

7 โรคไร้พรมแดน ที่อาจมาที่ “ประชาคมอาเซียน”

เมื่อมีการเปิดประชาคมอาเซียนในปี 2558 สิ่งที่จะเกิดตามมาคือ ประชาชนในภูมิภาคกว่า 600 ล้านคน มีการเคลื่อนย้ายระหว่างประเทศได้สะดวกมากขึ้น ซึ่งการไปมาหาสู่นี้เอง จะเพิ่มความเสี่ยงในการเคลื่อนย้ายของโรคระบาดหรืออุบัติโรคใหม่ที่อาจจะตามมาด้วย โดยเฉพาะ 7 โรค ที่อยากแนะนำให้รู้จักในส่วนของลักษณะอาการ และสำคัญที่สุด คือ วิธีการป้องกัน

1. ไข้หวัดใหญ่

มีอาการเหมือนกับไข้หวัดทั่วไป แต่จะเร็วกว่า และมีไข้สูงกว่า โดยอาการสำคัญ ผู้ป่วยจะอ่อนเพลียเฉียบพลัน เบื่ออาหาร คลื่นไส้ ปวดศีรษะอย่างรุนแรง ปวดแขนขา ปวดข้อ ปวดรอบกระบอกตา ไข้สูง 39-40 องศา ในเด็ก ส่วนผู้ใหญ่ไข้ประมาณ 38 องศา มีอาการคอแดง น้ำมูกไหล ไอแห้งๆ ตาแดง ในเด็กอาจจะมีอาการคลื่นไส้อาเจียน

การป้องกัน โดยการล้างมือให้ถูกวิธี การฉีดวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่ และการใช้หน้ากากอนามัย

2. โรคหัด

มีอาการเริ่มด้วยการมีไข้ น้ำมูกไหล ไอ ตาแดง ตาแฉะ และกลัวแสง อาการต่างๆ จะค่อยๆ มากขึ้น โดยอาการไข้จะขึ้นสูงเต็มที่เมื่อผื่นขึ้นในราววันที่ 4 ของการเป็นไข้ มีลักษณะของผื่นนูนแดง maculo-papular ติดกันเป็นปื้นๆ บริเวณหน้า ลำตัว แขน ขา โดยผื่นในระยะแรกจะมีสีแดงและค่อยๆ เข้มขึ้นเป็นสีแดงคล้ำหรือ

น้ำตาลแดง กินเวลาประมาณ 2 สัปดาห์ บางครั้งจะพบผิวหนังลอกเป็นขุย

การป้องกัน ควรหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับผู้ป่วย และฉีดวัคซีนป้องกัน

3. โรคมาลาเรีย

มีอาการหลังการได้รับเชื้อมาลาเรียประมาณ 1-2 สัปดาห์ ผู้ป่วยจะมีอาการนำคล้ายกับเป็นหวัด คือ มีไข้ ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามตัว อาจมีอาการคลื่นไส้อาเจียน เบื่ออาหารได้ ลักษณะเฉพาะของโรคที่เรียกว่าไข้จับสั่นคือ มีอาการหนาวสั่น ไข้สูงและตามด้วยเหงื่อออก จะพบได้ในผู้ป่วยบางรายเท่านั้น

การป้องกัน ควรสวมเสื้อผ้ามืดปกปิดร่างกายให้มิดชิด ใช้เสื้อผ้าสีอ่อนๆ ทายากันยุง นอนในมุ้ง หรือพ่นยากันยุง

4. โรคคอตีบ

อาการหลังระยะฟักตัวจะเริ่มมีอาการไข้ต่ำ มีอาการคล้ายหวัดในระยะแรก มีอาการไอเสียงก้องเจ็บคอ เบื่ออาหาร บางรายอาจพบต่อมน้ำเหลืองโตที่คอด้วย จะพบมีอาการอักเสบในจมูก ทำให้มีน้ำมูกเรื้อรัง มีกลิ่นเหม็น

การป้องกัน ควรแยกผู้ป่วยจากผู้อื่นอย่างน้อย 3 สัปดาห์ หลังมีอาการหรือตรวจพบเชื้อ ฉีดวัคซีนป้องกันโรคแก่ผู้ป่วยที่หายแล้วทุกคน และในเด็กทั่วไปควรฉีดวัคซีนป้องกันคอตีบ 5 ครั้ง เมื่ออายุ 2, 4, 6 และ 18 เดือน และกระตุ้นอีกครั้งหนึ่งเมื่ออายุ 4 ขวบ



แผ่นพับประชาสัมพันธ์



ด้วยความปรารถนาดีจาก
งานสาธารณสุขและส่งเสริมสุขภาพ

ร่วมกับ

งานกองทุนหลักประกันสุขภาพ

เทศบาลตำบลไม้อ้อ

อำเภอพญาเม็งราย

จังหวัดเชียงราย

โทร.0-5367-2072

5. โรคไข้เลือดออก

ในการติดเชื้อไวรัสเด็งกีครั้งแรก ผู้ป่วยส่วนใหญ่ (80-90%) จะไม่แสดงอาการ ผู้มีอาการจะมีไข้สูง ปวดศีรษะ ปวดกล้ามเนื้อ ปวดกระดูก และมีผื่นที่ผิวหนังได้ แต่ถ้าติดเชื้อครั้งที่สอง โดยที่เชื้อต่างสายพันธุ์กับครั้งแรก อาจเป็นไข้เลือดออก อาการสำคัญแบ่งออกได้ 3 ระยะ คือ

1. ระยะไข้ ผู้ป่วยจะมีไข้สูงเกือบตลอดเวลา เบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง มักมีหน้าแดง และอาจมีผื่นหรือจุด เลือดออกตามลำตัว แขน ขา ระยะนี้จะ เป็นอยู่ราว 2-7 วัน,

2. ระยะช็อก ระยะนี้ไข้จะเริ่มลดลง ผู้ป่วยจะซึม เหงื่อออก มือเท้าเย็น ชีพจรเต้นเบาแต่เร็ว ปวดท้อง โดยเฉพาะบริเวณใต้ชายโครงขวา ปัสสาวะออกน้อย อาจมีเลือดออกง่าย เช่น มีเลือดกำเดาไหล อาเจียนเป็นเลือด อุจจาระมีสีดำ ในรายที่รุนแรงจะมีความดันโลหิตต่ำ ช็อก และอาจถึงตายได้ ระยะนี้กินเวลา 24-48 ชั่วโมง และ

3. ระยะพักฟื้น อาการต่างๆ จะเริ่มดีขึ้น ผู้ป่วย รู้สึกอยากรับประทานอาหาร ความดันโลหิตสูงขึ้น ชีพจรเต้นแรงขึ้นและช้าลง ปัสสาวะมากขึ้น บางรายมีผื่นแดง และมีจุดเลือดออกเล็กๆ ตามลำตัว

การป้องกัน โดยป้องกันไม่ให้ยุงกัด นอนในมุ้ง หรือกำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ยุงในบ้าน รวมทั้งบริเวณรอบๆ บ้าน



6. โรคผิวหนังโรค

อาการที่พบได้บ่อยคือ มีต่อมน้ำเหลืองโตที่ซั้ว ปอด ที่คอ และที่อื่นๆ แล้วจึงพบผื่นปื้นที่ปอดและ อวัยวะอื่นๆ

การป้องกัน ควรหลีกเลี่ยงการสัมผัสใกล้ชิดกับ ผู้ป่วยที่กำลังมีอาการไอ หรือให้วัคซีน BCG ป้องกัน

7. โรคเท้าช้าง

อาการในระยะแรก ผู้ป่วยอาจมีไข้ ซึ่งเกิดจากการอักเสบของต่อมและท่อน้ำเหลืองบริเวณรักแร้ ขาหนีบ หรืออวัยวะ เนื่องจากพยาธิตัวแก่ที่อยู่ในท่อน้ำเหลืองสร้างความระคายเคืองแก่เนื้อเยื่อภายใน รวมทั้งมีการปล่อยสารพิษออกมาด้วย อาการอักเสบจะ เป็นๆ หายๆ อยู่เช่นนี้ และจะกระตุ้นให้เกิดอาการบวม ขึ้น หากเป็นนานหลายปีจะทำให้มีอาการบวมโตอย่างถาวรและผิวหนังหนาแข็งขึ้นจนมีลักษณะขรุขระ

การป้องกัน ควรป้องกันและหลีกเลี่ยงยุงที่เป็นพาหะ ควบคุมและกำจัดยุงโดยการพ่นสารเคมีกำจัดยุงตามฝาผนังบ้าน หรือหากอยู่ในแหล่งระบาดของโรคเท้าช้าง อาจต้องกินยาป้องกัน



รู้ทันโรค จะปลอดภัย รู้ทันโรคจะห่างไกล จากความเจ็บป่วย

