

# การป้องกันโรค

โรคนี้อย่างไม่มีวัคซีนป้องกัน

แต่ป้องกันได้โดยการรักษา

สุขอนามัย ผู้ปกครองควร  
แนะนำบุตรหลาน และผู้เลี้ยงดูเด็ก

ให้ล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำและสบู่

(ก่อนและหลังเตรียมอาหาร ก่อนรับประทานอาหาร

ภายหลังการขับถ่ายหรือเปลี่ยนผ้าอ้อม หลังการดูแล

ผู้ป่วย) ตัดเล็บให้สั้นหลีกเลี่ยงการใช้สิ่งของร่วมกัน

(เช่น ขวดนม แก้วน้ำหลอดดูด ผ้าเช็ดหน้า และผ้าเช็ดมือ)

และใช้ช้อนกลาง

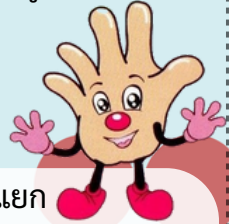


สถานรับเลี้ยงเด็กและโรงเรียนอนุบาล ต้องจัดให้มีอ่างล้างมือและส้วมที่ถูกสุขลักษณะ หมั่นดูแลรักษา  
สุขลักษณะของสถานที่และอุปกรณ์เครื่องใช้ให้สะอาด  
อยู่เสมอ รวมถึงการกำจัดอุจจาระเด็กให้ถูกต้องด้วย

# การควบคุมโรค

หากพบเด็กป่วย ต้องรีบแยก

เพื่อป้องกันไม่ให้แพร่ไปยังเด็กคนอื่นๆ ผู้ปกครอง  
ควร รีบพาเด็กไปพบแพทย์ และหยุดรักษาตัวที่บ้าน  
ประมาณ 5 - 7 วัน หรือจนกว่าจะหายเป็นปกติ  
ระหว่างนี้ควรสังเกตอาการผิดปกติที่อาจเกิดขึ้น  
ควรอยู่ในบริเวณบ้านที่มีการระบายถ่ายเทอากาศได้ดี  
ใช้ผ้าปิดจมูกปากเวลาไอจาม และระมัดระวังการไอ  
จามรดกัน และผู้เลี้ยงดูเด็กต้องล้างมือให้สะอาดทุกครั้ง  
หลังสัมผัสน้ำมูก น้ำลาย หรืออุจจาระเด็กป่วย



หากมีเด็กป่วยจำนวนมาก ผู้บริหารโรงเรียน  
หรือผู้จัดการสถานรับเลี้ยงเด็ก ต้องดำเนินการ ดังนี้

- ▶ ปิดห้องเรียนที่มีเด็กป่วยหรือปิดทั้งโรงเรียน  
ชั่วคราว (ประมาณ 5 - 7 วัน)
- ▶ ทำความสะอาดสถานที่เพื่อฆ่าเชื้อโรค  
บริเวณห้องน้ำ ห้องส้วม ห้องครัว โรงอาหาร  
บริเวณที่เล่นของเด็ก สนามเด็กเล่น โดยใช้  
สารละลายเจือจางของน้ำยาฟอกขาว  
(20 มิลลิลิตร ต่อน้ำ 1 ลิตร) หรือน้ำยา  
ทำความสะอาดที่ใช้ตามบ้านเรือน
- ▶ ทำความสะอาดของเล่น เครื่องใช้ของเด็ก  
ด้วยการซักล้าง แล้วผึ่งแดดให้แห้ง
- ▶ หยุดใช้เครื่องปรับอากาศ เปิดม่าน  
ให้แสงแดดส่องให้ทั่วถึง



www.nontree.go.th

องค์การบริหารส่วนตำบลนบุรี  
อำเภออินทร์บุรี จังหวัดปราจีนบุรี

# โรคมือ เท้า ปาก





# โรคมือ เท้า ปาก

เกิดจากเชื้อไวรัสลำไส้หรือเอนเทอโรไวรัสหลายชนิด พบได้บ่อยในเด็กทารกและเด็กเล็กอายุต่ำกว่า 5 ปี ในโรงเรียนอนุบาล สถานรับเลี้ยงเด็ก ศูนย์เด็กเล็ก สถานที่เล่นของเด็กในห้างสรรพสินค้า โดยเฉพาะในที่อยู่รวมกันอย่างแออัด จะมีโอกาสที่เกิดการระบาดได้ โรคเกิดประปรายตลอดปี แต่จะเพิ่มมากขึ้นในฤดูฝน ซึ่งอากาศเย็นและชื้น

## การแพร่ติดต่อ

การติดต่อส่วนใหญ่เกิดจากได้รับเชื้อไวรัส เข้าสู่ปากโดยตรง โรคแพร่ติดต่อง่ายในช่วงสัปดาห์แรก ของการป่วย โดยเชื้อไวรัสติดมากับมือหรือของเล่นที่ เปื้อนน้ำลาย น้ำมูก น้ำจากตุ่มพอง และแผล หรือ อูจจาระของผู้ป่วย และเกิดจากการไอจามรดกัน โดยหายใจเอาเชื้อที่แพร่กระจายจากละอองฝอยของ ผู้ป่วย สำหรับการติดเชื้อจากอูจจาระจะเกิดได้ในระยะ ที่เด็กมีอาการทุเลาจนกระทั่งหายป่วยแล้วประมาณ 1 เดือน แต่จะเกิดขึ้นได้น้อยกว่า



## อาการของโรค

หลังจากได้รับเชื้อ 3 - 6 วัน ผู้ติดเชื้อจะเริ่ม แสดงอาการป่วย เริ่มด้วยมีไข้ต่ำๆ อ่อนเพลีย ต่อมาอีก 1 - 2 วัน มีอาการเจ็บปาก กลืนน้ำลายไม่ได้และไม่ยอม กินอาหาร เนื่องจากมีตุ่มแดงที่ลิ้น เหงือกและกระพุ้ง แก้ม จะพบตุ่มหรือผื่นนูนสีแดงเล็ก (มักไม่คัน) ที่ฝ่ามือ นิ้วมือ ฝ่าเท้า และอาจพบที่ก้นด้วย ตุ่มนี้จะกลายเป็น ตุ่มพองใส บริเวณรอบๆ อักเสบและแดง ต่อมาตุ่มจะ แตกออกเป็นแผลหลุมตื้นๆ อาการจะทุเลาและหาย เป็นปกติ ภายใน 7 - 10 วัน

## การรักษา

โรคนี้อาจไม่มีการรักษาโดยเฉพาะ แพทย์จะให้การรักษา ตามอาการ เช่น ยาลดไข้ ยาทาแก้ปวด ในรายที่มีแผล ที่ลิ้นหรือกระพุ้งแก้ม

ผู้ปกครองหรือผู้เลี้ยงดูเด็ก ควรเช็ดตัวเด็กเพื่อ ไม่ลดไข้เป็นระยะ และให้ผู้ป่วยรับประทานอาหารอ่อนๆ รสไม่จัด ดื่มน้ำและน้ำผลไม้ และนอนพักผ่อนมากๆ ถ้าเป็นเด็กอ่อน อาจต้องป้อนนมให้แทนการดูดจากขวด

ตามปกติโรคมักไม่รุนแรงและ ไม่มีอาการแทรกซ้อน แต่เชื้อไวรัส บางชนิด เช่น เอนเทอโรไวรัส 71 อาจทำให้ มีอาการรุนแรงได้ จึงควรดูแลเด็กอย่างใกล้ชิด

หากพบมีไข้สูง ซึม ไม่ยอมทานอาหารหรือดื่มน้ำ อาเจียนบ่อย หอบ แขนขาอ่อนแรง ชัก ต้องรีบพาไปโรงพยาบาลทันที เพราะอาจเกิดภาวะสมองอักเสบ กล้ามเนื้อ หัวใจอักเสบหรือน้ำท่วมปอดซึ่งจะรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิตได้