม่ที่ยังไม่มีภูมิต้านทาน ก็สามารถเป็นโรคได้อีก ส่วนใหญ่มักไม่แสดงอาการของโรคหรือมีอาการเล็กน้อย แต่สามารถแพร่เชื้อไปสู่เด็กหรือผู้อื่นได้

หญิงตั้งครรภ์ที่สัมผัสผู้ป่วยโรคมือ เท้า ปาก เสี่ยงติดโรคหรือไม่

ส่วนใหญ่หญิงตั้งครรภ์ที่ได้รับเชื้อจะไม่มีอาการหรือมีอาการเพียงเล็กน้อย แต่หากมีอาการป่วย ควรรีบปรึกษาแพทย์ ขณะนี้ยังไม่มีข้อมูลแสดงว่าการติดเชื้อมีผลต่อการแท้งบุตร ความพิการของเด็ก หรือเด็กเสียชีวิตในครรภ์ อย่างไรก็ตาม เด็กอาจได้รับเชื้อขณะคลอดหากมารดาป่วยในช่วงใกล้คลอด เด็กแรกเกิดที่ได้รับเชื้อส่วนใหญ่มีอาการเล็กน้อย

ไม่รุนแรง การป้องกันทำได้โดยการรักษา

สุขอนามัยส่วนบุคคลให้ดี เพื่อช่วยลดความเสี่ยงต่อการรับเชื้อขณะตั้งครรภ์และระหว่างคลอด



ป้องกัน โรคมือ เท้า ปาก ด้วย 4 ร



- ร ที่ 1 รักษาความสะอาดสถานที่ บ้าน
โรงเรียน ศูนย์เด็กเล็ก
 - ร ที่ 2 รักษาสุขอนามัย หมั่นล้างมือ
ก่อน-หลังการรับประทานอาหาร
และหลังขับถ่าย
 - ร ที่ 3 รู้ทันสังเกต มีไข้ มีจุด
หรือผื่นแดงบริเวณมือ เท้า ปาก
 - ร ที่ 4 รู้ระวัง ไข้สูง นอนเหนื่อย ชีพ
กลัมน้ำอื้ออานแรง
- รีบพบแพทย์ทันที**



สำนักโรคติดต่ออุบัติใหม่ กรมควบคุมโรค

<http://beid.ddc.moph.go.th>

โทร. 0 2590 3158, 0 2590 3238