



จดหมายข่าว

เทศบาลตำบลหนองจอก

อำเภอท่าช้าง จังหวัดเพชรบุรี

โรคไข้เลือดออก (Dengue Fever)

เป็น โรคที่พบได้บ่อยช่วงฤดูฝน สาเหตุโรคไข้เลือดออกจะมีพาหะมาจากยุงลายและการรักษาสุขภาพที่ไม่ดีปล่อยให้ เด็กนอนโดยไม่กางมุ้งเพราะคิดว่านอนช่วงกลางวันคงไม่เป็นอะไรมากจึงขาดการ ป้องกัน ไข้เลือดออกที่เหมาะสม ความจริงแล้วเพียงแค่การนอนในมุ้งก็เป็นการป้องกันไข้เลือดออกไปได้กว่า 80 เปอร์เซ็นต์แล้ว

โรคไข้เลือดออกเกิดจากเชื้อไวรัส

อาการ ไข้เลือดออกที่สำคัญคือมีไข้สูงซึ่งเป็นอาการที่ไม่น่าไว้วางใจหากเกิดขึ้น กับเด็กๆในบ้าน ถึงแม้ว่าไข้สูงจะเป็นอาการร่วมของหลายๆโรคไม่ว่าจะเป็นไข้หวัด ปอดอักเสบ ไข้รากสาดน้อย ไข้หวัดใหญ่ ไข้ฉี่หนู หรืออาจเป็นอาการโรคไข้เลือดออกที่เกิดจากเชื้อไวรัสเด็งกีหรือไวรัสชิคุนกุนยา (Chikungunya) ก็ได้ แต่ส่วนมากแล้วผู้ป่วยที่เป็นโรคไข้เลือดออกจะมีสาเหตุมาจากเชื้อไวรัสเด็งกี หากเด็กๆในบ้านมีอาการไข้สูงจึงไม่ควรประมาทควรรีบพาผู้ป่วยไปพบแพทย์โดย เร็ว



อาการของไข้เลือดออกจะแบ่งได้เป็น 3 ระยะด้วยกันคือ

1. อาการไข้เลือดออกระยะที่มีไข้สูง

ผู้ป่วยจะมีไข้ขึ้นสูงแบบเฉียบพลัน อาจมีผื่น ไข้เลือดออกซึ่งมีลักษณะเป็นผื่นแดงขึ้นตามลำตัว แขนและขา บางรายอาจจะเป็นจุดแดงเล็กๆบริเวณซอกกรักแร้ แขน ขาและในช่องปาก อาการไข้สูงของโรคไข้เลือดออกในระยะนี้แม้จะกินยาลดไข้แล้วอาการของโรคก็ไม่ ดีขึ้น ผู้ป่วยจะปวดศีรษะ ตาแดง หน้าแดง ซึมและจะกระหายน้ำมาก ระยะของโรคในช่วงนี้จะทำให้ผู้ป่วยเบื่ออาหารทานข้าวไม่ค่อยได้ประมาณ 2-3 วัน อาการ โรค ไข้เลือดออกระยะไข้สูงนี้จะเป็นอย่างอยู่ประมาณ 2-7 วัน แล้วไข้จะกลับลดลงในวันที่ 5-7 แต่หากอาการของไข้เลือดออกเป็นมากขึ้นก็จะเข้าสู่อาการ โรค ไข้เลือดออกระยะ ที่ 2 ต่อไป

จัดทำโดย : กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลตำบลหนองจอก
อำเภอท่าช้าง จังหวัดเพชรบุรี โทร. 0-3278-6047

2. อาการไข้เลือดออกระยะที่มีเลือดออกและผู้ป่วยจะมีอาการช็อก ในระยะนี้ไข้จะเริ่มลดลงแต่อาการของผู้ป่วยจะตรงกันข้ามคือซึมมากขึ้นและอาการทรุดหนักขึ้น ตัวเย็น มือเย็น เท้าเย็น อาเจียนบ่อยและปวดท้อง ผู้ป่วยไข้เลือดออกอาการลักษณะนี้จะทำให้เกิดภาวะช็อกจากโรคไข้เลือดออกได้ ระยะของโรคในระยะนี้จะเกิดในช่วงวันที่ 3-7 ซึ่งถือว่าเป็นช่วงที่วิกฤติของผู้ป่วย อาการของไข้เลือดออกในระยะนี้จะเปลี่ยนแปลงรวดเร็วและมีอันตรายมาก ช่วงนี้ผู้ดูแลคนป่วยจำเป็นต้องดูแลผู้ป่วยอย่างใกล้ชิด เมื่ออาการของโรคผ่านช่วงวิกฤตินี้ไปได้ต่อไปก็จะเข้าสู่ระยะที่ 3 ของโรค



3. อาการไข้เลือดออกระยะฟื้นตัว หลังจากที่ผู้ป่วยสามารถผ่านพ้นระยะวิกฤติในช่วงระยะที่ 2 มาได้แล้ว อาการของโรคไข้เลือดออกจะเริ่มเข้าสู่ภาวะปกติ ร่างกายจะเริ่มฟื้นตัวและมีอาการดีขึ้นอย่างรวดเร็ว ผู้ป่วยจะเริ่มอยากกินอาหารและทุกอย่างจะดีขึ้น ระยะนี้อาจใช้เวลาประมาณ 7-10 วัน



การป้องกันไข้เลือดออก (Dengue Fever)

เราจะมีวิธีป้องกันไข้เลือดออกได้โดยการช่วยกันทำลายพาหะของโรคนั้นคือ ยุงลายที่มักมีแหล่งเพาะพันธุ์ในบริเวณบ้านที่มีน้ำขังนิ่งเช่น หลุมบ่อที่เป็นแอ่งน้ำเล็กๆในบริเวณบ้าน น้ำที่ขังอยู่ในยางรถยนต์เป็นต้น แหล่งเพาะพันธุ์ยุงลายเหล่านี้ต้องหาทางกำจัดเสียโดยการใช้ดินถมไล่น้ำให้ แห้งหรือปรับพื้นที่ไม่ให้มีน้ำขังในบริเวณบ้าน ส่วนภาชนะที่ใส่น้ำภายในบ้าน เช่น โถงสำหรับใส่น้ำดื่มหรือที่ใส่น้ำสำหรับล้างมือล้างเท้า ภาชนะเหล่านี้ต้องมีฝาปิดมิดชิดกันไม่ให้ยุงลายเข้าไปใช้เป็นแหล่งเพาะ ไข่ได้ ส่วนน้ำในแจกันหรือจานรองตู้กับข้าวที่ไม่

สิ่งสำคัญในการป้องกันไข้เลือดออก

นอกจากจะทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ยุงแล้ว ยังต้องป้องกันอย่าให้ยุงลายที่เป็นพาหะมากัด ดังนั้นเวลานอนจึงต้องนอนในมุ้งและระวังอย่าให้ยุงกัด หากเราใช้วิธีป้องกันไข้เลือดออกโดยป้องกันที่สาเหตุโรคไข้เลือดออกก็จะลด อัตราเสี่ยงต่อโรคไปได้มากและเราควรเผยแพร่ความรู้ในการสังเกตอาการและวิธี ป้องกันโรคไข้เลือดออกให้คนในชุมชนรู้โดยทั่วกันเพื่อที่จะได้ช่วยกันนำไป ปฏิบัติให้ถูกต้องให้เกิดประโยชน์กับชุมชนของตน

ถึงแม้จะมีการป้องกันไข้เลือดออก (Dengue Fever)

แล้วก็ตามแต่ก็มีโอกาสพลาดได้เหมือนกัน หากสมาชิกในครอบครัวมีอาการไข้สูงอย่าได้ประมาทเป็นอันตรายเพราะการมีไข้สูง นั้นถึงแม้จะไม่ใช่โรคไข้เลือดออกแต่ก็อาจเป็นอาการของโรคอื่นๆที่ร้ายแรง ได้เช่นกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากเกิดขึ้นกับเด็กเล็ก ดังนั้นไม่ว่าใครก็ตามที่มีไข้สูง ควรรีบไปพบแพทย์เพื่อตรวจหาสาเหตุของโรค และรับการรักษาที่ถูกต้องจะเป็นการดีที่สุด

เทศบาลตำบลหนองจอก ตระหนักว่าการสื่อสารแจ้งเตือนให้ประชาชนดูแลสุขภาพอนามัย ป้องกันโรคไข้เลือดออก สำนักโรคติดต่อฯ โดยแมลง จึงรณรงค์ให้ประชาชนมีพฤติกรรม เก็บ “เก็บให้เกลี้ยงไม่เลี้ยงยุงลาย” 3 เก็บ คือ และ ใช้ปัดขีoyุงลาย รวมทั้งการร่วมมือของชุมชนและท้องถิ่นจะเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ประชาชนห่างไกลโรคและมีสุขภาพดี

เก็บ 1 เก็บขยะ เศษภาชนะขังน้ำแหล่งเพาะพันธุ์ยุง วัสดุเหลือใช้นำไปขายเป็นรายได้เสริม เก็บแล้วรว

เก็บ 2 เก็บบ้าน ให้ปลอดโปร่งยุงลายไม่เกาะพัก จัดล้างคว่ำภาชนะใส่น้ำ เปลี่ยนน้ำในแจกันทุกสัปดาห์

เก็บ 3 เก็บน้ำ น้ำกินน้ำใช้เก็บให้มิดชิด โดยการปิดฝาโอง่ ถึง ไม่ให้ยุงลายลงไปวางไข่

โดยกระทำควบคู่ไปกับการที่ประชาชนคุ้นเคย และสามารถปฏิบัติได้เป็นผลดี คือ 5 ป.ปราบยุงลาย

ป 1 ปิด ปิดภาชนะขังน้ำให้มิดชิด ป้องกันยุงลายลงไปวางไข่

ป 2 เปลี่ยน เปลี่ยนน้ำในแจกัน ถึงเก็บน้ำ ทุก 7 วันที่ตรงกันทั้งชุมชน ไม่น้อยกว่า 6 สัปดาห์ เพื่อตัดวงจรลูกน้ำที่จะกลายเป็นยุง

ป 3 ปลอ่ย ปลอ่ยปลากินลูกน้ำในภาชนะใส่น้ำถาวร เช่นปลาหางนกยูง ปลากัด ปลากระดี่

ป 4 ปรับปรุง สิ่งแวดล้อมให้ปลอดโปร่ง โล่ง สะอาด ลมพัดผ่าน ไม่เป็นที่เกาะพักของยุงลาย

ป 5 ปฏิบัติ เป็นประจำจนเป็นนิสัย

ดังนั้นเพื่อป้องกันโรคไข้เลือดออก ประชาชนควรป้องกันตนเองและร่วมมือกันทุกบ้านในชุมชน กำจัดลูกน้ำยุงลายให้หมดไปหรือให้เหลือน้อยที่สุด จะทำให้ชุมชนนั้นปลอดโรคไข้เลือดออก ทุกบ้านสามารถกำจัดลูกน้ำยุงลายได้ด้วยตนเองอย่างง่ายๆ เช่น ใส่วายกำจัดลูกน้ำยุงลายที่มีฟอส หรือ ทรายอบเบท ในภาชนะใส่น้ำทุกชนิดทุกภาชนะ โดยใช้ทรายกำจัดลูกน้ำ 1 ช้อนโต๊ะใส่ในภาชนะที่มีความจุน้ำ 5 ปี๊ป ซึ่งขนาดของทรายดังกล่าวสามารถกำจัดลูกน้ำได้นาน 1-3 เดือน โดยที่คนและสัตว์เลี้ยงที่ใช้น้ำดังกล่าวไม่มีอันตรายต่อสุขภาพ

จัดทำโดย... กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลตำบลหนองจอก

อำเภอท่าทราย จังหวัดเพชรบุรี โทร. 0-3278-6047

จัดทำโดย สำนักปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลรัตนภูมิ อำเภอควนเนียง จังหวัดสงขลา โทร
074 386006

www.rattaphoom.go.th