



# จดหมายข่าวสุขภาพ

โดย กลุ่มกิจการและสวัสดิภาพนักเรียน ศูนย์ฝึกพาณิชยน์าวี

ประจำเดือน มิถุนายน 2561



## “ไข้เลือดออก”

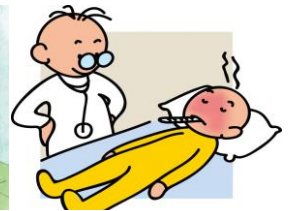
### ไข้เลือดออก

เกิดจากเชื้อไวรัสเดงกี (Dengue) ซึ่งมีสายพันธุ์ 1,2,3,4 ส่วนน้อยเกิดจากเชื้อชิคุนกุนยาไวรัส (Chikungunya Virus)

พาหะ คือ ยุงลายบ้าน (Aedes gegyti) ยุงลายจะได้รับเชื้อไวรัสจากผู้ป่วยที่เป็นไข้เลือดออกและเมื่อไปกัดคนอื่น ๆ จะแพร่เชื้อไปด้วยผู้ป่วยส่วนใหญ่จะมีอายุต่ำกว่า 15 ปี โรคไข้เลือดออกจะระบาดทุกปี โดยเฉพาะฤดูฝนช่วงเดือนพฤษภาคมถึงเดือนกันยายนในแต่ละปี จะมีผู้ป่วยไข้เลือดออกจำนวนมากและมีอัตราการตายประมาณร้อยละ 0.1 ยุงลายมี 2 ชนิดคือ ยุงลายบ้าน และ ยุงลายสวน แต่ที่เป็นพาหะหลักคือ ยุงลายบ้าน จะออกหากินในเวลากลางวัน มักหลบซ่อนตัวในมุมมืด แหล่งเพาะพันธุ์จะอยู่ตามภาชนะที่มีน้ำนิ่งและใส เช่น แจกัน โอ่งน้ำ ถ้วยหล่อขาตู้ เป็นต้น

### อาการ

1. ไข้สูงลอย 2-7 วัน ไข้สูง 39-40 องศา
2. เบื่ออาหาร อาเจียน ปวดท้อง เจ็บใต้ชายโครงข้างขวา
3. ปวดหัว ปวดกล้ามเนื้อวันที่ 2-3 เด็กมักซึมลง
4. หน้าแดง ตัวแดง อาจมีผื่นหรือจุดเลือดออกตามผิวหนัง



อาการวิกฤตของไข้เลือดออกคือ การเกิดภาวะ ช็อก ซึ่งมีอาการดังนี้



ไข้ลงอย่างรวดเร็ว ซึมลง ตัวเย็น มือเท้าเย็น  
กระสับกระส่าย ชีพจรเบาเร็วแต่ยังมีสติรู้เรื่อง  
กระหายน้ำ ถ่ายปัสสาวะน้อย ปวดท้องมากขึ้นกะทันหัน  
มีเลือดกำเดาไหลหรืออาเจียนเป็นเลือด ถ่ายอุจจาระดำ



ถ้าไม่ได้รับการรักษาอย่างทันทีจะเสียชีวิตภายใน 12 – 24 ชั่วโมง



# ทำอย่างไรเมื่อเป็นโรคไข้เลือดออก



ปัจจุบันยังไม่มียาต้านเชื้อไวรัสโรคไข้เลือดออกโดยตรง การรักษาโรคนี้จึงเป็นการรักษาตามอาการ และ ควบคุมประคองให้ผู้ป่วยฟื้นตัวได้เอง ดังนี้

- ถ้าผู้ป่วยไข้สูง ควรใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดตัวเพื่อลดไข้
- หากจำเป็นต้องใช้ยาลดไข้ควรใช้ยาพาราเซตามอล ห้ามใช้แอสไพรินเพราะมีผลทำให้เลือดออกง่ายกว่าปกติ
- หากมีอาการอ่อนเพลียให้ดื่มน้ำผลไม้ หรือน้ำตาลเกลือแร่ บ่อยๆ
- ถ้าหากอาการไม่ดีขึ้นควรรีบพามาพบแพทย์ทันที



## การป้องกัน

1. ต้องระวังเรื่องไม้ให้ยุงกัดโดยใส่เสื้อผ้าหนา ใส่เสื้อแขนยาว นอนในมุ้ง
2. ช่วยกันกำจัดและลดแหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำยุงลายโดย 5 ป
  - ◆ ปิดฝาโอ่งให้สนิทด้วยผ้าและฝา ปิดความเสี่ยงให้ทุกชีวิตของครอบครัว
  - ◆ เปลี่ยนน้ำในภาชนะที่ปิดไม่ได้ กันไม่ให้ยุงลายไปวางไข่
  - ◆ ปล่อยปลาในลูกน้ำก่อนที่ลูกน้ำจะกลายเป็นยุง กินเลือดเรา
  - ◆ ปรับปรุงสิ่งแวดล้อม ทำลายและคว่ำภาชนะที่น้ำขังหรือไม้ใช้แล้ว
  - ◆ ปฏิบัติเป็นประจำทุกวันศุกร์
3. กำจัดยุงโดยการใช้น้ำมาฆ่ายุง
4. การใช้กลิ่นกันยุง เช่น ตะไคร้หอม เปลือกส้ม เป็นต้น
5. ใส่เกลือ น้ำส้มสายชูหรือผงซักฟอกลงในน้ำจานรองตู้กับข้าวเพื่อป้องกันไม่ให้ยุงวางไข่



**เรียบเรียงโดย** : นายสัจจา พันธุวงษ์  
**ที่มา** : คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล  
 : สถาบันบําราศนราดुर  
 : กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

