

โรค มือ เท้า ปาก

โรคมือ เท้า ปาก

เป็นเชื้อไวรัสลิ้นไก่ ส่วนมากจะพบในกลุ่มเด็กทารก และเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี โรคเกิดประปรายตลอดปี แต่จะพบมากในหน้าฝนเพราะอากาศจะชื้นและร้อน แต่โดยทั่วไป โรคนี้ไม่อันตรายรุนแรงควรดูแล



แล้วเชื้อไวรัส จะติดมากับอะไร



...หรือจาก อุจจาระของผู้ป่วย



...เชื้อไวรัสอาจติดมากับมือ หรือ ของเล่น ที่เปื้อนน้ำมูก น้ำลาย น้ำจากตุ่มพอง และแผล

...และอาจเกิดจาก การไอ จามรดกัน



โรคนี้เกิดจากเชื้อไวรัสลิ้นไก่หรือเอนเทอโรไวรัสหลายชนิด การติดต่อส่วนใหญ่เกิดจากได้รับเชื้อไวรัสเข้าสู่ปากโดยตรง และแพร่ติดต่อภายในช่วงสัปดาห์แรกของการป่วย

อาการของโรคนี้ เป็นอย่างไร



...หลังจากได้รับเชื้อ 3-6 วัน

ผู้ติดเชื้อจะเริ่มแสดงอาการป่วยเริ่มต้นด้วยมีไข้ต่ำ อ่อนเพลีย

...ต่อมาอีก 1-2 วันมีอาการ เจ็บปากและไม่ยอมทานอาหาร เนื่องจากมีตุ่มแดงที่ลิ้น น้ำมูก และกระพุ้งแก้ม



...ตุ่มนี้จะมีลักษณะเป็นตุ่มพองใสซึ่งบริเวณรอบ ๆ จะอักเสบ และแดงต่อมาตุ่มจะแตกออกเป็นแผลหลุมตื้น ๆ...

...และจะพบตุ่มหรือผื่นที่ฝ่ามือ ฝ่าเท้า ฝ่าเท้า หรือที่ก้นด้วยแต่จะไม่มีอาการคัน ซึ่งอาการ จะทุเลาและหายเป็นปกติภายใน 7-10 วัน

แล้วเราจะมีการป้องกัน
อย่างไรได้บ้าง?



รักษาความสะอาด อาบน้ำอย่างสม่ำเสมอ
2 ครั้ง แปรงฟันเช้า-เย็น

ตัดเล็บให้สั้น
หมั่นรักษา
ความสะอาด
อยู่เสมอ



หลีกเลี่ยงการใช้ของร่วมกัน เช่น แก้วน้ำ
หลอดดูด ช้อน-ส้อม ผ้าเช็ดหน้า
ผ้าเช็ดมือ และแปรงสีฟัน เป็นต้น

โรคนี้ไม่มีวัคซีนป้องกัน
แต่ป้องกันได้โดย



หมั่นล้างมือบ่อย ๆ
(ด้วยน้ำและสบู่) โดยเฉพาะ:
หลังการขับถ่าย และ
ก่อนรับประทานอาหาร



ทำความสะอาดของเล่น
เครื่องใช้ของเด็กด้วย
การซักล้างแล้วล้างแดด
ให้แห้ง

แล้วเราจะมีการป้องกัน
อย่างไรได้บ้าง?

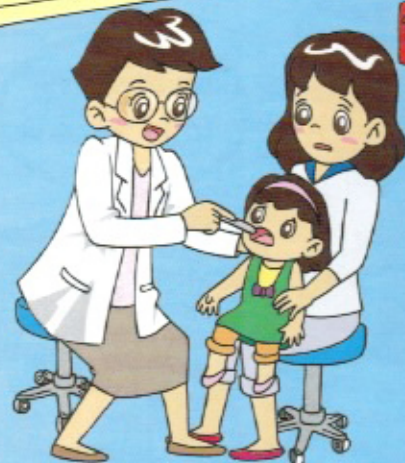


รับประทานอาหารอ่อน ๆ
ดื่มน้ำหรือน้ำผลไม้
มาก ๆ

โรคนี้ไม่มียารักษาโดยเฉพาะ แต่จะรักษาตามอาการ
เช่น ถ้ามีไข้ก็ให้ยาลดไข้ และเช็ดตัวด้วยน้ำธรรมดา นอนพักมาก ๆ
ถ้ามีอาการปวด ก็ใช้ยาทาแก้ปวดที่คุณหมอให้มา



ถ้าเป็นเด็กอ่อน
อาจต้องป้อนนม
ให้แทนการดูดจากขวด



การป้องกันและควบคุม โรคมือ เท้า ปาก สำหรับโรงเรียนอนุบาล และศูนย์เด็กเล็ก

1 คัดกรอง

ดูแลตรวจตราเด็กว่ามีอาการใช้ ตุ่มที่มือ เท้า ปาก



2 แยกเด็กป่วย

หากพบเด็กป่วยให้แยกออกมาพบเจ้าหน้าที่สาธารณสุข และให้กลับบ้าน



4 สุขอนามัย

จัดให้มีอ่างล้างมือและส่งเสริมให้มีการล้างมือให้ถูกต้องอย่างสม่ำเสมอ
หมั่นรักษาความสะอาดของเล่นอุปกรณ์เครื่องใช้ เช่น จาน ถ้วย และส้วมอยู่เสมอ



3 ปิดทำความสะอาด

หากพบเด็กป่วยด้วยโรคนี้ 2 คนขึ้นไปใน 1 ห้อง
ให้ปิดห้องเรียนทำความสะอาด

หากพบเด็กป่วย 5 คน หรือตั้งแต่ 2 ห้องขึ้นไป
ให้ปิดโรงเรียนทำความสะอาดใหญ่ นำเชื้อ เช็ดล้างรวม



5 สื่อสารผู้ปกครอง

ให้ความรู้กับผู้ปกครอง
เรื่องอาการ การรักษาดูแล
และป้องกันโรคอย่างถูกวิธี



6 ข้อมูลข่าวสาร

www.ddc.moph.go.th
โรงพยาบาล และ สาธารณสุขจังหวัด ทุกแห่ง

