เย็นไว้ และไม่ได้อุ่นให้ร้อนพอก่อนรับประทานจะทำให้เป็นโรคนี้ได้ อาการสำคัญ คือ มีไข้ ปวดท้อง เนื่องจากเชื้อโรคทำให้เกิดการอักเสบที่กระเพาะอาหารและลำไส้ นอกจากนี้ มีอาการปวดศรีษะ ปวดเมื่อยตามเนื้อตัว คลื่นไส้ อาเจียน อุจจาระร่วง ซึ่งถ้าถ่ายมากจะเกิดอาการขาดน้ำและเกลือแร่ได้และบางรายอาจมีอาการรุนแรง เนื่องจากมีการติดเชื้อ และเกิดการอักเสบที่อวัยวะต่างๆของร่างกาย เช่น ข้อและกระดูก ถุงน้ำดี กล้ามเนื้อ หัวใจ ปอด ไต เยื่อหุ้มสมอง และเมื่อเชื้อเข้าสู่กระแสโลหิต จะทำให้เกิดโลหิตเป็นพิษ ซึ่งอาจทำให้เสียชีวิตได้ โดยเฉพาะเด็กทารก เด็กเล็ก และผู้สูงอายุ

**โรคบิด**

 เกิดจากเชื้อบิด ซึ่งเป็นเชื้อแบคทีเรียหรืออมีบา สามารถติดต่อได้โดยการรับประทานอาหาร ผักดิบหรือน้ำดื่มที่มีเชื้อโรคปนเปื้อนเข้าไป อาการสำคัญ คือ ถ่ายอุจจาระบ่อย อุจจาระมีมูกหรือมูกปนเลือด มีไข้ ปวดท้องแบบปวดเบ่งร่วมด้วยและบางคนอาจเป็นโรคนี้แบบเรื้อรังได้

 **อหิวาตกโรค**

เกิดจากเชื้ออหิวาตกโรคซึ่งเป็นเชื้อ แบคทีเรีย สามารถติดต่อได้โดยการรับประทานอาหาร หรือดื่มน้ำที่มีเชื้อปนเปื้อนเข้าไป อาการสำคัญ คือ ถ่ายอุจจาระเป็นน้ำคราวละมากๆ ส่วนใหญ่ไม่มีอาการปวดท้อง ไปจนกระทั่งมีการถ่ายอุจจาระเหลวเป็นน้ำซาวข้าว อาเจียนมาก และมีอาการขาดน้ำและเกลือแร่อย่างรวดเร็ว คือ กระหายน้ำ กระสับกระส่าย อ่อนเพลีย ตาลึกโหล ผิวหนังเหี่ยวย่น ปัสสาวะน้อย หรือไม่มีปัสสาวะ หายใจลึกผิดปกติ ชีพจรเต้นเบาเร็ว อาการเหล่านี้เกิดขึ้นรวดเร็ว ผู้ป่วยจะอยู่ในภาวะช๊อคหมดสติ เนื่องจากเสียน้ำไปมาก สำหรับในรายที่มีอาการรุนแรงอาจถึงแก่ความตายในเวลาอันรวดเร็ว ถ้าไม่ได้รับการรักษาอย่างทันท่วงที

**ไข่ไทฟอยด์หรือไข้รากสาดน้อย**

เกิดจากเชื้อทัยฟอยด์ ซึ่งเป็นเชื้อแบคทีเรีย สามารถติดต่อได้โดยอาหารและน้ำที่ปนเปื้อนอุจจาระและปัสสาวะของผู้ป่วย อาการสำคัญ คือ มีไข้ ปวดศรีษะ ปวดเมื่อยตามตัว เบื่ออาหาร ผู้ป่วยอาจมีอาการท้องผูก หรือบางรายอาจท้องเสียได้ ผู้ป่วยที่เป็นโรคนี้เรื้อรังจะมีเชื้อปนออกมากับอุจจาระและปัสสาวะเป็น ครั้งคราว ซึ่งจะทำให้ผู้นั้นเป็นพาหะของโรคได้ ถ้าไปประกอบอาหารโดยไม่สะอาด หรือไม่สุก ก็จะทำให้เชื้อทัยฟอยด์แพร่ไปสู่ผู้อื่นได้

โรคติดต่อทางอาหารและน้ำดังกล่าวข้างต้น แม้ว่าจะมีสาเหตุของการเกิดโรคต่างกัน แต่จะมีวิธีการติดต่อที่คล้ายคลึงกัน คือ เชื้อโรคจะเข้าสู่ร่างกายได้โดยการรับประทานอาหาร หรือดื่มน้ำที่ปนเปื้อนเชื้อเข้าไป เช่น อาหารที่ปรุงสุกๆ ดิบๆ เช่น ลาบ ก้อย หรืออาหารที่มีแมลงวันตอม หรืออาหารที่ทำไว้ล่วงหน้านานๆ โดยไม่ได้แช่เย็นไว้ และไม่ได้อุ่นให้ร้อนพอก่อนรับประทาน ทั้งนี้ ผู้ที่ป่วยเป็นโรคดังกล่าวข้างต้น สามารถแพร่เชื้อได้ทางอุจจาระ และหากเป็นผู้ประกอบอาหารหรือพนักงานเสิร์ฟอาหารก็จะมีโอกาสแพร่เชื่อให้ผู้ อื่นได้มาก

 

**เทศบาลตำบลกุดชมภู**

โรคที่มากับหน้าร้อน



เทศบาลตำบลกุดชมภู

สำนักปลัดเทศบาล

ฝ่ายอำนวยการ/งานประชาสัมพันธ์

โทรศัพท์/โทรสาร.๐-๔๕๒๑-๐๙๘๘

โทรศัพท์.๐-๔๕๒๑-๐๙๘๙

**การป้องกันโรคที่เกิดในฤดูร้อน**

เนื่องจากขณะนี้เป็นระยะเวลาที่ย่างเข้าสู่ฤดูร้อน ซึ่งสภาพอากาศที่ร้อนและแห้งแล้งเหมาะแก่การเจริญเติบโตและแพร่ระบาดของ เชื้อโรคหลายชนิด ดังนั้น ในบางพื้นที่ของประเทศ

ที่ประสบกับภาวะแล้งในช่วงฤดูร้อน อาจจะเกิดการระบาดของโรคติดต่อต่างๆได้ โดยเฉพาะโรคติดต่อทางอาหารและน้ำ เช่น โรคอุจจาระร่วง โรคอาหารเป็นพิษ บิด ไข้รากสาดน้อย หรือไข้ไทฟอยด์ และโรคติดต่อจากสัตว์สู่คน ได้แก่ โรคพิษสุนัขบ้า หรือโรคกลัวน้ำ เป็นต้น

กรมควบคุมโรคมีความห่วงใยในสุขภาพและอนามัย ของประชาชนใน ช่วงฤดูร้อนนี้เป็นอย่างยิ่ง จึงขอแจ้งให้ประชาชนระมัดระวัง ดูแลในเรื่องความสะอาดของอาหาร น้ำดื่ม และภาชนะในการใส่อาหาร ตลอดจนให้มีการใช้ส้วมที่ถูกสุขลักษณะและขอแนะนำให้ทราบถึงอาการสำคัญและ วิธีการป้องกันโรคที่เกิดในฤดูร้อน

**การรักษา**

โรคติดต่อทางอาหารและน้ำดังกล่าวข้างต้น แม้ว่าจะมีสาเหตุของการเกิดโรคต่างกัน แต่จะมีวิธีการติดต่อที่คล้ายคลึงกัน คือ เชื้อโรคจะเข้าสู่ร่างกายได้โดยการรับประทานอาหาร หรือดื่มน้ำที่ปนเปื้อนเชื้อเข้าไป เช่น อาหารที่ปรุงสุกๆ ดิบๆ เช่น ลาบ ก้อย หรืออาหารที่มีแมลงวันตอม หรืออาหารที่ทำไว้ล่วงหน้านานๆ โดยไม่ได้แช่เย็นไว้ และไม่ได้อุ่นให้ร้อนพอก่อนรับประทาน ทั้งนี้ ผู้ที่ป่วยเป็นโรคดังกล่าวข้างต้น สามารถแพร่เชื้อได้ทาง

อุจจาระ และหากเป็นผู้ประกอบอาหารหรือพนักงานเสิร์ฟอาหารก็จะมีโอกาสแพร่เชื่อให้ผู้ อื่นได้มาก

 1.ในระยะเริ่มแรกที่มีอาการอุจจาระร่วง หรืออาเจียนเล็กน้อยควรให้ผู้ป่วยดื่มน้ำ หรืออาหารเหลวที่มีอยู่ในบ้านมากๆ โดยอาจเป็นน้ำชา น้ำข้าว น้ำแกงจืด น้ำผลไม้ หรือข้าวต้ม และให้ดื่มสารละลายน้ำตาลเกลือแร่ (โอ อาร์ เอส) ในสัดส่วนที่ถูกต้อง โดยใช้ผงน้ำตาลเกลือแร่ 1 ซอง ผสมกับน้ำต้มสุกเย็น 1 ขวดน้ำปลากลม หรือเตรียมสารละลายเกลือแร่เอง โดยการผสมน้ำตาลทราย 2 ช้อนโต๊ะ เกลือป่นครึ่งช้อนชา ละลายกับน้ำต้มสุกเย็น 1 ขวดน้ำปลากลมและให้ผู้ป่วยดื่มบ่อยๆ เพื่อเป็นการทดแทนน้ำและเกลือแร่ที่สูญเสียไปเนื่องจากการถ่ายอุจจาระบ่อย ครั้ง สารละลายน้ำตาลเกลือแร่ที่ผสมแล้ว ควรดื่มให้หมดภายใน 1 วัน ถ้าเหลือให้เททิ้ง แล้วผสมใหม่วันต่อวัน การรักษาดังกล่าวนี้ จะทำให้ผู้ป่วยมีอาการดีขึ้น แต่ถ้าผู้ป่วยยังถ่ายบ่อย และมีอาการมากขึ้น เช่น อาเจียนมากขึ้น ไข้สูงหรือชัก หรือเกิดอาการขาดน้ำ ควรนำไปตรวจรักษาที่ศูนย์บริการสาธารณสุข สถานีอนามัย หรือโรงพยาบาลที่อยู่ใกล้บ้านโดยเร็วต่อไป

2.เด็กที่ดื่มนมแม่ ให้ดื่มนมแม่ต่อไปร่วมกับป้อนสารละลายน้ำตาลเกลือแร่บ่อยๆ สำหรับเด็กที่ดื่มนมผง ให้ผสมนมตามปกติ แต่ให้ดื่มเพียงครึ่งเดียวของปริมาณที่เคยดื่มแล้วให้ดื่มสารละลายน้ำตาล เกลือแร่สลับกันไป (ไม่ควรผสมสารละลายน้ำตาลเกลือแร่ลงในนมผสม)

3.เริ่มให้ผู้ป่วยรับประทานอาหารอ่อนย่อยง่าย เช่น โจ๊ก หรือข้าวต้ม ภายใน 4 ชั่วโมงหลังจากดื่มสารละลายน้ำตาลเกลือแร่ เพื่อช่วยให้ลำไส้ได้อาหารและฟื้นตัวได้เร็วขึ้น

4.หยุดให้สารละลายน้ำตาลเกลือแร่ เมื่อผู้ป่วยมีอาการดีขึ้น เช่น ถ่ายน้อยลงแล้ว เป็นต้น หลังจากนั้นให้รับประทานอาหารอ่อนย่อยง่าย โดยกินครั้งละน้อยๆและเพิ่มจำนวนมื้อ

5.ไม่ควรกินยาเพื่อให้หยุดถ่าย เพราะจะทำให้เชื้อโรคยังคงอยู่ในร่างกายซึ่งจะเป็นอันตรายมากขึ้น

6.การใช้ยาปฏิชีวนะ ควรอยู่ในการดูแลของแพทย์

**สาเหตุและอาการของโรค**

 **โรคอุจจาระร่วง**

 เกิดจากเชื้อต่างๆ เช่น แบคทีเรีย ไวรัส โปรโตซัว และหนอนพยาธิ สามารถติดต่อได้โดยการรับประทานอาหารหรือเครื่องดื่มที่มีเชื้อโรคปนเปื้อน เข้าไป อาการสำคัญ คือ ถ่ายอุจจาระเหลวตั้งแต่ 3 ครั้งขึ้นไปต่อวัน หรือถ่ายเป็นน้ำ หรือถ่ายมีมูกปนเลือด แม้เพียง 1 ครั้ง อาจมีอาเจียนร่วมด้วย อาจมีอาการเพียงเล็กน้อย จนกระทั่งมีอาการรุนแรงถึงเสียชีวิตได้

**โรคอาหารเป็นพิษ**

เกิดจากเชื้อต่างๆ เกิดจากพิษของเชื้อแบคทีเรีย เช่น เชื้อซาลโมเนลล่า เชื้อรา เห็ด หรือสารเคมีที่ปนเปื้อนอยู่ในอาหาร สามารถติดต่อได้โดยการรับประทานอาหารที่ปนเปื้อนเชื้อเข้าไป ซึ่งมักพบในอาหารที่ปรุงสุกๆดิบๆ จากเนื้อสัตว์ที่ปนเปื้อนเชื้อ เช่น เนื้อไก่ เนื้อหมู เนื้อวัว ไข่เป็ด และไข่ไก่ รวมทั้งอาหารกระป๋อง อาหารทะเล และน้ำนมที่ยังไม่ได้ผ่านการฆ่าเชื้อ นอกจากนี้อาจพบในอาหารที่ทำไว้ล่วงหน้านานๆ แล้วไม่ได้แช่