

การป้องกัน

สำหรับพ่อแม่หรือผู้ปกครอง

การดูแลสุขอนามัยส่วน

บุคคลที่ดี เช่น การล้างมือด้วยน้ำและสบู่ ทุกครั้งก่อน-หลังรับประทานอาหาร หลังขับถ่าย และการเล่นของเล่น โดยหมั่นล้างมือบ่อยๆ ตัดเล็บให้สั้น



การดูแลอนามัยสิ่งแวดล้อมที่ดี

เช่น กำจัดขยะ และสิ่งปฏิกูลที่ถูกต้อง ดูแลรักษาและทำความสะอาดอาคารสถานที่ อุปกรณ์เครื่องมือ เครื่องใช้ และของเล่นต่างๆ เป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ ด้วยน้ำยาทำความสะอาด หรือน้ำยาฆ่าเชื้อโรค



ไม่ควรนำเด็กเล็กไปในที่

ชุมชน ในช่วงที่มีการระบาด เช่น สนามเด็กเล่น ห้างสรรพสินค้า ตลาด สระว่ายน้ำ ควรอยู่ในที่ที่มีอากาศถ่ายเทได้ดี



เด็กที่ป่วยเป็นโรคมือเท้าปาก

ควรหยุดพัก รักษาตัวที่บ้าน ไม่เล่นหรือคลุกคลีกับเด็กอื่นๆ ประมาณ 1 สัปดาห์ หรือจนกว่าแผลตุ่มพองจะหายเป็นปกติ เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อให้เด็กอื่นๆ



การป้องกันและควบคุมโรค

สำหรับศูนย์เด็กเล็กและโรงเรียนอนุบาล



1. **ตรวจคัดกรองเด็ก** ว่ามีอาการไข้ มีตุ่มที่มือ เท้า ปาก ให้เด็กหยุดรักษาที่บ้าน
2. **ถ้ามีเด็กป่วยด้วยโรคมือเท้าปาก** ต้องแยกเด็กป่วยรีบแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ที่ได้รับผิดชอบทันที
3. **หากมีเด็กป่วยด้วยโรคมือเท้าปาก** ภายในห้องเดียวกันมากกว่า 2 ราย ใน 1 สัปดาห์ ต้องปิดห้องเรียนที่มีผู้ป่วยและทำความสะอาดห้องเรียน เครื่องมือ เครื่องใช้ ของเล่น ฯลฯ ด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อ
4. **หากมีเด็กป่วยด้วยโรคมือเท้าปาก** มากกว่า 5 คน หรือ 2 ห้องเรียนขึ้นไป ควรพิจารณาปิดศูนย์เด็กเล็กหรือโรงเรียนประมาณ 7 วัน (นับจากผู้ป่วยรายสุดท้าย) เพื่อทำความสะอาด และหลังเปิดศูนย์เด็กเล็กหรือโรงเรียน ควรคัดกรองอาการของเด็กอย่างละเอียดทุกคน ทุกวัน



จัดทำโดย..กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
องค์การบริหารส่วนตำบลกาหลง



การป้องกันและควบคุมโรค

มือ เท้า ปาก

ในศูนย์เด็กเล็กและโรงเรียนอนุบาล



การป้องกันและควบคุม

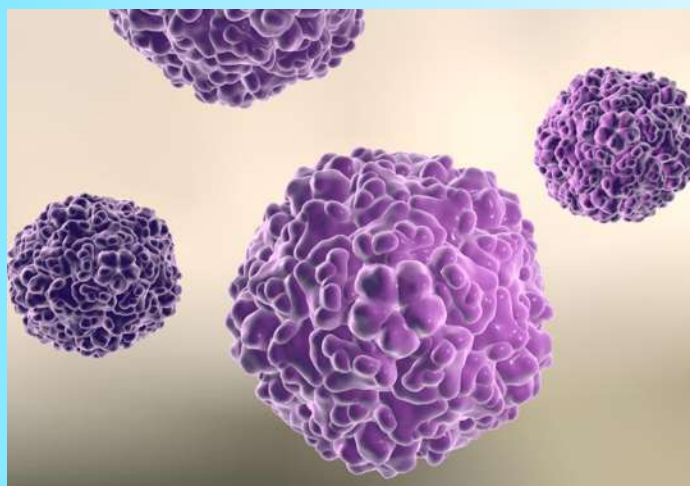
โรคมือ เท้า ปาก

ในศูนย์เด็กเล็กและโรงเรียนอนุบาล



โรคมือ เท้า ปาก

เป็นโรคที่พบบ่อยในทารก และเด็กเล็กในเขตร้อนชื้น พบประปรายตลอดทั้งปีมักพบบ่อยขึ้นในช่วงอากาศเย็นและชื้น ในประเทศไทยพบการระบาดมากในฤดูฝนจนถึงฤดูหนาว โดยเริ่มพบผู้ป่วยตั้งแต่เดือนมิถุนายน และมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นในเดือนมิถุนายน กรกฎาคม ผู้ป่วยส่วนใหญ่อาการไม่รุนแรง



สาเหตุ

เกิดจากเชื้อเอนเทอโรไวรัสหลายชนิด (Enterovirus) ที่พบบ่อย คือ ไวรัสเอกโค (Echovirus) และไวรัสเอนเทอโร 71 (Enterovirus 71) และไวรัสคอกแซกกี (Coxsackie)

ระยะฟักตัว

ประมาณ 3 - 6 วัน หลังได้รับเชื้อ

การติดต่อ

เชื้อไวรัสเข้าสู่ร่างกายทางปาก จากการที่เชื้อโรคติดอยู่บนมือที่ปนเปื้อนอุจจาระ น้ำลาย น้ำมูก น้ำในตุ่มพองหรือแผลของผู้ป่วย ผ่านทางเยื่อหูทางคอหอย และลำไส้ และจะเพิ่มจำนวนที่บริเวณคอหอย และต่อมน้ำเหลืองบริเวณใกล้เคียง ต่อมาจะเพิ่มจำนวนที่ลำไส้ จากนั้นเชื้อจะเข้าสู่กระแสเลือด และทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่เยื่อในช่องปาก ผิวหนัง มือ และเท้า เชื้อจะถูกขับมากับอุจจาระ อาจพบเชื้อในอุจจาระได้นานถึง 6 - 8 ชั่วโมง

อาการ

เริ่มด้วยไข้ อ่อนเพลีย ต่อมาอีก 1 - 2 วัน มีอาการเจ็บปาก และเบื่ออาหาร เนื่องจากมีแผลอักเสบที่ลิ้น เหงือก และกระพุ้งแก้ม ต่อมาจะเกิดผื่นแดง ซึ่งมักไม่คันที่ฝ่ามือ ฝ่าเท้า และอาจพบที่ก้น หรือหัวเข่าได้ ผื่นนี้จะกลายเป็นตุ่มพองใสรอบๆ แดง และแตกเป็นหลุมตื้นๆ โรคแทรกซ้อน เช่น สมองอักเสบ อัมพาต กล้ามเนื้ออ่อนปวกเปียก เป็นต้น



การรักษา

โรคนี้ส่วนใหญ่อาการไม่รุนแรง มักป่วยนานประมาณ 7 - 10 วัน และหายได้เอง ไม่มียาต้านไวรัสชนิดนี้โดยเฉพาะ จึงใช้การรักษาเพื่อบรรเทาอาการต่างๆ เช่น การให้ยาลดไข้ ร่วมกับการเช็ดตัวลดไข้ ให้ผู้ป่วยรับประทานอาหารอ่อนๆ ย่อยง่าย รสไม่จัด ดื่มน้ำ นม หรือน้ำหวาน และนอนพักผ่อนให้เพียงพอ บางรายที่ติดเชื้อชนิดที่รุนแรงต้องดูแลอย่างใกล้ชิด จะมีอาการไข้สูง ซึม อาเจียน หอบ เหนื่อย ต้องรีบไปพบแพทย์