

การป้องกันไข้เลือดออก

1. ป้องกันไม่ให้ยุงกัด

การนอน ควรนอนในมุ้งหรือในห้องติดมุ้งลวดที่ปลอดยุงลาย
การเล่น ไม่ควรเล่นในมุมมืด หรือบริเวณที่ไม่มีลมพัดผ่าน
ห้องเรียนหรือห้องทำงาน ควรมีแสงสว่างส่องได้ทั่วถึง
 มีลมพัดผ่านได้สะดวกและไม่มีแหล่งเพาะพันธุ์ยุง เช่น แจกัน
 ดอกไม้ควรเปลี่ยนน้ำทุกๆวัน พืชต่างควรปลูกในดิน

2. กำจัดยุง

ด้วยการพ่นสารเคมี ในบริเวณมุมอับภายในบ้าน ตู้เสื้อผ้า
 และบริเวณรอบๆ บ้าน ทุกสัปดาห์
กำจัดลูกน้ำ ภาชนะใส่น้ำภายในบ้านปิดฝาให้มิดชิด ถ้า
 ไม่สามารถปิดได้ให้ใส่ทรายอะเบท หรือใส่ปลาหางนกยูง
 จานรองขาตู้กับข้าวใส่เกลือ น้ำส้มสายชู ผงซักฟอก หรือ
 น้ำต้มเดือดๆ สัปดาห์ละครั้ง จานรองกระถางต้นไม้
 ใส่ทรายลงไปเพื่อดูดซับน้ำส่วนเกิน



3. วัสดุที่เหลืใช้รอบๆบ้าน

เช่น กระป๋อง กระลา ยางรถยนต์เก่า เป็นต้น ให้เผาหรือ
 ทำลายเสีย

..ข้อสำคัญ..



ถ้าผู้ป่วยซึม อ่อนเพลีย

ชีพจรเต้นเบาและเร็ว ตัวเย็นขึ้น
 สีผิวคล้ำลง ตัวลาย แสดงว่าเข้าสู่
 ระยะช็อก (ผู้ป่วยส่วนใหญ่จะรู้สึกตัว
 พุดจารู้เรื่อง) เป็นระยะอันตรายของ
 โรค ต้องรีบนำส่งโรงพยาบาลที่ใกล้
 ที่สุดทันที ระหว่างการเดินทาง
 ให้พยายามกระตุ้นให้ผู้ป่วยดื่มน้ำ
 เกลือแร่ หรือน้ำผลไม้บ่อยๆ



โรคไข้เลือดออก



เมื่อแพทย์ตรวจแล้วสงสัยว่าเป็น
 โรคไข้เลือดออก



โรงพยาบาลท่าตูม

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสุรินทร์

ปัญหาที่พบบ่อย

ตัวร้อนมาก หน้าแดง ปวดเมื่อยตามตัว บางรายอาจมีอาการคลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร

ควรปฏิบัติดังต่อไปนี้

1. ให้ผู้ป่วยพักผ่อน ในที่ที่มีอากาศถ่ายเทได้สะดวก



2. เช็ดตัวด้วยน้ำธรรมดาหรือน้ำอุ่น บ่อยๆ โดยใช้ผ้าชุบน้ำแล้วบิดพอหมาด ลูบเบาๆ บริเวณหน้า ลำตัว แขน และขา แล้วพักไว้บริเวณหน้าผาก ซอกคอ รักแร้ แผ่นอก แผ่นหลัง และขาหนีบ สลับกันไปมา ทำติดต่อกันอย่างน้อย 15 นาที แล้วให้ผู้ป่วยสวมเสื้อผ้าที่ไม่หนาเกินไป หรือผ้าห่มบางๆ นอนพักผ่อน ระหว่างการเช็ดตัวถ้าผู้ป่วยมีอาการหนาวสั่นให้หยุดเช็ด แล้วให้ผู้ป่วยห่มผ้า พอหายหนาวสั่นค่อยเช็ดต่อ

3. ให้รับประทานยาลดไข้ พาราเซตามอล เวลาที่มีไข้สูงหรือปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามตัวมาก โดยให้ห่างกันอย่างน้อย 4 ชั่วโมง ห้ามรับประทานยาลดไข้ชนิดอื่น โดยเฉพาะยาแอสไพริน ยาของลดไข้ทุกชนิด หรือยาพาราเซตามอล เพราะอาจทำให้เกิดอาการแพ้หรือตับวายได้



4. ห้ามฉีดยาเข้ากล้ามเนื้อ และไม่รับประทานยาอื่นที่ไม่จำเป็น เช่น ยาปฏิชีวนะ ยาแก้แพ้

หมายเหตุ ในระยะไข้สูงของโรคไข้เลือดออก การให้ยาลดไข้จะช่วยให้ไข้ลดลงชั่วคราวเท่านั้น เมื่อหมดฤทธิ์ยาแล้วไข้ก็จะสูงขึ้นอีก อาการไข้ไม่สามารถลดลงถึงระดับปกติได้

การเช็ดตัวลดไข้ จะช่วยให้ผู้ป่วยมีอาการดีขึ้น

5. ให้ผู้ป่วยดื่มน้ำเกลือแร่ (ORS) หรือน้ำผลไม้ใสเกลือเล็กน้อย ถ้ามีคลื่นไส้ อาเจียนไม่สามารถดื่มได้ให้จิบครั้งละน้อยๆ บ่อยๆ ไม่ควรดื่มแต่น้ำเปล่าอย่างเดียว อาหาร ควรเป็นอาหารอ่อนย่อยง่าย รสไม่จัด เช่น นม ไอศกรีม ข้าวต้ม เป็นต้น **ควรงดเว้นอาหารหรือเครื่องดื่มที่มีสีแดง ดำ หรือน้ำตาล**

6. มาพบแพทย์ตามนัดเพื่อตรวจเลือด และติดตามการดำเนินโรค



โรคไข้เลือดออก

อาการอันตราย

เมื่อผู้ป่วยมีอาการดังต่อไปนี้ ข้อใดข้อหนึ่งต้องรีบนำส่งโรงพยาบาล

1. ผู้ป่วยซึม หรืออ่อนเพลียมาก ตื่นน้ำหรือรับประทานอาหารได้น้อยลง
2. คลื่นไส้ อาเจียนตลอดเวลา
3. ปวดท้องมาก
4. มีเลือดออก เช่น เลือดกำเดา เลือดออกตามไรฟัน อาเจียน หรือถ่ายอุจจาระเป็นเลือด หรือเป็นสีดำ
5. กระสับกระส่าย หงุดหงิด
6. พฤติกรรมเปลี่ยนไปจากปกติ
7. กระจายน้ำตาลตลอดเวลา
8. ร้องกวนตลอดเวลาในเด็กเล็ก
9. ตัวเย็นขึ้น สีผิวคล้ำลง หรือตัวลายๆ
10. ปัสสาวะน้อยลง หรือไม่ถ่ายปัสสาวะเป็นเวลานาน



..อย่านิ่งนอนใจ..

