

ข่าวแจก : Strong ไปกับ สคร.4

ตอน รู้ก่อน รู้ทัน ป้องกันโรคเมอร์ส



กรมควบคุมโรค
สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 4 จังหวัดสระบุรี
<http://odpc4.ddc.moph.go.th>

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 4 จังหวัดสระบุรี (สคร.4 สระบุรี) เตือนประชาชน โดยเฉพาะผู้ที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคทางเดินหายใจตะวันออกกลาง หรือโรคเมอร์ส ได้แก่ ผู้ที่จะเดินทางไปยังประเทศที่มีระบาด และประเทศในแถบตะวันออกกลาง โดยเฉพาะเด็ก ผู้สูงอายุ และผู้ที่มีโรคประจำตัวเรื้อรัง เช่น เบาหวาน ความดันฯ หัวใจ ฯลฯ ควรระมัดระวังหมั่นดูแลตนเอง ล้างมือให้สะอาดหลังจากสัมผัสสิ่งของต่างๆ และสวมหน้ากากอนามัย

รายงานจากองค์การอนามัยโลก ณ วันที่ 10 กุมภาพันธ์ 2560 พบผู้ป่วยยืนยันโรคทางเดินหายใจตะวันออกกลาง หรือโรคเมอร์ส จำนวน 1,905 ราย เสียชีวิต 677 ราย โดยพบรายงานผู้ป่วยทั้งหมด จาก 27 ประเทศ ได้แก่ ประเทศซาอุดีอาระเบีย สหรัฐอาหรับเอมิเรตส์ กาตาร์ จอร์แดน โอมาน คูเวต อียิปต์ เยเมน เลบานอน อิหร่าน ตรุกี อังกฤษ เยอรมนี ฝรั่งเศส อิตาลี กรีซ เนเธอร์แลนด์ ออสเตรีย ดูนีเซีย แอลจีเรีย มาเลเซีย ฟิลิปปินส์ สหรัฐอเมริกา เกาหลีใต้ จีน ไทย และบาร์เรน ตั้งแต่พบการระบาดของโรคในภูมิภาคตะวันออกกลาง ประเทศไทยเคยพบผู้ป่วยโรคเมอร์ส ทั้งสิ้นจำนวน 3 ราย รายสุดท้ายเมื่อเดือน ก.ค.2559 ปัจจุบันผู้ป่วยทั้งหมดหายเป็นปกติและขณะนี้เดินทางกลับประเทศแล้ว

ประเทศไทยยังมีความเสี่ยงที่จะพบโรคเมอร์ส รวมทั้งโรคติดต่ออุบัติใหม่อื่นๆได้เสมอ จากการที่มีผู้เดินทางไปยังประเทศที่มีรายงานผู้ป่วย รวมทั้งการเป็นศูนย์กลางการแพทย์ ซึ่งจะมีผู้ป่วยโรคต่างๆ เข้ามารักษาในโรงพยาบาลของไทย จึงต้องมีการเฝ้าระวังโรคอย่างเข้มข้น โดยการตรวจคัดกรองผู้เดินทางจากพื้นที่เสี่ยงที่ช่องทางเข้า-ออกประเทศ ในโรงพยาบาล และในชุมชน ยกกระดับมาตรการป้องกันการติดเชื้อในโรงพยาบาล ทั้งในภาครัฐและเอกชน เพื่อเตรียมความพร้อมรับมือกับโรคเมอร์สและโรคติดต่ออุบัติใหม่ที่อาจจะเกิดขึ้น

โรคเมอร์ส ถูกค้นพบครั้งแรกเดือนเมษายน ปีพ.ศ.2555 ซึ่งเป็นเชื้อไวรัสสายพันธุ์ใหม่ที่ไม่เคยพบในคนมาก่อน โดยทั่วไปจะมีอาการติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจเฉียบพลัน ได้แก่ อาการไข้ ไอ คล้ายไข้หวัดใหญ่ บางรายอาจมีอาการรุนแรง เช่น หายใจหอบ หายใจลำบาก ปอดบวม ระบบหายใจล้มเหลวซึ่งอาจทำให้เสียชีวิตได้ ผู้ป่วยบางรายอาจมีอาการในระบบทางเดินอาหารร่วมด้วย ได้แก่ ท้องร่วง บางรายอาจมีภาวะไตวาย และเสียชีวิต สำหรับผู้ที่มีโรคประจำตัวซึ่งทำให้ภูมิคุ้มกันบกพร่อง การแสดงอาการของโรคอาจมีความแตกต่างกันออกไป ปัจจุบันยังไม่มีวัคซีนและยารักษาที่จำเพาะ การรักษาจึงเป็นแบบประคับประคอง การป้องกันตนเองจึงถือเป็นวิธีหนึ่งที่จะช่วยปกป้องเราจากโรคทางเดินหายใจตะวันออกกลาง หรือโรคเมอร์ส โดยเฉพาะ**ผู้ที่เดินทางไปยังประเทศที่มีการเกิดโรคหรือพื้นที่เสี่ยง**

ก่อนเดินทางควรเตรียมร่างกายให้พร้อม เน้นการรักษาสุขอนามัยส่วนบุคคล เช่น การล้างมือบ่อยๆ ช่วงที่อยู่ต่างประเทศ ควรปฏิบัติตามคำแนะนำด้านสาธารณสุขของประเทศนั้นๆ และควรหลีกเลี่ยงการคลุกคลีใกล้ชิดกับผู้ที่มีการไอ จาม หรือกาม ล้างมือด้วยน้ำสะอาดและสบู่ ก่อนรับประทานอาหาร และหลังขับถ่าย หลีกเลี่ยงการเข้าไปในพื้นที่แออัด หรือที่ชุมชนสาธารณะที่มีคนอยู่เป็นจำนวนมาก เพื่อลดความเสี่ยงในการติดเชื้อ หากเข้าเยี่ยมชมฟาร์ม หรือพื้นที่โรงเก็บผลผลิตทางการเกษตร ควรรักษาสุขอนามัยทั่วไป เช่น ล้างมือเป็นประจำ ก่อนและหลังการสัมผัสสัตว์ หลีกเลี่ยงการสัมผัสสัตว์ป่วย หากในพื้นที่นั้นมีอยู่ด้วย ควรหลีกเลี่ยงการสัมผัสอุจจาระ การดื่มน้ำนมดิบจากอูฐ หรือน้ำนมจากอูฐที่ยังไม่ผ่านการฆ่าเชื้อ หรือกินอาหารที่ไม่สะอาด เนื่องจากอาจมีการปนเปื้อนสารคัดหลั่งของสัตว์ หรือผลิตภัณฑ์ที่ไม่ผ่านการล้าง การปอกเปลือก หรือการปรุงให้สุก หากมีอาการคล้ายไข้หวัด คือ มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก ให้สวมหน้ากากอนามัย หลีกเลี่ยงการคลุกคลีกับผู้อื่น หากอาการไม่ดีขึ้น หรือมีอาการหอบเหนื่อย หายใจลำบากให้รีบพบแพทย์ทันที โดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยงที่จะมีอาการป่วยรุนแรง ได้แก่ กลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน โรคปอดเรื้อรัง โรคไตวาย หรือผู้ที่ภูมิคุ้มกันต่ำ ควรระมัดระวังเป็นพิเศษ

หลังเดินทางกลับมาประเทศไทย ผู้ที่กลับมาจากพื้นที่เสี่ยงภายใน 14 วัน หากมีอาการไข้ ไอ จาม เจ็บคอ มีน้ำมูก ควรรีบพบแพทย์ และแจ้งประวัติการเดินทาง **สำหรับประชาชนทั่วไป** ควรหลีกเลี่ยงการคลุกคลีกับผู้ที่มีการไอ จาม แนะนำให้ผู้ป่วยสวมหน้ากากอนามัย ปิดปาก จมูกทุกครั้งเมื่อไอ หรือจาม รักษาสุขอนามัยส่วนบุคคลที่ดี ได้แก่ **กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ** และหากทราบว่ามีบุคคลอื่นใด เดินทางกลับมาจากประเทศที่มีการเกิดโรคหรือพื้นที่เสี่ยงภายใน 14 วัน หากมีอาการไข้ ไอ จาม เจ็บคอ มีน้ำมูก ให้แจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขทันที หากมีข้อสงสัยสามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่หน่วยบริการสาธารณสุขใกล้บ้านหรือโทรสายด่วนกรมควบคุมโรค **1422...**

กลุ่มสื่อสารความเสี่ยงและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ
Facebook : <https://www.facebook.com/dpc4saraburi>