

ข้อเสนอแนะการป้องกันและควบคุมโรคไข้เลือดออก

สำหรับประชาชนทั่วไป

๑. โรคไข้เลือดออก เป็นโรคประจำถิ่น เกิดจากไวรัสเดงกี มี ๔ สายพันธุ์ ปัจจุบันไม่มีสายพันธุ์ใหม่ ลักษณะการระบาด จะเป็นแบบปีเว้นปี หรือปีเว้นสองปี

๒. พาหะนำโรคคือ ยุงลายบ้านตัวเมีย พบได้ตลอดปี แต่จะพบมากในฤดูฝน ส่วนใหญ่พบในที่อยู่อาศัยของประชาชน วางไข่ตามภาชนะที่มีน้ำขัง น้ำนิ่ง ใส และสะอาด ซึ่งน้ำฝนจะเป็นน้ำที่ยุงลายชอบวางไข่ที่สุด

๓. หลังจากถูกยุงกัด และได้รับเชื้อ ๓ - ๑๔ วัน จะมีอาการ ไข้สูงลอย ๓๘.๕ - ๔๑ องศาเซลเซียส เมื่อรับประทานยาลดไข้แล้ว ไข้มักไม่ลดลง หรือลดลงชั่วคราวแล้วกลับมาสูงอีก ผู้ป่วยอาจเบื่ออาหาร อาเจียน ปวดจุดแน่นท้อง หากมีอาการเหล่านี้ควรไปพบแพทย์

๔. โรคไข้เลือดออก ไม่มียารักษาเฉพาะ ส่วนใหญ่อาการจะดีขึ้นเอง ยกเว้นในรายที่มีภาวะแทรกซ้อน ช่วงที่สำคัญที่สุดคือ ช่วงที่ไข้ลด ซึ่งมักจะลดลงในวันที่ ๓ - ๔ หลังจากป่วย หากพบว่ามีอาการซึมลง อ่อนเพลียมาก รับประทานอาหารและดื่มน้ำไม่ได้ กระสับกระส่าย มือเท้าเย็น ปวดท้อง กะทันหัน หรืออาเจียนเป็นเลือด แสดงว่าเข้าสู่ภาวะช็อก ต้องรีบนำผู้ป่วยไปพบแพทย์โดยเร็วที่สุด

๕. สิ่งที่สำคัญที่สุดของการป้องกันและควบคุมโรคไข้เลือดออกอยู่ที่ประชาชนทุกคน

๕.๑ ปรับปรุงสภาพแวดล้อม พัฒนาบริเวณโดยรอบบ้าน ทำความสะอาดภายในบ้านให้โล่งโปร่ง เรียบร้อย เป็นประจำสม่ำเสมอ เพื่อลดพื้นที่เกาะของยุงลาย

๕.๒ กำจัดขยะ เศษภาชนะ รอบ ๆ บ้าน เพื่อมิให้มีน้ำขังเป็นแหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำยุงลาย ภาชนะเก็บน้ำต้องปิดฝา ป้องกันยุงลายลงไปวางไข่ ใส่ทรายอะเบทลงในภาชนะเก็บน้ำที่ไม่มีฝาปิด

๕.๓ ช่วยกันกำจัดยุงลายตัวแก่

๕.๔ ป้องกันตนเองจากการถูกยุงลายกัด เพื่อลดการได้รับเชื้อไวรัสเดงกี เช่น นอนในมุ้ง ทาโลชั่นกันยุง ปลูกพืชไล่ยุง (ตะไคร้หอม กระเพรา) ใส่เสื้อแขนยาว สวมกางเกงขายาว

๕.๕ สำรวจและทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลายทุก ๗ วัน (ทุกวันศุกร์)

๕.๖ หากมีอาการไข้ ตัวร้อน ปวดกล้ามเนื้อ ปวดกระบอกตา ไม่มีอาการไอเจ็บค่อน้ำมูก เสมหะ ให้ใช้ยาลดไข้พาราเซตามอล อย่านับรับประทานยาแอสไพรินหรือยาลดไข้อื่น ๒ - ๓ วัน หากไม่ทุเลาให้รีบไปพบแพทย์

๖. หากมีข้อสงสัยสามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ สายด่วนกรมควบคุมโรค ๑๔๒๒ ตลอด ๒๔ ชั่วโมง หรือที่เว็บไซต์กรมควบคุมโรค www.thaivbd.org/n/home

สำหรับหน่วยงานราชการ รัฐวิสาหกิจ และสถานประกอบการ

๑. สำรวจและทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำยุงลายทุก ๗ วัน “เก็บให้เกลี้ยงไม่เลี้ยงยุงลาย”

๒. ปรึายุงลายให้สิ้นซากไม่ยุ่งยากด้วยคาถา ๕ ป. ๑ ข. “ปิดภาชนะ ปล่อยปลา กินลูกน้ำ เปลี่ยนน้ำทุก ๗ วัน ปรับปรุงสิ่งแวดล้อม ปฏิบัติอย่างต่อเนื่องเป็นประจำจนเป็นนิสัย (ทุกวันศุกร์) ชัดไข่ยุงลายในภาชนะเก็บน้ำ”

๓. ปรับปรุงภูมิทัศน์ ให้เป็นสถานที่ทำงานที่น่าอยู่น่าทำงาน

๔. หากมีผู้ป่วยโรคไข้เลือดออก แจ้งสำนักงานสาธารณสุขอำเภอแม่ใจ ภายใน ๓ ชั่วโมง

‘สุชา สุ่มสุส’ สำนคคี’

‘ความพร้อมเพรียงของหมู่คณะ นำความสุมาให้’