



ประกาศเทศบาลตำบลศรีมหาโพธิ
เรื่อง การป้องกันโรคและภัยสุขภาพที่เกิดในช่วงฤดูฝน พ.ศ. ๒๕๖๕

ด้วยขณะนี้ประเทศไทยกำลังเข้าสู่ช่วงฤดูฝน ในหลายพื้นที่เริ่มมีฝนตกอย่างต่อเนื่อง หากประชาชนดูแลรักษาสุขภาพไม่ถูกต้อง อาจทำให้เกิดการเจ็บป่วยด้วยโรคต่าง ๆ เช่น ๑.โรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ (โรคไข้หวัดใหญ่ และโรคปอดอักเสบ) ๒.โรคติดต่อทางเดินอาหารและน้ำ (โรคอุจจาระร่วง) ๓.โรคติดต่อจากการสัมผัส (โรคมือ เท้า ปาก และโรคเลปโตสไปโรซิสหรือโรคไข้นุ) ๔.โรคติดต่อนำโดยยุงลาย (โรคไข้เลือดออก โรคไข้ปวดข้อยุงลายหรือโรคชิคุนกุนยา และโรคติดเชื้อไวรัสซิกา) ๕.ภัยสุขภาพ (การบาดเจ็บและเสียชีวิตจากการถูกฟ้าผ่า อันตรายจากการกินเห็ดพิษ อันตรายจากการถูกงูพิษกัด) เป็นต้น

เทศบาลตำบลศรีมหาโพธิ มีความห่วงใยในสุขภาพและอนามัยของประชาชน จึงขอแจ้งเตือนให้ประชาชน โดยเฉพาะในกลุ่มเด็กเล็ก ผู้สูงอายุ และผู้ที่มีโรคประจำตัวเรื้อรัง ควรให้ความระมัดระวังป้องกันปัจจัยเสี่ยงต่อการติดต่โรคดังกล่าว และหมั่นดูแลสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงอยู่เสมอ จึงขอแนะนำให้ทราบถึงสาเหตุและแนวทางการป้องกันโรคที่จะขึ้น ตามเอกสารแนบท้ายประกาศนี้

จึงขอประกาศให้ประชาชนได้ทราบโดยทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ ๒๑ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๕

สืบทวี

ศุภกร กิตติโทวงศ์

นายกเทศมนตรีตำบลศรีมหาโพธิ

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

โทรศัพท์ ๐-๓๗๒๗-๑๓๗ ต่อ ๑๐๒

หรือ ๐๘๑-๙๔๐๔๕๖๙

“ชื่อสัตย์ สุจริต มุ่งผลสำเร็จของงาน ยึดมั่นมาตรฐาน บริการด้วยใจเป็นธรรม”

แนบท้ายประกาศเทศบาลตำบลศรีมหาโพธิ
เรื่อง การป้องกันโรคและภัยสุขภาพที่เกิดในช่วงฤดูฝน พ.ศ. ๒๕๖๕
ลงวันที่ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๕

กลุ่มที่ ๑ โรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ ได้แก่

๑. **โรคไข้หวัดใหญ่** พบได้ทุกกลุ่มอายุ แต่จะพบมากในเด็ก และอัตราการเสียชีวิต มักพบในผู้ที่มีอายุมากกว่า ๖๐ ปี หรือผู้ที่มีโรคประจำตัว ติดต่อจากการหายใจหรือสัมผัสละอองฝอยจากน้ำมูก น้ำลาย ที่ปนเปื้อนเชื้อ หากได้รับเชื้อจะมีอาการไข้สูงเฉียบพลัน หนาวสั่น ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ อ่อนเพลีย ไอ เจ็บคอ น้ำมูกไหล

๒. **โรคปอดอักเสบ** ส่วนใหญ่เกิดจาก เชื้อแบคทีเรีย พบได้ทุกกลุ่มอายุ โดยเฉพาะผู้ที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่อง และผู้ที่มีโรคประจำตัว ติดต่อจากการสัมผัสกับผู้ติดเชื้อ การหายใจนำเชื้อที่ปนเปื้อนในอากาศ ผ่านการไอหรือจาม หากได้รับเชื้อมักจะมีไข้ ไอ และหายใจหอบเหนื่อยอย่างเฉียบพลัน

ซึ่งทั้งสองโรคสามารถป้องกันได้ด้วยการรักษาสุขภาพ พักผ่อนให้เพียงพอ ทำร่างกายให้อบอุ่น หมั่นล้างมือบ่อย ๆ ด้วยน้ำและสบู่ หรือแอลกอฮอล์เจล ไม่ใช่ของส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น และสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยทุกครั้งที่ออกนอกบ้าน

กลุ่มที่ ๒ โรคติดต่อทางเดินอาหารและน้ำ ได้แก่

๑. **โรคอุจจาระร่วง** ติดต่อโดยการรับประทานอาหารหรือน้ำที่มีการปนเปื้อนของเชื้อก่อโรค จะมีอาการถ่ายเหลวหรือถ่ายเป็นน้ำ อย่างน้อย ๓ ครั้ง ถ่ายปนเลือด สำหรับการป้องกัน ล้างมือให้สะอาดทั้งก่อนและหลังประกอบอาหาร รับประทานอาหาร หรือหลังเข้าห้องน้ำทุกครั้ง ดื่มน้ำสะอาด น้ำต้มสุกหรือน้ำบรรจุขวดที่มีฝาปิดสนิท รับประทานอาหารที่สะอาดและปรุงสุกใหม่ หากต้องการรับประทานอาหารค้างมื้อ ควรอุ่นให้ร้อนก่อนรับประทานทุกครั้ง และไม่ควรรับประทานอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ หรืออาหารที่มีแมลงวันตอม

กลุ่มที่ ๓ โรคติดต่อจากการสัมผัส ได้แก่

๑. **โรคมือ เท้า ปาก** เป็นโรคติดต่อที่พบได้บ่อยในเด็กเล็กอายุต่ำกว่า ๕ ปี จากการสัมผัสน้ำมูก น้ำลาย ผื่น ตุ่มน้ำใส อุจจาระ ของผู้ป่วย จะมีไข้แต่ไม่ทุกราย มีตุ่มพองใสหรือแผลในช่องปาก กระพุ้งแก้มฝ่ามือ ฝ่าเท้าหรือก้น ส่วนใหญ่มีอาการไม่รุนแรงและหายเองได้ ทั้งนี้ขอให้ผู้ปกครองและครูสังเกตอาการป่วยของบุตรหลาน หากพบว่ามีอาการสงสัยป่วย ให้แยกเด็กป่วยออกจากเด็กปกติทันที รีบไปพบแพทย์ และให้หยุดเรียนจนกว่าจะหายดี

๒. **โรคเลปโตสไปโรซิสหรือโรคไข้ฉี่หนู** เป็นโรคติดต่อระหว่างสัตว์และคน พบบ่อยในผู้มีอาชีพเกษตรกรรมที่ต้องสัมผัสกับดินหรือน้ำอยู่เป็นประจำ อาการที่พบคือ ไข้สูง ปวดศีรษะรุนแรง หนาวสั่น ตาแดง และปวดกล้ามเนื้ออย่างรุนแรงโดยเฉพาะกล้ามเนื้อน่อง การป้องกัน คือ หลีกเลี่ยงการทำงานในน้ำหรือต้องลุยน้ำลุยโคลนเป็นเวลานาน หากจำเป็นควรสวมใส่อุปกรณ์ป้องกันที่เหมาะสมทุกครั้ง เช่น ใส่ถุงมือยาว และรองเท้าบูทยาว

/กลุ่มที่ ๔...

กลุ่มที่ ๔ โรคติดต่อมาโดยง่าย ได้แก่

๑. โรคไข้เลือดออก มีุงลายเป็นพาหะนำโรค ผู้ป่วยจะมีไข้สูง ปวดศีรษะ ปวดกล้ามเนื้อ ปวดกระตุก มีจุดแดงที่ผิวหนัง ตับโต อาจติดเชื้อบริเวณชายโครงขวา หากมีอาการรุนแรงอาจช็อกได้

๒. โรคไข้ปวดข้อยุงลายหรือโรคชิคุนกุนยา มีุงลายสวนและยุงลายบ้านเป็นพาหะนำโรค อาการคล้ายไข้เลือดออก แต่ต่างกันว่าไม่มีการรั่วของพลาสมาออกนอกเส้นเลือด จึงไม่พบผู้ป่วยที่มีอาการรุนแรงถึงขั้นช็อกและเสียชีวิต

๓. โรคติดเชื้อไวรัสซิกา มีุงลายเป็นพาหะ อาการโรคจะไม่รุนแรง แต่หากติดเชื้อในสตรีมีครรภ์ อาจทำให้เกิดภาวะศีรษะเล็กในเด็กแรกเกิด เด็กมีพัฒนาการช้าและตัวเล็ก หรือมีภาวะแทรกซ้อนระหว่างตั้งครรภ์

การป้องกัน ขอให้ประชาชนสำรวจพื้นที่ที่มีน้ำขังและร่วมกันกำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลายในบริเวณรอบ ๆ ตัวบ้านและในชุมชน โดยใช้มาตรการ “๓ เก็บ ป้องกัน ๓ โรค” ดังนี้ ๑. เก็บบ้าน ให้สะอาด เช่น พับเก็บเสื้อผ้าใส่ในตู้หรือแขวนให้เรียบร้อย ไม่ให้มีมุมอับทึบ ๒. เก็บขยะที่อยู่บริเวณรอบบ้าน และ ๓. เก็บน้ำภาชนะที่ใส่น้ำเพื่ออุปโภคบริโภค ต้องปิดฝาให้มิดชิด ล้างคว่ำภาชนะใส่น้ำ และเปลี่ยนน้ำในกระถางหรือแจกันทุกสัปดาห์ ป้องกันไม่ให้ยุงลายวางไข่ ซึ่งสามารถป้องกันได้ทั้ง ๓ โรค

กลุ่มที่ ๕ ภัยสุขภาพ

๑. การบาดเจ็บและเสียชีวิตจากการถูกฟ้าผ่า เมื่อมีฝนตกฟ้าคะนอง ให้หลบในที่ปลอดภัย เช่น ภายในบ้านหรืออาคาร และหลีกเลี่ยงอยู่ใต้ต้นไม้ใหญ่

๒. อันตรายจากการกินเห็ดพิษ หากไม่มั่นใจว่าเป็นเห็ดพิษหรือเห็ดที่รับประทานได้ ไม่ควรนำมารับประทาน หรืออาจเลือกรับประทานเห็ดที่มาจากเพาะขยายพันธุ์ เช่น เห็ดนางฟ้า เห็ดฟาง เป็นต้น

๓. อันตรายจากการถูกงูพิษกัด ควรจัดบ้านให้สะอาด ไม่เป็นที่อยู่อาศัยของสัตว์เลื้อยคลานและงูมีพิษ หมั่นสอดส่องและสังเกตมุมอับของบ้าน โพรงไม้ในรู ในที่รก กอหญ้า หรือกองไม้ เพราะอาจมีงูพิษอาศัยอยู่ หากถูกงูพิษกัด ต้องรีบนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลทันที ลดการเคลื่อนไหวอวัยวะที่ถูกงูกัด และไม่ควรขันชะเนาะ อาจทำให้เนื้อเยื่อขาดเลือดเกิดเนื้อตายได้ พร้อมทั้งจดจำลักษณะชนิดของงูที่กัด เพื่อการรักษาที่ถูกต้องและรวดเร็ว