

เดือนภัย 15 โรคติดต่อ ที่มาพร้อมกับฤดูฝน

เมื่อเข้าสู่ฤดูฝน การเปลี่ยนแปลงของสภาพอากาศในฤดูกาลนี้ เป็นสาเหตุทำให้โรคหลายชนิด สามารถแพร่ระบาดได้ง่ายและรวดเร็ว ควรดูแลและป้องกัน โรคติดต่อที่มักเกิดขึ้นในฤดูฝน ซึ่งมี 5 กลุ่ม รวมทั้งหมด 15 โรค ได้แก่

1.กลุ่มโรคติดต่อของระบบทางเดินอาหารที่พบบ่อย ได้แก่ โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน บิดไทฟอยด์ อาหารเป็นพิษ ตับอักเสบ

2.กลุ่มโรคติดเชื้อผ่านทางบาดแผลหรือเยื่อผิวหนังที่พบบ่อย คือ โรคเลปโตสไปโรซิส หรือไข้ฉี่หนู อาการเด่นคือ ไข้สูงเฉียบพลัน ปวดศีรษะ มักปวดกล้ามเนื้อบริเวณน่องและโคนขาอย่างรุนแรง และตาแดง

3.กลุ่มโรคระบบทางเดินหายใจ ที่พบบ่อยได้แก่ โรคหวัด ไข้หวัดใหญ่ คออักเสบ หลอดลมอักเสบ ปอดอักเสบหรือปอดบวม

4.กลุ่มโรคติดต่อที่เกิดจากยุง ที่สำคัญ 3 โรค ได้แก่

4.1 ไข้เลือดออก มีุงลายเป็นพาหะนำโรค ซึ่งกว่าร้อยละ 80 เป็นยุงลายที่อยู่ในบ้าน

4.2 ไข้สมองอักเสบเจอี (Japanese Encephalitis) มีุงรำคาญ มักแพร่พันธุ์ในแหล่งน้ำตามทุ่งนาเป็นตัวนำโรค

4.3 โรคมาลาเรีย มีุงก้นปล่องที่อยู่ในป่า เป็นพาหะนำโรค

5.โรคเยื่อตาอักเสบหรือโรคตาแดง ซึ่งเกิดจากเชื้อไวรัสที่อยู่ในน้ำสกปรก กระเด็นเข้าตา นอกจากนี้ ในช่วงหน้าฝนต้องระวังอีก 2 เรื่อง คือ ปัญหาน้ำกัดเท้าที่เกิดจากเชื้อรา สาเหตุเกิดจากการแช่น้ำสกปรกนานๆ ทำให้ผิวหนังเป็นผื่นแดง ถ้าเกาจะเป็นแผลมีน้ำเหลืองออก และอันตรายจากสัตว์มีพิษ เช่น งู ตะขาบ แมลงป่องที่หนีน้ำมาอาศัยในบริเวณบ้าน ทั้งนี้ สิ่งที่ต้องระวังคือการรับประทานยาลดไข้ เช่น ยาในกลุ่มแอสไพริน ห้ามกินอย่างเด็ดขาด เพราะมีอันตรายกับบางโรคที่สำคัญ 3 โรค คือ โรคไข้เลือดออก โรคไข้หวัดใหญ่ และโรคไข้ฉี่หนู ซึ่งโรคดังกล่าวจะทำให้มีเลือดออกตามอวัยวะต่างๆ ในร่างกายอยู่แล้ว หากได้รับยาแอสไพริน ซึ่งมีสารป้องกันเลือดแข็งตัวเข้าไปอีก จะทำให้เลือดออกได้ง่ายขึ้น ทำให้เสียชีวิตได้ง่ายขึ้น

ในการป้องกันโรคในฤดูฝน ขอให้ประชาชนออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ สวมเสื้อฝ้ายรักษาร่างกายให้อบอุ่น เพื่อให้ร่างกายมีภูมิต้านทานโรค โดยเฉพาะเด็กกับผู้สูงอายุควรดูแลเป็นพิเศษ เนื่องจากสภาพอากาศมีความชื้นสูง หนาวเย็น จะทำให้ร่างกายที่มีระดับภูมิต้านทานโรคต่ำกว่าคนวัยอื่นๆ อยู่แล้ว ต่ำลงไปอีก จึงมีโอกาสติดเชื้อโรคทางเดินหายใจได้ง่าย ควรดื่มน้ำสะอาด เช่น น้ำดื่ม รับประทานอาหารที่สะอาดปรุงสุกใหม่ๆ ไม่มีแมลงวันตอม และล้างมือฟอกสบู่ให้สะอาดก่อนรับประทานอาหารทุกครั้ง

สาเหตุและการแพร่ระบาด โรคไข้เลือดออก เป็นโรคที่เกิดจากการติดเชื้อไวรัส โดยมีขุณยกลายเป็นพาหะนำโรคนี้นมาสู่คน เชื้อไวรัสที่ก่อโรคคือ เชื้อไวรัสเด็งกี เป็นโรคที่สามารถเกิดขึ้นได้ตลอดทั้งปี แต่มักจะระบาดมากในช่วงหน้าฝน เพราะขุณยซึ่งเป็นพาหะของโรคมี่จำนวนชุกชุม ขุณยตัวเมียจะวางไข่ในภาชนะที่มีน้ำขัง เมื่อขุณยไปกัดคนป่วยที่มีเชื้อไวรัสไข้เลือดออกอยู่ในกระแสเลือด เชื้อไวรัสจะเข้าไปสู่ต่อมน้ำลายของขุณย และพร้อมที่จะแพร่เชื้อสู่คนที่ถูกกัดต่อไป เชื้อไวรัสไข้เลือดออกนี้จะอยู่ในตัวขุณยได้ตลอดชีวิตของขุณยประมาณ ๑ เดือน จึงทำให้ขุณยเหล่านี้จะไปกัด

ลักษณะอาการ เมื่อขุณยที่มีเชื้อไวรัสไข้เลือดออกไปกัดคน เชื้อโรคที่เข้าสู่ร่างกายจะใช้เวลาฟักตัวประมาณ ๕ - ๘ วัน ผู้ที่ได้รับเชื้อจะรู้สึกปวดหัว มีไข้สูง ประมาณ ๒ - ๓ วัน ปวดเมื่อยเนื้อตัว มีจุดแดง เนื่องจากอาการทั่ว ๆ ไป คล้ายกับเป็นหวัด เมื่อเด็กมีอาการเช่นนี้ พ่อแม่จึงมักคิดว่า เป็นไข้หวัดธรรมดาจนปล่อยให้อาการรุนแรง แต่สิ่งที่แตกต่างจากไข้หวัดก็คือ จะไม่ไอ ไม่มีน้ำมูกเหมือนหวัด บางคนมีอาการรุนแรงมักมีอาการคลื่นไส้ อาเจียนร่วมด้วย อาจมีเลือดกำเดาหรือเลือดออกตามไรฟัน มีอาการตับโต เมื่อกดจะเจ็บ จนถึงมีอาการช็อกเนื่องจากการไหลเวียนของเลือดล้มเหลว

อาการช็อกมักเกิดขึ้นพร้อมกับไข้จะลดลงอย่างรวดเร็วผู้ป่วยจะมีอาการแยกลง มือเท้าเย็น ความดันโลหิตเปลี่ยนแปลง ตัวเย็นขอบปากเขียว และอาจเสียชีวิตได้ภายใน ๑๒ - ๒๔ ชั่วโมง ดังนั้น ไม่ควรปล่อยให้โรคไข้เลือดออกรุนแรงจนถึงขั้นช็อก

การรักษา หลักการรักษาไข้เลือดออกคือ การรักษาให้ทุเลาอาการและการป้องกันการช็อก เมื่อเด็กมีไข้สูงจะต้องป้องกันไม่ให้มีอาการชักจากไข้ ด้วยการเช็ดตัวและให้ยาลดไข้ ไม่ควรใช้ยาจำพวกแอสไพรินเพราะจะทำให้เกล็ดเลือดเสียการทำงาน จะระคายเคืองกระเพาะอาหาร และทำให้เลือดออกง่าย ควรให้ยาลดไข้จำพวก พาราเซตามอลจะปลอดภัยกว่า รวมทั้งการให้น้ำเพื่อชดเชยน้ำที่ร่างกายเสียไปแก่ผู้ป่วย เช่น น้ำเปล่า น้ำผลไม้ น้ำเกลือแร่ โอ.อาร์.เอส โดยดื่มครั้งละน้อยแต่บ่อย ๆ และควรกินอาหารอ่อน ๆ เช่น โจ๊ก หรือ ข้าวต้ม เป็นต้น

การป้องกันโรคไข้เลือดออกที่ดีที่สุดคือ การกำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ขุณยซึ่งเป็นพาหะนำโรคนี้น โดยกำจัดลูกน้ำในภาชนะต่าง ๆ ที่มีน้ำขัง ด้วยการปิดฝาภาชนะ เก็บน้ำให้มิดชิด เช่น โอ่ง ถังเก็บน้ำ หมั่นเปลี่ยน หรือทิ้งน้ำในภาชนะบรรจุน้ำและภาชนะที่มีน้ำขัง เพื่อป้องกันขุณยมาวางไข่ เช่น แจกัน จานรอง กระถางต้นไม้ ถ้วย หรือขาตู้กับข้าว เก็บทำลายเศษวัสดุ เช่น ขวด กระจง ฯลฯ เพื่อไม่ให้รองรับน้ำได้ ตัดต้นไม้ที่รกครึ้ม เพื่อให้มีแสงสว่างและอากาศถ่ายเทได้ดี และการเลี้ยงปลา กินลูกน้ำไว้ในโอ่ง หรือบ่อที่ใส่น้ำใช้ นอกจากทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ขุณยแล้ว จะต้องป้องกันตัวเองไม่ให้ขุณยกัดด้วยการดูแลหน้าต่าง ประตู ช่องลม ไม่ให้ขุณยเข้าจัดข้าวของในบ้านไม่ให้กองสุมกัน รวมถึงเลิกใช้ผลิตภัณฑ์กำจัดขุณยและทายากันขุณยให้ถูกต้อง



