



# บอกกล่าว.....ข่าวสาร

รวบรวมโดย กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลเมืองพิจิตร

ประจำวันที 6 พฤษภาคม 2552

## คำแนะนำการควบคุมและป้องกันโรคไข้หวัด2009

พวา! ไปทั่วโลกกับการแพร่ระบาดของโรคไข้หวัด2009 SWINE FLU หรือ HUMAN SWINE INFLUEZA ที่ประเทศเม็กซิโก เกิดจากเชื้อไข้หวัดใหญ่ชนิด เอ สายพันธุ์ เอช 1 เอ็น 1 (H1N1) ซึ่งเป็นไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ของคนที่มีการพันธุกรรมของเชื้อไข้หวัดใหญ่ในหมูผสมอยู่ด้วย

โครงสร้างของเชื้อไวรัส เอช 1 เอ็น 1 มีลักษณะทรงกลมห่อหุ้มด้วยสารไลโป โปรตีน (LIPO PROTEIN) ภายในประกอบด้วยโรบินิวคลิสิกแอซิด (อาร์เอ็นเอ) 8 ชนิด ได้แก่ นูรามินิดาซี (NEURAMINIDASE), เอ็นพี ยีน, เอ็นเอ ยีน, เอ็ม ยีน, เฮมากลูตินิน (HEMAGGLUTININ), เอชเอ ยีน, เอ็นเอส ยีน, และ พีเอ, พีบี1, พีบี 2 ยีน

อย่างไรก็ตาม ไข้หวัด2009 มีอัตราการติดเชื้อและแพร่ระบาดของโรคอย่างรวดเร็ว มีผู้เสียชีวิตกว่า 100 ราย มีผู้สงสัยติดเชื้อกว่า 2,000 ราย ขณะที่ประเทศไทยพบเชื้อโรคลักษณะคล้ายกัน ชื่อว่า เชื้อสเตรปโต คอคคัส ซูอิส ไทยป์ II เป็นเชื้อที่อยู่ในโพรงจมูกและค่อม้ำลายของหมู เชื้อดังกล่าวพบได้ในหมูทั่วไปจนกลายเป็นเชื้อประจำถิ่น เมื่อหมูอยู่ในภาวะเครียด เช่น อยู่ในที่แออัด อากาศชื้นหรือหนาวจากฝนตกหนัก ภูมิคุ้มกันของหมูจะลดลง ส่งผลให้เชื้อเข้าสู่กระแสเลือดทำให้หมูป่วยหรือตาย

อาการป่วยของผู้ติดเชื้อเบื้องต้น เริ่มมีไข้ ปวดหัวตัวร้อน เจ็บคอ หายใจขัดๆ ปวดเมื่อยตามร่างกาย และเบื่ออาหาร ซึ่งไม่แตกต่างจากผู้ป่วยไข้หวัดทั่วไป ปัจจุบันโรคไข้หวัด2009 ยังไม่มีวัคซีนในการรักษา

ฉะนั้นผู้ป่วยหรือคนปกติต้องระมัดระวังและป้องกันตัวเอง ดังนี้

1. ควรใช้กระดาษทิชชูปิดจมูกและปากกรณีไอหรือจาม และทิ้งกระดาษทิชชูที่ใช้แล้วลงในถังขยะที่มีฝาปิดมิดชิดหลังการใช้ทันที
2. ล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำเปล่า สบู่หรือน้ำยาฆ่าเชื้อโรคหรือผลิตภัณฑ์ที่มีส่วนผสมแอลกอฮอล์ (เจลล้างมือ) บ่อยๆ โดยเฉพาะหลังการไอหรือจาม
3. หลีกเลี่ยงการพบปะหรือสัมผัสโดยตรงกับผู้ป่วยโรคไข้หวัด ไม่ว่าจะชนิดใดก็ตาม หากตัวเองป่วยควรหยุดพักผ่อนอยู่กับบ้าน เพื่อจำกัดพื้นที่และหลีกเลี่ยงการแพร่ระบาดของเชื้อ ผู้ที่เดินทางกลับมาจากพื้นที่เกิดการระบาด ถ้ามีอาการของไข้หวัดใหญ่ เช่น มีไข้ ไอ ปวดเมื่อยตามตัว เจ็บคอ ภายใน 7 วันหลังจากเดินทางกลับ ให้รีบปรึกษาแพทย์ เพื่อรับการรักษาและคำแนะนำในการปฏิบัติตนอย่างเข้มงวด
4. สร้างเสริมสุขภาพให้แข็งแรง โดย
  - 4.1 รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ โดยเฉพาะผักและผลไม้ ดื่มน้ำสะอาดให้พอเพียง
  - 4.2 หมั่นล้างมือบ่อยๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งหลังการไอ จาม
  - 4.3 นอนหลับพักผ่อนให้พอเพียง / ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
  - 4.5 หากพบว่ามียุป่วยที่มีอาการคล้ายโรคไข้หวัดใหญ่ ภายในบ้านหรือสถานที่ทำงานเดียวกัน ต้องแจ้งสำนักงานสาธารณสุข เพื่อเข้าดำเนินการป้องกันการแพร่ระบาดในวงกว้าง

5. หลีกเลี่ยงการสัมผัสทางตา จมูก หรือปาก เพราะเชื้อโรคนี้อาจแพร่กระจายเข้าสู่ร่างกายทางอวัยวะส่วนนี้ได้

ทั้งนี้ ทางกรมควบคุมโรค ของกระทรวงสาธารณสุขได้ออกมาให้คำแนะนำประชาชนในการดูแลสุขภาพ ทาง [www.moph.go.th](http://www.moph.go.th) สอบถามข้อมูลเกี่ยวกับสถานการณ์ของโรคได้ที่ศูนย์บริการข่าวสาร โทร 0-2590-3333 ตลอด 24 ชั่วโมง

## โรคไข้เลือดออก

โรคไข้เลือดออกเกิดจาก **ไวรัสเด็งกี** จึงเรียกชื่อว่า (Denque haemorrhagic fever ; DHF) เชื้อไวรัสเด็งกีปกติจะมี 4 ชนิด คือ DEN1 , DEN2 , DEN3 , DEN4

### ลักษณะของการเกิดโรค

ไข้เลือดออกเป็นโรคติดต่อที่ขุยกลายเป็นพาหะนำโรค ขุยหลายชนิดที่สำคัญ คือ Aedcs aegypti(ขุยลายบ้าน) เป็นพาหะหลัก โดยขุยลายเข้ากัดคนที่มีเชื้อไวรัสไข้เลือดออก เชื้อจะฟักตัวในขุยประมาณ 8 - 10 วัน และเมื่อขุยลายที่มีเชื้อโรคไข้เลือดออกไปกัดคนปกติ เชื้อจะฟักตัวในคนประมาณ 5 - 8 วัน จึงแสดงอาการป่วย อาการของการติดเชื้อไข้เลือดออก แบ่งลักษณะอาการตามความรุนแรงเป็น 4 ระดับ คือ

#### 1. ไข้สูงลอย 2 - 7 วัน คือ จะมีอาการไข้สูง

เฉียบพลัน ไข้อาจสูงถึง 40 - 41 องศาเซลเซียส ผู้ป่วย มักจะมีอาการหน้าแดง ไม่ค่อยมีอาการน้ำมูกไหลหรืออาการไอ อาจมีอาการทางระบบทางเดินอาหารร่วมด้วย คือ ปวดหลัง หรือชายโครง , เบื่ออาหาร , อาเจียน

#### 2. อาการเลือดออก พบบ่อยทางผิวหนัง เป็นจุด

เลือดออกเล็ก ๆ กระจายตามแขนขา ลำตัว รักแร้ อาจมีเลือดกำเดา หรือเลือดออกตามไรฟัน ในระยะที่รุนแรงอาจมีอาเจียนและถ่ายอุจจาระเป็นเลือด ซึ่งมักจะเป็นสีดำ อาการเลือดออกในทางเดินอาหาร

#### 3. ตับโต ส่วนใหญ่จะคลำตับโต ได้ประมาณวันที่

3 - 4 นับจากวันเริ่มป่วย ตับจะนุ่มกดเจ็บ

#### 4. ภาวะไหลเวียนล้มเหลว หรือช็อก ประมาณ 1 ใน

3ของผู้ป่วยไข้เลือดออกจะมีอาการรุนแรงมีภาวะไหลเวียนโลหิตล้มเหลวเกิดขึ้น เกิดได้ตั้งแต่วันที่ 3 (ถ้ามีไข้มา 2 วัน) หรือวันที่ 8 ของโรค(มีไข้มาแล้วประมาณ 7 วัน) หรือเกิดขึ้นพร้อมกับการที่มีไข้ลดลงอย่างรวดเร็ว กระสับกระส่าย , รอบปาก / มือ-เท้าเขียว , ผิวสีม่วง , ตัวเย็นชื้น , ชีพจรเบา , ความดันต่ำ , ความรู้สึกเปลี่ยนไปจะเสียชีวิต ภายใน 12 - 24 ชั่วโมง หลังเริ่มมีภาวะช็อก

**การป้องกัน** ป้องกันมิให้ถูกขุยลายกัด และทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ขุยลายให้หมดไป

## ขุย ตัวนำโรคร้าย



**วิธีการพ่นสารเคมีกำจัดขุยและแมลง** ที่เทศบาลเมืองพิจิตร ดำเนินการสารเคมีที่ใช้ ชื่อสามัญแอลฟาเมธริน (โดมิเน็กซ์)

**ขนาดของสารเคมีที่ใช้**

- พ่นฝอยละออง (ULV) ขนาดน้ำยา 1 ลิตรผสมน้ำ 25 ลิตร
- พ่นหมอกควัน ขนาดน้ำยา 1 ลิตร ผสมน้ำมันโซล่า 25 ลิตร

**ชนิดการพ่นฝอยละออง(ULV) การพ่นชนิดนี้ (ULV) จะให้ละออง** สารเคมีที่มีขนาดเล็กมากมองไม่เห็นด้วยตาเปล่า คือมีขนาดประมาณ 8 - 10 ไมครอน ละอองฝอยขนาดเล็ก ๆ เหล่านี้ จะสามารถลอยอยู่ในอากาศได้นาน ละอองสารเคมีจะถูกตัวแมลงหรือขุยในขณะบินได้โดยตรง และละอองสารเคมีเพียง 2 - 3 ละอองที่ถูกตัวแมลงหรือขุยจะมีผลทำให้ฆ่าแมลงได้ วิธีการพ่นชนิดนี้จะนิยม พ่นเคมีขึ้นสูงในอากาศ ช่วงที่มีอากาศเย็น ไม่มีความร้อน จากแสงแดด จะได้ผลดีมากมักจะนำไปใช้สำหรับการควบคุมขุยลาย ขุยรำคาญและใช้ในกรณีการป้องกันการระบาดของโรค

**ชนิดการพ่นหมอกควัน** วิธีนี้ใช้กับเครื่องพ่นแบบใช้ความร้อน โดยความร้อนเป็นตัวทำให้สารเคมีทำปฏิกิริยากับน้ำมัน ซึ่งเป็นตัวทำละลาย ทำให้เกิดเป็นหมอกควัน ละอองเคมีจะมีอนุภาคประมาณ 10 - 60 ไมครอน วิธีการนี้จะได้ผลดีในแจ้งจิตวิทยา เพราะประชาชนมองเห็นหมอกควัน จึงให้การยอมรับมากกว่า การพ่นแบบ ULV แต่มีข้อจำกัดเรื่องความร้อนมักจะทำให้เกิดเปลวไฟ และข้อจำกัดเรื่องความครอบคลุมพื้นที่ในการพ่นกำจัดขุย แมลง

**ชนิดการพ่นฝอยละออง(ULV) การพ่นชนิดนี้ (ULV) จะให้ละอองสารเคมีที่มีขนาดเล็กมากมองไม่เห็นด้วยตาเปล่า** คือมีขนาดประมาณ 8 - 10 ไมครอน ละอองฝอยขนาดเล็ก ๆ เหล่านี้ จะสามารถลอยอยู่ในอากาศได้นาน ละอองสารเคมีจะถูกตัวแมลงหรือขุยในขณะบินได้โดยตรง การพ่นเคมีชนิดนี้ต้องพ่นในเวลาอากาศเย็น หรือไม่ควรมีแสงแดดไม่ร้อนแรง

การพ่นเคมีชนิดนี้ เทศบาลเมืองพิจิตร จะใช้รถยนต์บรรทุกเครื่องพ่น ออกไปพ่นสารเคมี ในช่วงเช้า ตั้งแต่เวลาประมาณ 04.30น - 07.30 น. หรือในเวลาอากาศเย็น