



ชุมทางสาร Tungsong Municipality

เอกสารประชาสัมพันธ์ สำนักงานเทศบาลเมืองทุ่งสง ฉบับที่ ๔๑/๕๖

เทศบาลเมืองทุ่งสง ประชาสัมพันธ์โรคอันตรายในช่วงฤดูร้อน

เนื่องจากขณะนี้ เป็นระยะเวลาที่เข้าสู่ฤดูร้อน ซึ่งสภาพอากาศที่ร้อนและแห้งแล้งเหมาะแก่การเจริญเติบโต และแพร่ระบาดของเชื้อโรคหลายชนิด โดยเฉพาะโรคติดต่อทางอาหารและน้ำ เทศบาลเมืองทุ่งสง มีความห่วงใยในสุขภาพ และอนามัยของพี่น้องประชาชนในช่วงฤดูร้อน จึงขอแจ้งประชาสัมพันธ์อาการ และวิธีการป้องกันให้พี่น้องประชาชนระมัดระวังโรคอันตรายช่วงฤดูร้อน ดังนี้

๑. โรคอุจจาระร่วง (Acute Diarrhea) การติดต่อโรคดังกล่าว เกิดจากการกินอาหารหรือดื่มน้ำที่เชื่อมีปนเปื้อน เช่น อาหารที่ปรุงสุก ๆ ดิบ ๆ อาหารที่มีแมลงวันตอม หรืออาหารที่ทำไว้ล่วงหน้านาน ๆ อาการส่วนใหญ่ของผู้ป่วย มักถ่ายอุจจาระเหลวเป็นน้ำหรือมีมูกเลือดปน ปวดท้อง คลื่นไส้ อาเจียน ซึ่งการดูแลผู้ป่วยโรคอุจจาระร่วงในระยะแรก ควรให้ผู้ป่วยดื่มน้ำหรืออาหารเหลวมาก ๆ อาทิ น้ำข้าว น้ำแกงจืด และดื่มสารละลายน้ำตาลเกลือแร่ และถ้าอาการไม่ดีขึ้นยังไม่หยุดถ่ายเหลวให้รีบไปพบแพทย์

๒. โรคอาหารเป็นพิษ (Food Poisoning) เกิดจากพิษของเชื้อแบคทีเรียที่ปนเปื้อนอยู่ในอาหาร ซึ่งมักพบในอาหารที่ปรุงสุก ๆ ดิบ ๆ อาหารกระป๋อง อาหารทะเล และน้ำนมที่ยังไม่ผ่านการฆ่าเชื้อ นอกจากนี้ยังพบในอาหารที่ทำไว้ล่วงหน้านาน ๆ และไม่ได้อุ่นให้ร้อนก่อนรับประทาน อาการสำคัญคือ มีไข้ ปวดท้อง เนื่องจากเชื้อโรคทำให้เกิดการอักเสบที่กระเพาะอาหารและลำไส้ นอกจากนี้ มีอาการปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามลำตัว คลื่นไส้ อาเจียนเบื่ออาหาร อุจจาระร่วง ซึ่งถ้าถ่ายมากจะเกิดการขาดน้ำ และเกลือแร่ได้ และบางรายอาจมีอาการรุนแรง เนื่องจากมีการติดเชื้อ และเกิดการอักเสบที่อวัยวะต่างๆของร่างกาย และเมื่อเชื้อเข้าสู่กระแสโลหิต จะทำให้เกิดอาการโลหิตเป็นพิษ ซึ่งอาจทำให้เสียชีวิตได้ โดยเฉพาะเด็กทารก เด็กเล็ก และผู้สูงอายุ

๓. โรคบิด (Dysentery) เกิดจากเชื้อแบคทีเรียเข้าสู่ร่างกายผ่านการรับประทาน เช่น การรับประทานอาหาร น้ำ ที่ปนเปื้อนเชื้อโรค อาหารดิบ ๆ สุก ๆ หรืออาหารที่มีแมลงวันตอม ดังนั้นไม่ว่าเด็กผู้ใหญ่ เพศไหน วัยใดก็สามารถเป็น โรคบิด ได้ทั้งนั้น โดยผู้ป่วยจะมีอาการปวดบิดในท้อง ต่อมาจะเริ่มใช้ขี้

และถ่ายเหลว รวมถึงอาจปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามตัว คลื่นไส้ อาเจียน ซึ่งอาการท้องเดินเป็นบิด จะหายได้เองภายใน 5-7 วัน ในคนที่ไม่ได้ทานยาแต่บางรายก็อาจมีอาการกลับมาใหม่ได้อีก

๔. ไข้ไทฟอยด์ หรือไข้รากสาดน้อย (Typhoid) เกิดจากเชื้อไทฟอยด์ ซึ่งเป็นเชื้อแบคทีเรีย สามารถติดต่อได้โดยรับประทานอาหารและน้ำที่อาจปนเปื้อนอุจจาระและปัสสาวะของผู้ป่วย อาการสำคัญ คือ มีไข้สูงลอย ๔๐ องศา เป็นระยะเวลานาน ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามตัว อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร แน่นท้อง ท้องอืด ผู้ป่วยมีอาการท้องผูก หรือบางรายอาจท้องเสียได้ วิธีการติดต่อ คือ เชื้อโรคจะเข้าสู่ร่างกายได้โดยการรับประทานอาหาร หรือดื่มน้ำที่ปนเปื้อนเข้าไป เช่น อาหารที่ปรุงสุกๆดิบๆ อาหารที่มีแมลงวันตอม หรืออาหารที่ทำไว้เป็นเวลานานๆ โดยไม่ได้แช่เย็น หรืออุ่นให้ร้อนก่อนรับประทาน

๕. อหิวาตกโรค (Cholera) เกิดจากเชื้ออหิวาตกโรค ซึ่งเป็นเชื้อแบคทีเรีย สามารถติดต่อได้โดยการรับประทานอาหาร หรือดื่มน้ำที่มีเชื้อปนเปื้อนเข้าไป อาการสำคัญของโรคคือ ถ่ายอุจจาระเป็นน้ำครวละมกๆ ส่วนใหญ่ไม่มีอาการปวดท้อง ไปจนกระทั่งมีการถ่ายอุจจาระเหลวสีคล้ายน้ำขาวข้าว กลิ่นเหม็นคาวจัด อาจมีอาเจียนร่วม และมีอาการขาดน้ำและเกลือแร่อย่างรวดเร็ว คือ กระจายน้ำปากแห้ง กระสับกระส่าย อ่อนเพลีย ปัสสาวะน้อย หรือไม่มีปัสสาวะ หายใจลึกผิดปกติ อาการเหล่านี้เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ผู้ป่วยจะอยู่ในภาวะช็อก หมดสติ เนื่องจากเสียน้ำไปมาก สำหรับบางรายที่มีอาการรุนแรงอาจถึงแก่ความตายในเวลาอันรวดเร็ว ถ้าไม่ได้รับการรักษาทันที่

๖. โรคพิษสุนัขบ้า (Rabies) โรคติดต่อร้ายแรงจากสัตว์สู่คน ไม่มียารักษาให้หายขาดได้ เพราะโรคดังกล่าวติดต่อจากการถูกสัตว์ที่มีเชื้อโรคพิษสุนัขบ้ากัด ข่วน หรือเลียบริเวณที่มีแผลอยู่แล้ว หรือน้ำลายของสัตว์กระเด็นเข้าตา ปาก จมูก ทั้งนี้ วิธีป้องกันโรคพิษสุนัขบ้าที่ดีที่สุดก็คือ ให้นำสัตว์เลี้ยงไปฉีดวัคซีนป้องกันโรคพิษสุนัขบ้าปีละครั้ง เริ่มฉีดเมื่ออายุ ๒ - ๔ เดือน และหากถูกสุนัขหรือสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนมกัด หรือข่วน ให้รีบล้างแผลด้วยสบู่และน้ำสะอาดหลาย ๆ ครั้ง เช็ดให้แห้ง แล้วใส่ยารักษาแผลสด และรีบไปพบแพทย์เพื่อรับการรักษาที่ถูกต้อง

ดังนั้น เทศบาลเมืองทุ่งสง จึงขอประชาสัมพันธ์มายังพี่น้องประชาชนในการระมัดระวังความสะอาดของอาหารและน้ำดื่มเป็นพิเศษ โดยยึดหลักปฏิบัติในชีวิตประจำวันง่าย ๆ ได้แก่ กินร้อน คือกินอาหารที่ปรุงสุกใหม่ ๆ หากยังไม่กิน ต้องเก็บในตู้เย็นและอุ่นให้ร้อนก่อนกิน ใช้น้ำร้อนในการกินอาหาร

ร่วมกัน ล้างมือทุกครั้งก่อนกินอาหารและหลังใช้ห้องน้ำ ห้องส้วม น้ำดื่มต้องสะอาด เช่น น้ำดื่มบรรจุขวดที่มีเครื่องหมาย อย. หรือน้ำต้มสุก เพื่อให้ห่างไกลจากโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ ด้วยความปรารถนาดีจากเทศบาลเมืองทุ่งสง

งานประชาสัมพันธ์ เทศบาลเมืองทุ่งสง

๕ เมษายน ๒๕๕๖