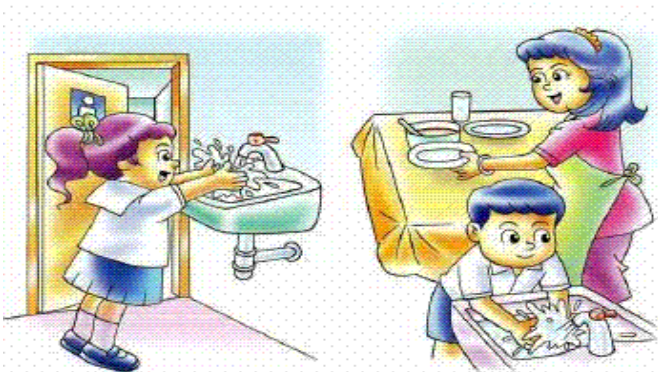


การป้องกันโรค

โรคนี้ยังไม่มีวัคซีนป้องกัน แต่ป้องกันได้โดย

๑. ควรแยกเด็กป่วย ไม่ให้คลุกคลีกับเด็กอื่นๆ ประมาณ ๒ อาทิตย์
๒. หลีกเลี่ยงการใช้สิ่งของร่วมกับคนอื่น เช่น แก้วน้ำ ขวดนม ช้อน ชาม เสื้อผ้า ของเล่น ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดมือ เป็นต้น
๓. ฝึกเด็กให้มีสุขนิสัยที่ดี ไม่ควรให้เด็กดูดนิ้ว หรือเอาของเล่นใส่ปาก
๔. ผู้ปกครองควรแนะนำบุตรหลานและผู้เลี้ยงดูเด็กให้รักษาความสะอาด ตัดเล็บให้สั้น หมั่นล้างมือด้วยน้ำและสบู่ โดยเฉพาะหลังการขับถ่ายและก่อนรับประทานอาหาร



หมั่นล้างมือบ่อยๆ (ด้วยน้ำและสบู่)
โดยเฉพาะหลังการขับถ่าย และก่อนรับประทานอาหาร

๕. สถานรับเลี้ยงเด็กและโรงเรียนอนุบาล ต้องจัดให้มีอ่างล้างมือและส้วมที่ถูกสุขลักษณะ หมั่นดูแลรักษาสุขลักษณะของสถานที่และอุปกรณ์เครื่องใช้ให้สะอาด อยู่เสมอหากพบเด็กป่วยต้องรีบป้องกันไม่ให้เชื้อแพร่ไปยังเด็กคนอื่น ๆ ควรแนะนำผู้ปกครองให้รีบพาเด็กไปพบแพทย์ และหยุดรักษาตัวที่บ้านประมาณ ๗ วัน หรือจนกว่าจะหายเป็นปกติ ระหว่างนี้ไม่ควรพาเด็กไปในสถานที่แออัด เช่น สนามเด็กเล่น สระว่ายน้ำ และห้างสรรพสินค้า และ ผู้เลี้ยงดูเด็กต้องล้างมือให้สะอาด ทุกครั้งหลังสัมผัสน้ำมูก น้ำลาย หรืออุจจาระเด็กป่วย

*** หากมีเด็กป่วยจำนวนมาก อาจจำเป็นต้องปิดสถานที่ชั่วคราว (๑-๒ สัปดาห์) และทำความสะอาดฆ่าเชื้อโรค โดยอาจใช้สารละลายเจือจางของน้ำยาฟอกขาว ๑ ส่วนผสมกับน้ำ ๓๐ ส่วน



หลีกเลี่ยงการใช้ของร่วมกัน เช่น แก้วน้ำ หลอดดูด ช้อน-ส้อม
ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดมือ และแปรงสีฟัน เป็นต้น

โรคมือ เท้า ปาก

(hand, foot
and mouth disease)



งานสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
องค์การบริหารส่วนตำบลเขาขาว

๐๗๕-๓๕๕๙๖

โรคมือ เท้า ปาก

เกิดจากเชื้อไวรัสลำไส้หรือเอนเทอโรไวรัสหลายชนิด ได้แก่ ค็อกแซกกีเอ,บี (Coxsackie A,B) และพบได้บ่อยในกลุ่มเด็กทารกและเด็กเล็กอายุต่ำกว่า ๕ ปี โรคเกิดประปรายตลอดปี แต่จะเพิ่มมากขึ้นในหน้าฝน ซึ่งอากาศมักเย็นและชื้น โดยทั่วไปโรคนี้มีอาการไม่รุนแรง

การแพร่ติดต่อของโรค

การติดต่อส่วนใหญ่เกิดจากได้รับเชื้อไวรัสเข้าสู่ปากโดยตรง โรคแพร่ติดต่อง่ายในช่วงสัปดาห์แรกของการป่วย โดยเชื้อไวรัสอาจติดมากับมือหรือของเล่นที่เปื้อนน้ำลาย น้ำมูก น้ำจากตุ่มพองและแผล หรืออุจจาระของผู้ป่วย และอาจเกิดจากการไอจามรดกัน ในระยะที่เด็กมีอาการทุเลาหรือหายป่วยแล้วประมาณ ๑ เดือน จะพบเชื้อในอุจจาระได้ แต่การติดต่อในระยะนี้จะเกิดขึ้นได้น้อยกว่า



อาการของโรค

หลังจากได้รับเชื้อ ๓ - ๖ วัน ผู้ติดเชื้อจะเริ่มแสดงอาการป่วย เริ่มด้วยมีไข้ต่ำ ๆ อ่อนเพลีย ต่อมาอีก ๑-๒ วัน มีอาการเจ็บปากและไม่ยอมทานอาหาร เนื่องจากมีตุ่มแดงที่ลิ้น เหงือก และกระพุ้งแก้ม ตุ่มนี้จะกลายเป็นตุ่มพองใส ซึ่งบริเวณรอบ ๆ จะอักเสบและแดง ต่อมาตุ่มจะแตกออกเป็นแผลหลุมตื้น ๆ จะพบตุ่มหรือผื่น (มักไม่คัน) ที่ฝ่ามือ นิ้วมือ ฝ่าเท้า และอาจพบที่ก้นด้วย อาการจะทุเลาและหายเป็นปกติภายใน ๗ - ๑๐ วัน



การรักษา



โรคมือ เท้า และปาก หากไม่มีภาวะแทรกซ้อนเป็นโรคที่สามารถหายได้เอง โดยใช้ระยะเวลาประมาณ ๗ วัน การรักษาจึงเป็นเพียงการประคับประคองและบรรเทาอาการ โดยเฉพาะการลดไข้ และลดอาการเจ็บปวดจากแผลในปาก โดยอาจใช้ยาชาป้ายบริเวณที่เป็นแผลก่อนรับประทานอาหาร ในกรณีที่มีภาวะแทรกซ้อนให้รักษาตามอาการเป็นส่วนใหญ่ หลังจากการติดเชื้อผู้ป่วยจะมีภูมิคุ้มกันต่อเชื้อไวรัสที่ก่อโรค แต่อาจเกิดโรคมือ เท้า ปาก ซ้ำได้จากเอนเทอโรไวรัสตัวอื่นๆ ควรแนะนำให้ผู้ป่วยปกครองสังเกตอาการที่อาจมีภาวะแทรกซ้อนรุนแรง เช่น ไข้สูง ซึม อาเจียน บ่อยๆ ไม่ยอมรับประทานอาหารและน้ำ ซึ่งควรพาบุตรหลานมาพบแพทย์