

รับมืออย่างไรกับ “โรคมือเท้าปาก” ในฤดูฝน

“โรคมือเท้าปาก” เกิดจากการติดเชื้อไวรัสหลายชนิด ติดต่อกันได้ง่ายโดยการสัมผัสกับเชื้อโดยตรงจากตัวผู้ป่วย หรือจากเชื้อที่อยู่ในสิ่งแวดล้อม เชื้อไวรัสที่เป็นสาเหตุของ “โรคมือเท้าปาก” ที่มีความรุนแรงและมีการกล่าวดังบ่อยคือ enterovirus 71 หรือเรียกย่อๆ ว่า EV 71 ซึ่งพบน้อยในประเทศไทย โรคนี้พบบ่อยในเด็กเล็กอายุ 1-5 ปี เป็นโรคที่พบบ่อยเป็นประจำถิ่นในบ้านเรา และมีการแพร่ระบาดเป็นครั้งคราวในสถานรับเลี้ยงเด็ก โรงเรียนชั้นอนุบาล และโรงเรียนชั้นประถม ผู้ป่วยในประเทศไทยส่วนใหญ่มีอาการไม่รุนแรง พบผู้ป่วยเสียชีวิตน้อยมาก โรคนี้พบไม่บ่อยในเด็กโตและผู้ใหญ่ เนื่องจากเด็กโตและผู้ใหญ่มักติดเชื้อดังกล่าวไปแล้วตั้งแต่วัยเด็กเล็ก โดยส่วนใหญ่ไม่มีอาการหรือมีอาการเจ็บป่วยเพียงเล็กน้อย



ทำไมสังคมไทยจึงเกิดความตื่นตระหนกเกี่ยวกับโรคมือเท้าปาก

ข่าวการแพร่ระบาดของ “โรคมือเท้าปาก” ในสถานรับเลี้ยงเด็กและโรงเรียนมักสร้างความตื่นตระหนกให้กับพ่อแม่ผู้ปกครอง ครู และสังคม เมื่อพบผู้ป่วย “โรคมือเท้าปาก” ในสถานรับเลี้ยงเด็กและโรงเรียน โดยเฉพาะเมื่อมีการระบาดถึงขั้นต้องสั่งปิดสถานที่ดังกล่าวชั่วคราว ความตื่นตระหนกเพิ่มมากขึ้นอีกเมื่อมีสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อ EV71 เกิดขึ้นในประเทศเพื่อนบ้าน และมีผู้ป่วยเสียชีวิตจำนวนหนึ่ง

อาการของผู้ป่วยที่ทำให้สงสัยว่าอาจเป็นโรคมือเท้าปาก

เมื่อมีการแพร่ระบาดของ “โรคมือเท้าปาก” ในสังคม ทำให้ผู้ที่ทำงานเกี่ยวกับเด็กเล็ก ไม่ว่าจะเป็นครอบครัว สถานรับเลี้ยงเด็ก โรงเรียน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ต้องเฝ้าติดตามสถานการณ์และเฝ้าดูอาการเจ็บป่วยของเด็กเล็กโดยใกล้ชิด การตรวจสุขภาพของเด็กโดยการวัดไข้ และตรวจหาตุ่มน้ำใสในช่องปาก ฝ่ามือ และฝ่าเท้า และแยกผู้ป่วยออกจากเด็กอื่นหรือส่งกลับบ้าน เป็นมาตรการสำคัญที่นำมาใช้ในการควบคุมการแพร่ระบาดให้อยู่ในวงจำกัด ผู้ป่วย “โรคมือเท้าปาก” จะมีอาการไข้เหมือนกับอาการไข้หวัดทั่วไป แต่จะมีอาการเจ็บในช่องปาก ตรวจพบตุ่มหรือแผลภายในช่องปาก และมักตรวจพบตุ่มน้ำใสที่บริเวณฝ่ามือและฝ่าเท้าร่วมด้วย

การดูแลรักษาผู้ป่วยโรคมือเท้าปาก

ผู้ป่วย “โรคมือเท้าปาก” ในประเทศไทยส่วนใหญ่มีอาการไม่รุนแรง ไม่จำเป็นต้องพบแพทย์ทุกราย พ่อแม่ผู้ปกครองและครูสามารถให้การดูแลรักษาผู้ป่วยเบื้องต้นที่บ้านและที่โรงเรียนได้ “โรคมือเท้าปาก” ไม่มียาที่ใช้ในการรักษาจำเพาะ การรักษาสวนใหญ่เป็นการรักษาตามอาการด้วยการให้ยาลดไข้ ยารักษาหวัด และยาทาตุ่มในช่องปากเพื่อลดอาการเจ็บ ควรดื่มน้ำมากๆ รับประทานอาหารที่

มีประโยชน์ และพักผ่อนให้เพียงพอ การดื่มน้ำเย็น
อมน้ำแข็ง หรือกินไอศกรีม เพื่อในเกิดอาการชาใน
ช่องปาก จะช่วยทำให้ผู้ป่วยดื่มน้ำและรับประทานอาหาร
ได้เพียงพอ ลดโอกาสในการต้องรับผู้ป่วยไว้
รักษาในโรงพยาบาล เพื่อให้สารน้ำหรือน้ำเกลือ
ทางหลอดเลือดได้มาก

รู้ได้อย่างไรว่าผู้ป่วยโรคมือเท้าปากอาจมีอาการรุนแรง

ผู้ป่วย **“โรคมือเท้าปาก”** ที่มีอาการซึ่งทำ
ให้สงสัยว่าโรคอาจมีความรุนแรง คือ ผู้ป่วยที่มีไข้
สูงอยู่นานหลายวัน มีอาการซึม มีอาการผื่น
ของการหายใจและการเต้นของหัวใจ หากมีอาการ
ดังกล่าวต้องรีบพบแพทย์เพื่อการวินิจฉัยโรคและการ
รักษาโดยเร็ว เพราะผู้ป่วยอาจมีความเสี่ยงสูงใน
การเกิดภาวะแทรกซ้อนทางสมอง ซึ่งได้แก่ภาวะ
แกนสมองอักเสบ ซึ่งแม้จะพบได้น้อยมาก แต่มีความ
รุนแรงถึงขั้นทำให้ผู้ป่วยเสียชีวิตได้

ทำอย่างไรให้ห่างไกลจากโรคมือเท้าปาก

การป้องกัน **“โรคมือเท้าปาก”** ทำได้ยาก
เนื่องจากเชื้อไวรัสที่ทำให้เกิดโรคนี้มีการติดต่อจาก
ผู้ป่วยไปยังเด็กคนอื่นได้ง่าย ปัจจุบันยังไม่มียาที่
ใช้ในการป้องกัน การป้องกันที่สำคัญ คือ การ

หลีกเลี่ยงในการพาเด็กเล็กเข้าไปในที่ชุมชนโดยไม่
จำเป็น โดยเฉพาะในช่วงที่มีการแพร่ระบาดของโรค
ไม่ว่าจะเป็นห้างสรรพสินค้าหรือโรงพยาบาล และ
หลีกเลี่ยงการส่งเด็กไปฝากเลี้ยงในสถานรับเลี้ยง
เด็กโดยไม่จำเป็นหรือก่อนวัยอันควร ผู้ป่วย **“โรคมือ
เท้าปาก”** ควรได้รับการแยกออกจากเด็กคนอื่นโดย
ให้หยุดพักอยู่ที่บ้าน การปิดสถานรับเลี้ยงเด็กและ
สถานศึกษาชั่วคราวกรณีพบผู้ป่วยหลายๆ คน มี
ความจำเป็นในการควบคุมโรค ควรทำความสะอาด
ห้องต่างๆ ภายในอาคารและทำความสะอาดของเล่น
เด็ก รณรงค์ให้เด็กและผู้ใหญ่ที่ทำงานกับเด็กล้าง
มือบ่อยๆ โดยเฉพาะก่อนรับประทานอาหาร หลังเข้า
ห้องน้ำ และหลังจากการสัมผัสของเล่น

เช่นเดียวกับโรคติดต่อทางระบบทางเดิน
หายใจทั่วไป เด็กที่เป็นไข้ เป็นไข้หวัด หรือเด็กที่
สงสัยว่าอาจเป็นโรคมือเท้าปาก ควรล้างมือบ่อยๆ
และสวมหน้ากากอนามัย

ขอบคุณข้อมูลจาก

รศ.นพ.วิษณุ พันธุ์เจริญ

ภาควิชากุมารเวชศาสตร์

คณะแพทยศาสตร์จุฬาลงกรณ์

มหาวิทยาลัย

ผ่านขั้วประสาทสัมพันธ์.....

รับมืออย่างไรกับ **“โรคมือเท้าปาก”** ในฤดูฝน



โดย

กองการศึกษา

เทศบาลตำบลดงมะดะ อำเภอแม่ลาว

จังหวัดเชียงราย

โทรศัพท์ 0-53184131-2