



# ชุมทางสาร Tungsong Municipality

เอกสารประชาสัมพันธ์ สำนักงานเทศบาลเมืองทุ่งสง

ฉบับที่ ๘๘/๕๙

## เทศบาลเมืองทุ่งสง ประชาสัมพันธ์ระมัดระวังอันตรายกับโรคที่มาในหน้าฝน

ตามที่สถานการณ์ในช่วงนี้ อำเภอทุ่งสง และจังหวัดนครศรีธรรมราชประสบกับปัญหาฝนตกหนักติดต่อกันเป็นเวลาหลายวัน และเกิดเหตุการณ์น้ำท่วมฉับพลันน้ำป่าไหลหลากในหลายพื้นที่ของอำเภอทุ่งสง ซึ่งจากเหตุการณ์ดังกล่าวอาจทำให้ประชาชนประสบกับปัญหาโรคภัยไข้เจ็บที่มักเกิดในช่วงเวลาดังกล่าว เทศบาลเมืองทุ่งสง จึงขอแจ้งประชาสัมพันธ์โรคอันตรายที่มาพร้อมกับหน้าฝนรวมทั้งวิธีการป้องกัน ดังนี้

**โรคผิวหนัง** เกิดจากการเดินลุยน้ำที่ท่วมขัง เสี่ยงต่อการเกิดโรคน้ำกัดเท้าจากเชื้อรา ซึ่งเกิดจากการย่ำน้ำหรือแช่น้ำที่มีเชื้อโรค หรือความอับชื้นจากเสื้อผ้าเป็นเวลานาน ทำให้มีอาการเท้าเปื่อย คันตามซอกนิ้วเท้า ผิวตามซอกนิ้วเท้าลอก เป็นขุยขาว ๆ หรือเปียกยุ่ย หรืออาจถึงขั้นเป็นแผล หากมีอาการดังที่กล่าวมา ให้ล้างแผลด้วยน้ำสะอาดและซับให้แห้ง และซื้อยาในกลุ่มแก๊มป์มาทาน แต่หากมีอาการบวมแดงบริเวณที่เกิดแผลหรือตามทางเดินของเส้นน้ำเหลือง มีหนอง และมีไข้ร่วม ให้สันนิษฐานว่าเกิดการอักเสบติดเชื้อเข้าสู่กระแสเลือด และควรรีบไปหาแพทย์เพื่อรับยาปฏิชีวนะโดยเร็ว

**วิธีป้องกัน :** ถ้าต้องเดินย่ำน้ำให้สวมใส่รองเท้าบูท เพื่อป้องกันเท้าสัมผัสกับน้ำสกปรกโดยตรง แต่หากเลี่ยงไม่ได้ จำเป็นต้องเดินลุยน้ำจริง ๆ เมื่อถึงที่หมายแล้วให้รีบล้างเท้าให้สะอาดด้วยน้ำสบู่แล้วเช็ดให้แห้ง หากมีบาดแผลควรใช้แอลกอฮอล์เช็ดแผลแล้วทาด้วยยาฆ่าเชื้อ

**โรคตาแดง** เกิดจากเชื้อแบคทีเรียหรือไวรัส Chlamydia trachomatis และ Bacterial Conjunctivitis อาจมาจากภูมิแพ้ หรือสัมผัสสารที่เป็นพิษต่อตา มักเกิดจากการเอามือที่สกปรกไปขยี้หรือสัมผัสดวงตา รวมถึงใช้ผ้าเช็ดตัว หรือผ้าเช็ดหน้าไปสัมผัสกับดวงตา

**อาการของโรค** ผู้ป่วยจะมีอาการคันตาจนต้องขยี้บ่อยๆ หรือบางคนแค่เคืองตาเท่านั้น และมีขี้ตามากกว่าปกติ มีลักษณะเป็นหนอง มีสะเก็ดปิดตาตอนเช้า และมองเห็นได้ไม่ชัดเจน ตามัว หรืออาจปวดตา

**วิธีป้องกัน :** ควรล้างมือให้สะอาด ไม่ใช้เครื่องสำอาง ผ้าเช็ดตัว ผ้าเช็ดหน้าร่วมกับคนอื่น หลีกเลี่ยงการสัมผัสดวงตาในทุกกรณี และอย่าใช้ยาหยอดตาร่วมกับคนอื่น หากเริ่มเคืองตาหรือคันตา ให้รีบปรึกษาเภสัชกรหรือแพทย์

**โรคนีห์นู** โรคนีห์นูเป็นโรคระบาดในคนที่ติดต่อมาจากสัตว์ มีสาเหตุมาจากเชื้อแบคทีเรียที่ชื่อว่า เลปโตสไปรา (Leptospira sp.) ที่อยู่ในปัสสาวะของสัตว์ ตั้งแต่หนู วัว ควาย ไปจนถึงสัตว์เลี้ยงอย่างสุนัข และแมว โดยคนจะสามารถรับเชื้อนีห์นูเข้าทางบาดแผล หรือผิวหนังที่แช่น้ำเป็นเวลานาน ๆ รวมถึงเยื่อเมือก อย่างตาและปากอีกด้วย

**อาการของโรคนีห์นู มี ๒ แบบ** คือแบบไม่รุนแรงจะมีอาการเหมือนเป็นไข้หวัดธรรมดา ปวดหัว ตัวร้อน ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ ซึ่งสามารถรักษาให้หายได้หากผู้ป่วยรู้ตัวและรีบไปพบแพทย์ตั้งแต่เนิ่น ๆ กับอาการรุนแรงที่จะทำให้ตาอักเสบแดง น้ำตาไหล สู้แสงไม่ได้ และเมื่อเชื้อเข้าไปอยู่ในสมองจะทำให้เกิดอาการเพ้อ ไม่รู้สึกตัว และยิ่งไปกว่านั้นหากติดเชื้อทั่วร่างกายจะทำให้เลือดออกในร่างกายนเสียชีวิต

**วิธีป้องกัน :** หลีกเลี่ยงการเดินอยู่ในบริเวณน้ำท่วมขัง การเล่นน้ำ โดยเฉพาะในเด็กที่มักจะ สนุกสนานไปกับการย่ำน้ำหรือเล่นน้ำในช่วงน้ำท่วม แต่หากจำเป็นต้องเดินผ่านบริเวณน้ำท่วมอย่างเลี่ยงไม่ได้ ให้รีบเดิน อย่าแช่น้ำจนผิวหนังเปื่อยเพราะจะทำให้ติดเชื้อได้ง่าย และควรใส่รองเท้าบูททุกครั้งเมื่อเดินลุยน้ำ เพื่อป้องกัน ไม่ให้เกิดบาดแผลที่เท้า และป้องกันไม่ให้เชื้อโรคเข้าสู่บาดแผลที่เท้าหรือน่อง ทั้งยังช่วยป้องกัน ไม่ให้สัตว์ที่หนีน้ำกัดได้ ส่วนในผู้ที่เริ่มมีอาการปวดหัว ตัวร้อน ให้รีบไปพบแพทย์อย่างเร่งด่วน อย่ารอให้อาการหนักเพราะอาจจะรักษาไม่หายและเสียชีวิตก็เป็นได้

**อหิวาตกโรค** เป็นโรคที่เกิดจากเชื้อแบคทีเรีย Vibrio Cholerae ที่แพร่กระจายอยู่ในน้ำดื่ม และอาหาร โดยมีแมลงวันเป็นพาหะนำโรค และแน่นอนว่าโรคนี้นี้แพร่ระบาดได้โดยการกินและดื่มอาหารที่มี แมลงวันตอมและมีเชื้ออหิวาตกโรคปะปนอยู่ รวมทั้งอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ ด้วย

**อาการของโรค** ผู้ป่วยจะอุจจาระเหลวเป็นน้ำวันละหลายครั้ง แต่ไม่เกินวันละ ๑ ลิตร อาจมีอาการ ปวดท้องหรืออาเจียนได้ ซึ่งถือว่าเป็นอาการในระยะแรกสามารถรักษาให้หายได้ภายใน ๑ – ๕ วัน แต่หากติดเชื้อรุนแรง ผู้ป่วยจะมีอาการท้องเดิน อุจจาระมากและมีลักษณะอุจจาระเป็นน้ำขาวขุ่น มีกลิ่นเหม็นคาว และอุจจาระได้โดยไม่ปวดท้องและไม่รู้สึกตัว สามารถหายได้ภายใน ๒ – ๖ วันหากได้รับเกลือแร่และน้ำชดเชย น้ำที่เสียไป แต่หากได้รับไม่พอดีก็บที่เสียไปแล้ว ผู้ป่วยก็จะมีอาการหมดแรง หน้ามืด อาจช็อกเสียชีวิตได้

**วิธีป้องกัน :** ควรรับประทานอาหารที่สะอาด ปรุงสุกใหม่ ๆ และดื่มน้ำสะอาด เช่น น้ำดื่มสุก รวมถึง รักษาสุขภาพอนามัยด้วยการล้างมือ และภาชนะใส่อาหารให้สะอาดทุกครั้ง แต่ไม่ควรนำน้ำที่ท่วมมาล้าง หรือ ทำความสะอาดภาชนะ หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับผู้ป่วยที่เป็นอหิวาตกโรค หรือหากติดเชื้ออหิวาแล้วก็ควรพบ แพทย์และรับประทานยาตามแพทย์สั่งอย่างเคร่งครัด

**โรคไข้ไทฟอยด์** เกิดจากเชื้อแบคทีเรีย Salmonella Typhi ที่อยู่ในน้ำและอาหารเช่นเดียวกับ อหิวาตกโรค แพร่ระบาดโดยการดื่มน้ำและอาหารที่ปนเปื้อนเชื้อโรค

**อาการของโรค** เมื่อได้รับเชื้อนี้เข้าไปจะไม่แสดงอาการทันที แต่จะแสดงอาการหลังจากรับเชื้อ ประมาณ ๑ สัปดาห์ โดยผู้ป่วยจะมีอาการปวดหัว เบื่ออาหาร มีไข้สูงมาก ท้องร่วง บางรายมีผื่นขึ้นตามตัว

แน่นอน สามารถหายได้เองภายใน ๑ เดือน แต่ผู้ป่วยควรจะพบแพทย์หลังจากมีอาการแล้ว เพราะอาจจะเสียชีวิตจากภาวะปอดบวมได้

**วิธีป้องกัน :** หลีกเลี่ยงอาหารที่มีเชื้อโรคทุกชนิด และนั่นหมายถึงว่า ให้ทานอาหารที่สะอาด อยู่ในภาชนะที่สะอาด รวมถึงล้างมือให้สะอาดก่อนทานทุกครั้ง และควรจะหลีกเลี่ยงอาหารจากร้านค้าข้างถนนที่อยู่ในบริเวณที่ไม่สะอาด เสี่ยงต่อการติดเชื้อ หรืออีกทางหนึ่งคือฉีดวัคซีนป้องกันไข้ไทฟอยด์

**โรคตับอักเสบ** เป็นภาวะที่มีการอักเสบของเซลล์ตับ ทำให้ตับทำงานผิดปกติ จนทำให้มีอาการเจ็บป่วยได้ และไวรัสตับอักเสบที่มาจากภาวะน้ำท่วม ก็คือไวรัสตับอักเสบชนิดเอ ที่มีสาเหตุมาจากการทานอาหารที่ไม่สะอาด ไม่ทำให้สุก

**อาการของโรค** เมื่อแสดงอาการแล้วผู้ป่วยจะมีไข้ต่ำ ๆ เบื่ออาหาร ปวดท้อง ปวดตัว แล้วยาวโครงขา และมีปัสสาวะเป็นสีชาแก่ เริ่มมีอาการตัวเหลืองตาเหลืองในสัปดาห์แรก และจะหายเป็นปกติภายใน ๒ - ๔ สัปดาห์

**วิธีป้องกัน :** คือ ทานอาหารที่สุกและสะอาด ไม่ใช่แก้วนํ้าและช้อนร่วมกับผู้อื่น

**โรคไข้เลือดออก** เกิดจากการติดเชื้อไวรัสที่มีอยู่กลายเป็นพาหะนำโรค มักพบในเด็ก และระบาดในฤดูฝน ที่มีการแพร่พันธุ์ของยุงลาย

**อาการของโรค** ผู้ป่วยจะมีไข้สูงประมาณ ๒ - ๗ วัน เบื่ออาหาร อาเจียนออกมา มีสีน้ำตาลปนอยู่ ปวดกล้ามเนื้อ ตัวแดง หรืออาจมีผื่นหรือจุดเลือดตามผิวหนัง หากเข้าสู่ภาวะวิกฤตผู้ป่วยจะไข้ลด มือเท้าเย็น ตัวเย็น ชีพจรเต้นเร็ว อาเจียนมาก ปัสสาวะน้อย ทำให้เข้าสู่ภาวะช็อกได้ หากมีอาการควรรีบพบแพทย์อย่างเร่งด่วน

**วิธีป้องกัน :** พยายามอย่าให้ยุงกัดโดยทากันยุงเป็นวิธีที่ดีที่สุด และอย่าปล่อยให้ภาชนะต่าง ๆ ภายในบ้านมีน้ำขังนานเพราะจะเป็นแหล่งเพาะพันธุ์ยุง หรือหากเป็นไข้เลือดออกแล้วไม่ควรให้ยุงกัดเพราะจะทำให้แพร่เชื้อไปสู่คนใกล้ชิดได้

เทศบาลเมืองทุ่งสง จึงขอประชาสัมพันธ์โรคอันตรายที่มาพร้อมกับหน้าฝนและในช่วงเวลาน้ำท่วมที่มักสร้างปัญหาให้กับพี่น้องประชาชนชาวทุ่งสงได้ อีกทั้งระมัดระวังอันตรายจากไฟฟ้า และสัตว์มีพิษชนิดต่างๆ เช่น งู ตะขาบ หรือแมงป่อง ด้วยความปรารถนาดีจากเทศบาลเมืองทุ่งสง

งานประชาสัมพันธ์ เทศบาลเมืองทุ่งสง

๗ ธันวาคม ๒๕๕๙