



โรค หัด เท้า ปาก

การป้องกันโรค

โรคนี้อย่างไม่มีวัคซีนป้องกัน

แต่ป้องกันได้โดยการรักษา

สุขอนามัย ผู้ปกครองควร

แนะนำบุตรหลาน และผู้

เลี้ยงดูเด็กให้ล้างมือให้สะอาด

ด้วยน้ำและสบู่ (ก่อนและหลังเตรียม

อาหาร ก่อนรับประทานอาหาร ภายหลังการขับถ่าย

หรือเปลี่ยนผ้าอ้อม หลังการดูแลผู้ป่วย) ตัดเล็บให้สั้น

หลีกเลี่ยงการใช้สิ่งของร่วมกัน (เช่น ขวดนม แก้วน้ำ

หลอดดูด ผ้าเช็ดหน้า และผ้าเช็ดมือ) และใช้ช้อนกลาง



สถานที่รับเลี้ยงเด็กและโรงเรียนอนุบาล ต้องจัดให้มีอ่างล้างมือและส้วมที่ถูกสุขลักษณะ หมั่นดูแลรักษาสุขลักษณะของสถานที่และอุปกรณ์เครื่องใช้ให้สะอาดอยู่เสมอ รวมถึงการกำจัดอุจจาระเด็กให้ถูกต้องด้วย

การควบคุมโรค

หากพบเด็กป่วย ต้องรีบแยก

เพื่อป้องกันไม่ให้เป็นไปยังเด็กคนอื่น ผู้ปกครองควรรีบพาเด็กไปพบแพทย์ และหยุดรักษาตัวที่บ้านประมาณ 5 - 7 วัน หรือจนกว่าจะหายเป็นปกติ ระหว่างนี้ควรสังเกตอาการผิดปกติที่อาจเกิดขึ้น ควรอยู่ในบริเวณบ้านที่มีการระบายถ่ายเทอากาศได้ดี ใช้ผ้าปิดจมูกปกเวลาไอจาม และระมัดระวังการไอจามรดกัน และผู้เลี้ยงดูเด็กต้องล้างมือให้สะอาดทุกครั้งหลังสัมผัสน้ำมูก น้ำลาย หรืออุจจาระเด็กป่วย



หากมีเด็กป่วยจำนวนมาก ผู้บริหารโรงเรียนหรือผู้จัดการสถานรับเลี้ยงเด็ก ต้องดำเนินการ ดังนี้

- ▶ ปิดห้องเรียนที่มีเด็กป่วยหรือปิดทั้งโรงเรียนชั่วคราว (ประมาณ 5 - 7 วัน)
- ▶ ทำความสะอาดสถานที่ที่เฝ้ามาเชื้อโรค บริเวณห้องน้ำ ห้องส้วม ห้องครัว โรงอาหาร บริเวณที่เล่นของเด็ก สนามเด็กเล่น โดยใช้สารละลายเจือจางของน้ำยาฟอกขาว (20 มิลลิลิตร ต่อน้ำ 1 ลิตร) หรือน้ำยาทำความสะอาดที่ใช้ตามบ้านเรือน
- ▶ ทำความสะอาดของเล่น เครื่องใช้ของเด็กด้วยการซักล้าง แล้วผึ่งแดดให้แห้ง
- ▶ หยุดใช้เครื่องปรับอากาศ เปิดม่านให้แสงแดดส่องให้ทั่วถึง



แจ้งการระบาด และติดต่อขอคำแนะนำได้ที่

กองควบคุมโรคติดต่อ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร

โทร. 0 2245 8106, 0 2354 1836

E-mail : epid_bma@yahoo.com

www.bangkok.go.th/health

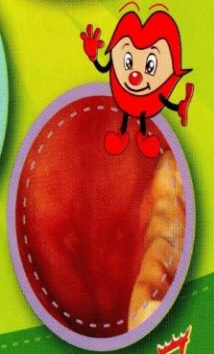
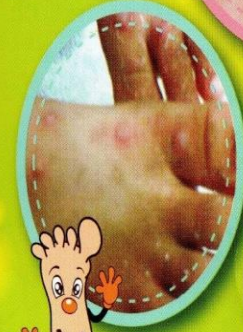


กรุงเทพมหานคร

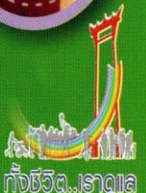


โรคมือเท้าปาก

Hand, Foot and Mouth Disease



สำนักอนามัย
กรุงเทพมหานคร



ทั้งชีวิต...เราดูแล

นคร.02/03/55

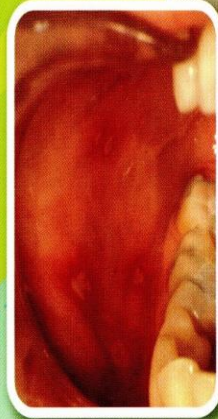
โรคมือ เท้า ปาก

เกิดจากเชื้อไวรัสลำไส้หรือเอนเทอโรไวรัสหลายชนิด พบได้บ่อยในเด็กทารกและเด็กเล็กอายุต่ำกว่า 5 ปี ในโรงเรียนอนุบาล สถานรับเลี้ยงเด็ก ศูนย์เด็กเล็ก สถานที่เล่นของเด็กในห้างสรรพสินค้า โดยเฉพาะในที่ที่ผู้รวมกัน อย่างแออัด จะมีโอกาสเกิดการระบาดได้ง่าย โรคเกิดประปรายตลอดปี แต่จะเพิ่มมากขึ้นในฤดูฝน ซึ่งอากาศเย็นและชื้น



การแพร่ติดต่อ

การติดต่อส่วนใหญ่เกิดจากได้รับเชื้อไวรัสเข้าสู่ปากโดยตรง โรคแพร่ติดต่อง่ายในช่วงสัปดาห์แรกของการป่วย โดยเชื้อไวรัสติดมากับมือหรือของเล่นที่เป็นอนาลาย น้ำมูก น้ำจากตุ่มพองและแผล หรืออุจจาระของผู้ป่วย หรือเกิดจากการไอจามรดกัน โดยหายใจเอาเชื้อที่แพร่กระจายจากละอองฝอยของผู้ป่วย สำหรับการติดต่อเชื้อจากอุจจาระ จะเกิดได้จนถึงระยะที่เด็กมีอาการทุเลา และหายป่วยแล้วประมาณ 1 เดือน แต่การแพร่เชื้อในระยะนี้ จะเกิดขึ้นได้น้อยกว่า



อาการของโรค

หลังจากได้รับเชื้อ 3 - 6 วัน ผู้ติดเชื้อจะเริ่มแสดงอาการป่วย เริ่มด้วยมีไข้ต่ำ, อ่อนเพลีย ต่อมาอีก 1 - 2 วัน มีอาการเจ็บปาก กลืนน้ำลายไม่ได้และไม่ยอมกินอาหาร เนื่องจากมีตุ่มแดงที่ลิ้น เหงือก และกระพุ้งแก้ม จะพบตุ่มหรือผื่นนูนสีแดงเล็ก (มักไม่คัน) ที่ฝ่ามือ นิ้วมือ ฝ่าเท้า และอาจพบที่ก้นด้วย ตุ่มนี้จะกลายเป็นตุ่มพองใส บริเวณรอบๆ อักเสบและแดง ต่อมาตุ่มจะแตกออกเป็นแผลหลุมตื้นๆ อาการจะทุเลาและหายเป็นปกติ ภายใน 7 - 10 วัน



Hand and Mouth Disease



การรักษา

- ✦ โรคนี้ไม่มียารักษาโดยเฉพาะ แพทย์จะให้ยารักษาตามอาการ เช่น ยาลดไข้ (ห้ามใช้ยาที่มีส่วนผสมของสเตียรอยด์)
- ✦ ผู้ปกครองหรือผู้เลี้ยงดูเด็ก ควรเช็ดตัวเด็กเพื่อลดไข้เป็นระยะ และให้ผู้ป่วยรับประทานอาหารอ่อนๆ รสไม่จัด ดื่มน้ำและน้ำผลไม้ และนอนพักผ่อนมากๆ ถ้าเป็นเด็กอ่อน อาจต้องป้อนนมให้แทนการดูดจากขวด
- ✦ ตามปกติโรคมักไม่รุนแรงและไม่มีอาการแทรกซ้อน แต่เชื้อไวรัสบางชนิด เช่น เชื้อเอนเทอโรไวรัส 71 อาจทำให้มีอาการรุนแรงได้ จึงควรดูแลเด็กอย่างใกล้ชิด หากพบมีไข้สูง ซึม ไม่ยอมทานอาหารหรือดื่มน้ำ อาเจียนบ่อย ท้อง แขนขาอ่อนแรง ชัก ต้องรีบพาไปโรงพยาบาลทันที เพราะอาจเกิดภาวะสมองอักเสบ กล้ามเนื้อหัวใจอักเสบ หรือน้ำท่วมปอดซึ่งจะรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิตได้



