

คู่มือ

โรคติดต่อฤดูฝน



คำนำ

โรคติดต่อในฤดูฝน มีความรุนแรงหรือแพร่กระจายได้รวดเร็ว รวมทั้งอาจมีผลกระทบต่อ สาธารณะในวงกว้าง ทั้งนี้เพื่อให้สามารถดำเนินมาตรการควบคุมโรคได้ทันที และป้องกันการแพร่กระจายของโรคไปในวงกว้าง เพื่อให้เกิดความรู้การป้องกันและควบคุมโรคที่มีประสิทธิภาพ

คู่มือ “โรคติดต่อฤดูฝน” นี้จึงจัดทำขึ้นเพื่อให้ประชาชน ทุกระดับ ทุกประเภท เข้าใจถึงสาเหตุ การติดต่อ อาการ การป้องกันและควบคุมการเกิดของโรคติดต่อได้ ซึ่งคณะผู้จัดทำขอภัยเป็นอย่างสูง และยินดีน้อมรับใบคำแนะนำต่าง ๆ เพื่อปรับปรุงให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้นในโอกาสต่อ ๆ ไป

จัดทำโดย

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลตำบลศรีพนา
จังหวัดบึงกาฬ

สารบัญ

หน้า

คำนำ	ก
สารบัญ	ข
โรคติดต่อฤดูฝน	
- โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน	1
- โรคบิด	2
- โรคไข้ไทฟอยด์ และพาราไทฟอยด์	3
- โรคอาหารเป็นพิษ	5
- โรคเลปโตสไปโรซิส หรือไข้ฉี่หนู	6
- โรคไข้หวัดใหญ่	7
- โรคไข้หวัด	9
- โรคปอดบวม	10
- โรคไข้เลือดออก	11
- ไข้สมองอักเสบ	13
- โรคมาลาเรีย (Malaria)	14
- โรคเยื่อตาอักเสบหรือโรคตาแดง	16

โรคติดต่อฤดูฝน

กลุ่มโรคติดต่อของระบบทางเดินอาหารที่พบบ่อย

1. โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน (Acute Gastroenteritis) : ภาวะที่มีการถ่ายอุจจาระเหลว จำนวน 3 ครั้งต่อกันหรือมากกว่า หรือถ่ายเป็นน้ำมากกว่า 1 ครั้ง ใน 1 วัน หรือถ่ายเป็นมูกหรือปนเลือดอย่างน้อย 1 ครั้ง โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน (Acute Diarrhea) เกิดตั้งแต่เริ่มมีอาการอุจจาระร่วง เมื่อได้รับการดูแลรักษาที่ถูกต้องจะถ่ายอุจจาระดีขึ้นภายใน 5-6 วัน



สาเหตุ : สาเหตุของอุจจาระร่วงเฉียบพลันส่วนใหญ่เกิดจากการติดเชื้อ เกิดจากเชื้อไวรัส (Rotavirus) เชื้อไวรัสบิดไม่มีตัว (Shigella) ไวรัสSalmonella (เชื้อที่ทำให้เกิด โรคไทฟอยด์) ติดเชื้อไวรัสE Coli เชื้อไวรัสCampylobacterJejuniเชื้ออหิวาต์ และพวกที่เพาะเชื้อไม่ขึ้น

การติดต่อ : โดยการรับประทานอาหารหรือดื่มน้ำที่ปนเปื้อนเชื้อที่ออกมากับอุจจาระของผู้ป่วย

ระยะฟักตัวของโรค : อาจสั้น 10-12 ชั่วโมง หรือ 24-72 ชั่วโมง ขึ้นกับชนิดของเชื้อก่อโรค

อาการ : เชื้อไวรัส อาจมีไข้ต่ำๆ เป็นหวัด ต่อมามีอาการคลื่นไส้ อาเจียน และถ่ายอุจจาระเหลวตามมา โดยทั่วไปผู้ป่วยจะมีอาการอยู่นาน 1-6 วัน เชื้อแบคทีเรีย อาการถ่ายอุจจาระมีหลายลักษณะ ตั้งแต่ถ่ายเหลว มีมูกปนเลือด รายที่รุนแรงถ่ายอุจจาระเป็นเลือดปนหนอง

โรคแทรกซ้อน : -

การป้องกันและควบคุมโรค : โดยการกักตุนและสุขอนามัยในการรับประทานอาหาร การเก็บอาหาร และการปรุงอาหาร รวมทั้งล้างมือหลังเข้าห้องน้ำทุกครั้ง

2. โรคบิด : โรคที่ทำให้เกิดอาการในระบบทางเดินอาหารอันได้แก่ปวดท้องท้องเดินถ่ายอุจจาระบ่อยครั้ง อาจถ่ายครั้งละมากๆ หรือน้อยก็ได้ อุจจาระจะมีลักษณะพิเศษคือมีมูกปนเลือดหรือในบางครั้งจะมีมูกอย่างเดียวและมีอาการปวดท้องบริเวณทวารหนัก

สาเหตุ : เกิดจากการกินอาหารที่มีเชื้อบิดชิเกลลา (Shigella) ซึ่งเป็นแบคทีเรียแล้วเกิดอาการอักเสบของลำไส้ระยะฟักตัว 1-7 วัน (พบบ่อย 24-48 ชั่วโมง)



การติดต่อ : เชื้อโรคจะแพร่ออกมากับอุจจาระของผู้ป่วย เชื้อนี้จะลงไปปนเปื้อนอยู่กับน้ำและอาหาร ได้เชื้ออาจติดไปกับมือของผู้ป่วยโดยการปนเปื้อนโดยตรงหรือโดยแมลงวันเป็นพาหะนำไประหว่างที่ผู้ป่วยจะมีเชื้อออกมากับอุจจาระตลอดเวลาและเชื้อจะหมดไปภายในเวลา 2-3 สัปดาห์ ในบางรายอาจพบว่าเป็นพาหะอมโรคได้แต่น้อยกว่ากรณีของไข้ไทฟอยด์

ระยะฟักตัวของโรค : หลังจากรับเชื้อเข้าไปประมาณ 1-7 วันจะเริ่มมีอาการของโรคโดยเฉลี่ยแล้วระยะฟักตัวของโรคจะสั้นกว่า 4 วัน

อาการ : ผู้ป่วยที่เป็นบิดลงจะเริ่มต้นจะเริ่มปวดท้องที่โดยมีอาการอุจจาระร่วงมีอาการปวดท้อง ทวารหนักอุจจาระเป็นน้ำมีมูกหรือเลือดปนและถ่ายบ่อยๆ นอกจากนี้ยังมีอาการไข้สูงอีกด้วย บางรายที่มีอาการอ่อนจะมีอาการต่างๆ ดังกล่าวเพียงเล็กน้อยเท่านั้น

โรคแทรกซ้อน : -

การป้องกันและควบคุมโรค : โรคบิดสามารถควบคุมและป้องกันได้ดังนี้
(ประวิทย์สุนทรสิมะ.2521 : 191)

1. การป้องกันก่อนการเกิดโรคโดย
 - 1.1 จัดหาน้ำดื่มที่ใช้ที่สะอาดถูกหลักสุขาภิบาลดื่ม น้ำดื่มสุก
 - 1.2 ไม่รับประทานอาหารที่มีแมลงวันตอม
 - 1.3 กำจัดอุจจาระโดยการสร้างส้วมให้ถูกต้องตามหลักสุขาภิบาล
 - 1.4 ล้างมือให้สะอาดทุกครั้งก่อนปรุงอาหารก่อนรับประทานอาหารและภายหลังออกจากส้วม
 - 1.5 ให้สุศึกษาแก่ชุมชนเกี่ยวกับการสุขาภิบาลอาหารสุขวิทยาส่วนบุคคล
2. การควบคุมและป้องกันเมื่อมีโรคเกิดขึ้นแล้วโดย
 - 2.1 รายงานเจ้าหน้าที่สาธารณสุขเพื่อดำเนินการสอบสวนโรคต่อไป
 - 2.2 ระมัดระวังการสัมผัสกับอุจจาระของผู้ป่วยต้องทำลายเชื้อด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อโรค
 - 2.3 ปรีกษาแพทย์เพื่อขอรับการรักษาด้วยยาฆ่าเชื้อบิดและรักษาอาการแทรกซ้อนต่างๆ เพื่อป้องกันมิให้เกิดโรคเรื้อรังและโรคแทรกซ้อนต่างๆ ได้
 - 2.4 รับประทานอาหารอ่อนที่มีประโยชน์และคุณค่าทางโภชนาการ

3. โรคไข้ไทฟอยด์ และพาราไทฟอยด์:บางที่เรียกกันว่าไข้รากสาดน้อยและไข้รากสาดเทียมไข้รากสาดน้อย และไข้รากสาดเทียมเป็นโรคที่มีลักษณะอาการคล้ายคลึงกันมีความแตกต่างกันตรงที่ไข้รากสาดน้อยจะมีการรุนแรงกว่า

สาเหตุ : เชื้อต้นเหตุเชื้อที่ก่อโรคเป็นเชื้อแบคทีเรียไข้ไทฟอยด์เกิดจากเชื้อที่มีชื่อว่าซัลโมเนลลาไทฟิ (Salmonella typhi)

ไข้พาราไทฟอยด์เกิดจากเชื้อที่มีชื่อว่าซัลโมเนลลาพาราไทฟิเอหรือบีหรือซี (Salmonella paratyphi A, B, C)

การติดต่อ : ในขณะที่ผู้ป่วยเป็นโรคจะตรวจพบเชื้อโรคได้ในกระแสเลือดไขกระดูกปัสสาวะน้ำดี และอุจจาระซึ่งออกมาจากแผลที่มีอยู่ในลำไส้ในระยะที่เริ่มทุเลาและฟื้นไข้จะตรวจพบเชื้อได้มากในอุจจาระซึ่งจะเป็นแหล่งสำคัญในการแพร่โรคต่อไปเมื่อหายจากโรคเชื้อโรคจะค่อยๆหายไปจากอุจจาระส่วนมากภายใน ๒ สัปดาห์หลังจากที่หายจากโรคบางรายอาจจะมีเชื้อในอุจจาระต่อไปได้อีกจึงทำให้มีโอกาสแพร่โรคต่อไปโดยที่ผู้นั้นจะไม่แสดงอาการของโรคเลยรายเช่นนี้เรียกว่าพาหะอมโรคบางคนอาจจะแพร่เชื้อต่อไปได้เป็นเวลาหลายเดือนแล้วก็หายไปหรือเป็นพาหะอมโรคอยู่ได้ชั่วคราวมีบางรายเป็นพาหะอมโรคได้ตลอดชีวิตก็มี

โรคไข้รากสาดน้อยมักจะมีอาการรุนแรงกว่าไข้รากสาดเทียมทั้งสองโรคนี้ติดต่อโดยการรับเชื้อโรคเข้าไปทางปาก ซึ่งอาจเกิดโดยตรงจากการสัมผัสกับผู้ป่วยหรือพาหะอมโรคหรืออาจได้รับเชื้อที่ติดอยู่กับอาหารได้แก่น้ำนมผัก หอยกุ้ง ฯลฯ นอกจากนี้ยังพบว่าแมลงวันและแมลงสาบก็อาจเป็นสื่อนำเชื้อโรคมาสู่คนได้มูลจิ้งจกที่เปียกก็มีผู้พบว่ามีเชื้อไข้ไทฟอยด์อยู่ได้ดังนั้นถ้าหากได้รับเชื้อโดยการกินเข้าไปก็จะทำให้เป็นโรคได้

ระยะฟักตัว : ตั้งแต่ได้รับเชื้อเข้าไปประมาณโดยเฉลี่ย ๑-๒ สัปดาห์ก็จะเกิดอาการของโรคระยะฟักตัวนี้อาจเร็วได้ถึง ๓ วันและนานถึง ๓๘ วัน

อาการ : อาการที่ผู้รับเชื้อจะมีไข้ซึ่งมักจะค่อยๆเพิ่มสูงขึ้นวันละเล็กน้อยจนถึง ๔๐ องศา ภายใน ๑ สัปดาห์ มีความรู้สึกคล้ายกับจะหนาวสั่น ไม่สบาย เมื่อยตามเนื้อตามตัว ปวดศีรษะ เบื่ออาหาร ลื่น เป็นฝ้าสกปรกท้องอืด อาจมีอาการท้องผูกหรือถ่ายอุจจาระเหลวจนถึงอุจจาระร่วงก็ได้ อาจมีอาการคลื่นไส้ อาเจียนอาการที่พบได้เสมอคือ อาการปวดหลัง ต่อมาไข้มักจะสูงลอย อาจมีอาการไอ และมีหลอดลมอักเสบร่วมด้วย ชีพจรเต้นช้า ในผู้ป่วยผิวขาวจะพบว่ามีจุดแดงๆ เกิดขึ้นบริเวณอกและท้อง แต่ไม่ค่อยได้พบในคนไทย ผู้ป่วยมักมีอาการซึม แต่บางรายอาจมีอาการอะอะเพ้อคลั่งได้ บางรายอาจมีอาการหมดสติ ผม่วทั้งศีรษะ

ในรายที่ไม่ได้รับการรักษา ไข้จะสูงลอยต่อไปอีก ๑-๒ สัปดาห์ ถ้าหากไม่มีภาวะแทรกซ้อนไข้จะค่อยๆ ลดลงจนเป็นปกติในปลายสัปดาห์ที่ ๔ ของโรค

ถ้าหากมีภาวะแทรกซ้อน ผู้ป่วยอาจถึงแก่กรรมได้ โรคนี้จะก่อให้เกิดเป็นแผลในลำไส้ ภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรง ได้แก่ ลำไส้ทะลุ เยื่อหุ้มสมองอักเสบและเป็นฝีในสมอง เป็นต้น

โรคแทรกซ้อน : เลือดออกทางเดินอาหารลำไส้ทะลุ ไตวายช่องท้องอักเสบ

การป้องกันและควบคุมโรค :

ก. การป้องกันล่วงหน้า

๑. จะต้องจัดเรื่องสุขาภิบาลเกี่ยวกับน้ำบริโภคและอาหารให้เก็บอาหารในที่มืดชิดอย่าให้แมลงวันแมลงสาบหรือจิ้งจกได้ตอมควรบริโภคอาหารที่สะอาดและต้มสุก
๒. ตรวจควบคุมร้านอาหารผู้ปรุงผู้จำหน่ายและผู้บริการหากพบว่าผู้ใดเป็นพาหะของโรคควรหาทางแก้ไข
๓. กำจัดแหล่งเพาะพันธุ์แมลงวันทำลายแมลงวันและแมลงสาบ
๔. ทำการฉีดยาหรือให้วัคซีนป้องกันไข้ไทฟอยด์แก่ประชาชนอย่างทั่วถึงวัคซีนที่ใช้ อาจจะเป็นชนิดฉีดหรือชนิดกิน
๕. การป้องกันเมื่อเกิดการระบาดหรือเมื่อมีผู้ป่วยอาจจะต้องแยกผู้ป่วยไว้ระยะหนึ่งจัดการทำลายเชื้อที่อยู่ในบริเวณรอบๆ ที่ผู้ป่วยอาศัยโดยเฉพาะเชื้อในอุจจาระและปัสสาวะและรักษาผู้ป่วยจนกระทั่งไม่สามารถแพร่เชื้อทางอุจจาระได้อีกต่อไป



4. โรคอาหารเป็นพิษ : เป็นโรคที่เกี่ยวกับระบบทางเดินอาหารซึ่งมีสาเหตุและเชื้อที่ทำให้เกิดโรคหลายชนิด

สาเหตุ : เกิดจากการรับประทานอาหารและน้ำที่มีพิษของเชื้อโรคเข้าสู่ร่างกายเช่น เชื้อแบคทีเรียชนิดต่างๆรวมทั้งพิษที่เกิดจากสารเคมีที่ปะปนเข้าไปหรือมีอยู่ตามธรรมชาติในอาหารชนิดต่างๆเช่นพวกเห็ดปลาทะเลและเนื้อสัตว์บางชนิดเป็นโรคที่พบได้ทั่วโลกโดยเฉพาะในท้องถิ่นที่มีการสุขอนามัยไม่ดี

การติดต่อ : โดยการสัมผัสตื่มน้ำกินอาหารที่มีเชื้อเข้าสู่ร่างกายการติดต่อทางอ้อมโดยการมีเชื้อปนเปื้อนในอาหารการแพร่เชื้อในผู้ป่วยแต่ละบุคคลแตกต่างกันไปบางรายอาจแพร่เชื้อได้ 2-3 วันแต่บางรายอาจนานหลายสัปดาห์ในระหว่างที่ผู้ป่วยมีอาการท้องร่วงควรงดการปรุงหรือจับต้องอาหาร

ระยะฟักตัวของโรค : โรคนี้มีระยะฟักตัวของเชื้อที่ทำให้เกิดโรคแตกต่างกันไปแล้วแต่ชนิด

อาการ : ส่วนใหญ่ของผู้ป่วยโรคอาหารเป็นพิษคือมีอาการของระบบทางเดินอาหารผิดปกติคลื่นไส้อาเจียนปวดท้องถ่ายอุจจาระปวดหัวคอแห้งกระหายน้ำมีไข้เป็นตะคริวตามผู้ป่วยจากเชื้อบางชนิดอาจมีอาการหายใจลำบากหนาวสั่นปวดตามกล้ามเนื้อและข้อซีฟจรลดตัวอย่างรวดเร็วอาจถึงตายได้บางครั้งผู้ป่วยเมื่อได้รับเชื้ออาจไม่แสดงอาการแต่เป็นพาหะของโรคได้บางคนแสดงอาการอย่างอ่อนและบางคนแสดงอาการอย่างรุนแรงโรคนี้หากเป็นในเด็กเล็กและผู้สูงอายุจะมีอาการรุนแรง

โรคแทรกซ้อน : -

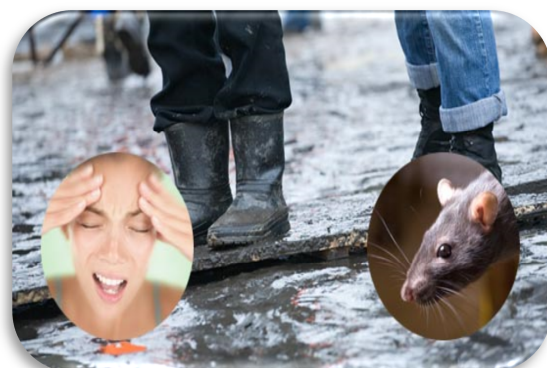
การป้องกันและควบคุมโรค : นอกจากปฏิบัติตามคำแนะนำเพื่อหลีกเลี่ยงและป้องกันการเชื้อหรือภาวะที่ทำให้เกิดโรดดังกล่าวรายละเอียดไว้ในบทนำแล้วยังมีข้อควรทราบเพิ่มเติมเฉพาะโรคดังนี้

1. ควรเน้นเรื่องสุขศึกษาเรื่องการประกอบอาหารให้ถูกสุขอนามัย
2. ไม่ควรรับประทานอาหารที่ปรุงไม่สุกหรือสุกๆดิบๆอาหารที่มีแมลงวันตอม
3. รักษาสัตว์เลี้ยงไม่ให้เจ็บป่วยด้วยโรคต่างๆ
4. การจำหน่ายเนื้อสัตว์อาหารกระป๋องควรต้องมีการตรวจอย่างดีในการบรรจุการเก็บและการจำหน่าย (ดูวันหมดอายุ)
5. การเลี้ยงสัตว์ควรควบคุมอาหารให้สะอาดเพื่อไม่ให้สัตว์ได้รับเชื้อและเป็นพาหะนำโรคมานุษย์
6. ให้มีการทำบัญชีรายชื่อฟาร์มเพื่อการสำรวจหรือตรวจสอบ



กลุ่มโรคติดเชื้อผ่านทางบาดแผลหรือเยื่อผิวหนังที่พบบ่อย

5. โรคเลปโตสไปโรซิสหรือไข้หนู: เป็นโรคติดต่อจากสัตว์สู่คน สามารถติดโรคได้ในสัตว์หลายชนิดเช่น สุนัข หนู โค กระบือ สุกร แพะ แกะ สัตว์เลี้ยงในบ้าน เป็นต้น แต่พบมากในหนูซึ่งเป็นแหล่งรังโรค ส่วนมากสัตว์ที่ไวต่อการรับเชื้อมักจะเป็นสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนมที่มีอายุน้อยหรือลูกสัตว์ที่ไม่เคยได้รับภูมิคุ้มกันจากแม่มาก่อน มักจะพบการระบาดในเดือนตุลาคมและพฤศจิกายนเนื่องจากเป็นฤดูฝนต่อหนาวมีน้ำขัง



สาเหตุ : โรคเลปโตสไปโรซิส มีสาเหตุจากการติดเชื้อแบคทีเรียรูปเกลียว (spirochete) ชื่อ เล็บโตสไปรา อินเทโรแกนส์ (Leptospira interrogans) หนูเป็นแหล่งรังโรคที่สำคัญที่สุด บางซีโรวาร์มีความจำเพาะกับสัตว์บางชนิด

ระยะฟักตัวของโรค : โดยเฉลี่ยประมาณ 10 วัน หรืออยู่ในช่วง 4-19 วัน (อาจเร็วภายใน 2 วัน หรือนานถึง 26 วัน)

อาการ : หลังจากได้รับเชื้อประมาณ 4-14 วัน (โดยเฉลี่ย 10 วัน) เมื่อเชื้อเข้าสู่กระแสเลือดจะทำให้เกิดอาการ ไข้สูงหนาวสั่น ปวดหัวรุนแรง ตาแดง ปวดกล้ามเนื้อมากโดยเฉพาะบริเวณน่อง ขา เอว เวลากดหรือจับจะปวดมาก นอกจากนี้ยังอาจมีอาการเบื่ออาหาร คลื่นไส้อาเจียน บางรายมีอาการปวดท้อง ท้องเสีย บางรายอาการรุนแรงจนกระทั่งดับวาย ไตวาย และทำให้เสียชีวิตได้ในที่สุด

โรคแทรกซ้อน : -

การป้องกันและควบคุมโรค : กำจัดหนูควรสวมชุดป้องกัน เช่น รองเท้าบูต ถุงมือ ถุงเท้า เสื้อผ้า หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับสัตว์ที่เป็นพาหะ ของโรคดังกล่าว หลีกเลี่ยงการว่ายน้ำที่อาจจะมีเชื้อโรคปนเปื้อนอยู่ หลีกเลี่ยงไม่ไปสัมผัสปัสสาวะโค กระบือ หนู สุกร และไม่ใช้แหล่งน้ำที่สงสัยว่าอาจปนเปื้อนเชื้อ หลีกเลี่ยงอาหารที่ปล่อยค้างคืน โดยไม่มีภาชนะปกปิด เป็นต้น หลีกเลี่ยงการทำงานในน้ำหรือต้องลุยน้ำ ลุยโคลนเป็นเวลานานๆ ให้รีบอาบน้ำ ทำความสะอาดร่างกายโดยเร็วหากแช่ หรือ ย่ำลงไปในแหล่งน้ำที่สงสัยว่าอาจปนเปื้อนเชื้อ



กลุ่มโรคระบบทางเดินหายใจ ที่พบบ่อย

6. โรคไข้หวัดใหญ่ (Influenza) :เป็นการติดเชื้อไวรัสที่ระบบทางเดินหายใจแบบเฉียบพลัน โดยมีลักษณะทางคลินิกที่สำคัญคือ มีไข้สูงแบบทันทีทันใด ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ อ่อนเพลีย ไข้หวัดใหญ่เป็นโรคที่สำคัญที่สุดโรคหนึ่งในกลุ่มโรคติดเชื้ออุบัติใหม่และโรคติดเชื้ออุบัติซ้ำ เนื่องจากเกิดการระบาดใหญ่ทั่วโลก (pandemic) มาแล้วหลายครั้ง แต่แต่ละครั้งเกิดขึ้นอย่างกว้างขวางเกือบทุกทวีป ทำให้มีผู้ป่วยและเสียชีวิตนับล้านคน



สาเหตุ :เกิดจากเชื้อ influenza virus (มีหลายชนิด A, B, C) ซึ่งจะพบในน้ำมูก น้ำลาย หรือเสมหะ

การติดต่อ :ทางลมหายใจ ไอ จาม รดกัน ระยะฟักตัว 1-4 วัน นอกจากเชื้อไข้หวัดใหญ่จะมีชนิด A, B, C แล้วแต่ละชนิด ยังแบ่งเป็นพันธุ์ย่อยๆ ออกไปอีกมากมาย แต่ทุกครั้งที่เป็นโรค จะเกิดจากพันธุ์ย่อยเพียงพันธุ์เดียว เมื่อเป็นแล้ว ก็จะมีภูมิต้านทานต่อพันธุ์นั้น แต่ไม่สามารถต้านทานพันธุ์อื่นๆ ได้ จึงอาจติดเชื้อจากพันธุ์ใหม่ได้

ระยะฟักตัวของโรค :ระยะฟักตัวประมาณ 1-4 วันเฉลี่ย 2 วัน

อาการ : เกิดขึ้นทันทีทันใด จะมีไข้สูง หนาวๆ ร้อนๆ ปวดเมื่อยตามกล้ามเนื้อ เป็นมากที่กระเบนเหน็บ ต้นแขน ต้นขา ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร ขมในคอ อาจมีอาการเจ็บคอ คัดจมูก น้ำมูกใส ไอแฉะๆ จุกแน่นท้อง จะมีไข้อยู่ 2-4 วัน แล้วไข้จะค่อยๆ ลดลง ส่วนอาการไอ อ่อนเพลีย อาจจะเป็นอยู่ 1-4 สัปดาห์ บางคนเมื่อหายจากไข้หวัดใหญ่แล้ว อาจมีอาการวิงเวียน เหมือนเมาเรือ สาเหตุจากการอักเสบในหูชั้นใน ที่เกี่ยวข้องกับการทรงตัว อาการจะหายเองภายใน 3-5 วัน

โรคแทรกซ้อน :ปอดอักเสบ มักจะเกิดจากแบคทีเรีย พวก นิวโมค็อกคัส หรือ สแตปฟีโลค็อกคัส ภาวะแทรกซ้อนที่ร้ายแรงมักเกิดในเด็กเล็ก คนสูงอายุ ผู้ป่วยเบาหวาน คนที่สูบบุหรี่จัด หรือผู้ป่วยที่มีโรคของปอดเรื้อรัง ส่วนการเกิดภาวะแทรกซ้อนถึงตายนี้นับว่าน้อยมาก มักจะเกิดในเด็กเล็ก หรือคนสูงอายุที่ร่างกายอ่อนแออยู่ก่อน

การป้องกันและควบคุมโรค : โรคไข้หวัดใหญ่สามารถควบคุมและป้องกันได้ดังนี้ (กรุงไกร เจนพาณิชย์. 2534 : 229-230)

1. การป้องกันก่อนจะเกิดโรค ทำได้โดย

1.1 เพิ่มความแข็งแรงและความต้านทานโรค ให้แก่ร่างกายอยู่เสมอโดยการ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ พักผ่อนให้เพียงพอ

1.2 ป้องกันมิให้เชื้อไข้หวัดเข้าสู่ร่างกาย โดยการหลีกเลี่ยงการใกล้ชิดกับคนเป็นหวัด ไม่ใช่
สิ่งของร่วมกับคนเป็นหวัด ไม่เข้าไปในที่ที่แออัดมาก ๆ

1.3 ให้ภูมิคุ้มกันโดยการไปรับการฉีดวัคซีน

2. การควบคุมป้องกันเมื่อเกิดโรคขึ้น ทำได้โดย

2.1 ป้องกันมิให้เชื้อโรคแพร่กระจายออกไป เช่น ไอ หรือจามทุกครั้งต้องปิดปาก ปิดจมูกทุก
ครั้ง

2.2 พักผ่อนให้เพียงพอ

2.3 ป้องกันโรคแทรกซ้อน โดยการรักษาสุขภาพให้แข็งแรง และรีบปรึกษาแพทย์หากมีอาการ
สงสัยว่าจะมีโรคแทรกซ้อน



7. โรคไข้หวัด (Common cold) : เป็นโรคติดเชื้อไวรัสในทางเดินหายใจส่วนบนที่กระทบต่อจมูกเป็นหลัก อาการของโรคมีทั้งไอ เจ็บคอ น้ำมูกไหล และไข้ซึ่งมักหายไปเองในเจ็ดถึงสิบวัน แต่บางอาการอาจอยู่ได้นานถึงสามสัปดาห์ ไวรัสกว่า 200 ชนิดเป็นสาเหตุของโรคหวัด โดยไรโนไวรัสเป็นชนิดที่พบบ่อยที่สุด

สาเหตุ : เกิดจากคอคอยล์ส่วนจมูกอักเสบเฉียบพลัน หรือโรคเยื่อจมูกและลำคออักเสบเฉียบพลัน (Acute nasopharyngitis) เรียกโดยทั่วไปว่า โรคหวัด หรือ ไข้หวัด

การติดต่อ : เชื้อไวรัสไข้หวัดที่อยู่ในน้ำมูก น้ำลาย และเสมหะ ติดต่อกันโดยการไอ หรือหายใจรดกัน หรือจากการสัมผัส เมื่อมีเชื้อหวัดติดที่มือแล้วไปสัมผัสผู้อื่น เชื้อหวัดก็จะติดคนๆ นั้น และเมื่อนำไปขยี้ตาหรือแคะจมูกก็จะเข้าสู่ร่างกายจนกลายเป็นไข้หวัดได้

ระยะฟักตัวของโรค : มีระยะฟักตัวโดยเฉลี่ยเพียง 1-3 วัน กล่าวคือ หลังจากเราถูกคนที่ เป็นไข้หวัดไอ จาม หรือหายใจรด ถ้าร่างกายเราไม่มีภูมิต้านทาน รอสัก 1-3 วันถัดมา เราก็จะกลายเป็นไข้หวัด

อาการ : ผู้ใหญ่จะมีอาการจาม น้ำมูกไหลมาก่อน อ่อนเพลีย ปวดศีรษะเล็กน้อย แต่มักจะไม่ค่อยมีไข้ เชื้อจะออกจากทางเดินหายใจของผู้ป่วย 2-3 ชั่วโมง และหมดภายใน 2 สัปดาห์ บางรายมีอาการปวดหู เยื่อแก้วหูมีเลือดคั่ง บางรายมีเยื่อบุตาอักเสบ เจ็บคอกลิ้นลำปาก โรคมักเป็นไม่เกิน 2-5 วัน แต่อาจจะมีน้ำมูกไหลนานถึง 2 สัปดาห์ในเด็กอาจจะรุนแรง และมักจะกลายเป็นหลอดลมอักเสบ และปอดบวม

โรคแทรกซ้อน : -

การป้องกันและควบคุมโรค :

1. ล้างมือบ่อยๆ ด้วยน้ำและสบู่ หรือใช้แอลกอฮอล์เจลทำความสะอาดมือ
2. ไม่ใช้แก้วน้ำ หลอดดูดน้ำ ช้อนอาหาร ผ้าเช็ดมือ ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัว ร่วมกับผู้อื่น
3. ไม่ควรคลุกคลีใกล้ชิดกับผู้ป่วยที่มีอาการไข้หวัด
4. รักษาสุขภาพให้แข็งแรง ด้วยการกินอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ ดื่มน้ำมากๆ นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ และออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
5. ควรหลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่ที่มีผู้คนแออัดและอากาศถ่ายเทไม่ดีเป็นเวลานาน โดยไม่จำเป็น
6. ติดตามคำแนะนำอื่นๆ ของกระทรวงสาธารณสุขอย่างใกล้ชิด



8. โรคปอดบวม (Pneumonia) :ภาวะปอดซึ่งเกิดการอักเสบ ซึ่งอาจเป็นเชื้อแบคทีเรีย เชื้อไวรัส ซึ่งในสภาวะที่ผิดปกติอาจจะเกิดจาก เชื้อรา และ พยาธิ เมื่อเป็นปอดบวม จะมีหนอง และสารน้ำอย่างอื่นในถุงลม ทำให้ร่างกายไม่สามารถรับ oxygen ทำให้ร่างกายขาด oxygen และอาจถึงแก่ชีวิตได้

สาเหตุ : เหตุชักนำสำคัญที่ทำให้เกิดปอดบวม ปกติเชื้อโรคอยู่ในคอ เมื่อร่างกายมีภาวะที่ภูมิคุ้มกันอ่อนแอก็จะเกิดโรค ภาวะต่างๆดังกล่าวได้แก่ร่างกายมีภูมิต้านทานต่อการอักเสบติดเชื้อลดลง เช่น อายุมาก ขาดอาหาร เบาหวาน ได้รับยากดภูมิคุ้มกันการอักเสบติดเชื้อไวรัสของระบบการหายใจการอุดกั้น และการอักเสบเรื้อรังในหลอดลมการสำลัก น้ำลาย เศษอาหาร หรือสิ่งติดเชื้อในปอด

การติดต่อ :ติดต่อโดยการได้รับเชื้อจากการไอ หรือจามของผู้ป่วย บางรายอาจได้จากการกินน้ำแก้วเดียวกันหรือใช้ผ้าเช็ดหน้าร่วมกัน หลังจากได้รับเชื้ออาจจะเกิดอาการใน 1-3 วัน

ระยะฟักตัวของโรค :ไม่แน่ชัดขึ้นกับชนิดของเชื้อ อาจสั้นเพียง 1 - 3 วัน หรือนาน 1 - 4 สัปดาห์

อาการ :ผู้ป่วยบางรายอาจจะมีอาการน้ำมูกไหล จาม คัดจมูกนำมาก่อน บางรายอาจจะเริ่มด้วยไข้สูง หนาวสั่น หายใจหอบเหนื่อยอาจจะมีอาการเจ็บหน้าอกตำแหน่งที่เจ็บมักตรงกับบริเวณที่อักเสบ อาการไอ ในระยะแรกมีลักษณะไอแห้งๆ แต่ระยะต่อมาจะมีจำนวนเสมหะเพิ่มมากขึ้น เสมหะเหนียวการวินิจฉัยโรคปอดบวม

โรคแทรกซ้อน : น้ำในช่องเยื่อหุ้มปอด (pleural effusion) เยื่อหุ้มหัวใจอักเสบ(pericarditis) เยื่อหุ้มสมองอักเสบ(meningitis)ปัจจุบันพบน้อยหัวใจวาย มักพบในรายที่มีโรคหัวใจอยู่ก่อน

การป้องกันและควบคุมโรค : ใช้วัคซีนสามารถป้องกันปอดบวมได้บางเชื้อ เช่น H.influenza, Pertussisไอกรน,ปอดบวม Pneumococcalให้หลีกเลี่ยงจากคนที่เป็นปอดบวมหากมีสมาชิกในครอบครัวเป็น หอบหืดให้แยกถ้วย และชาม สมาชิกในครอบครัวให้ล้างมือบ่อยๆ



กลุ่มโรคติดต่อที่เกิดจากยุง ที่สำคัญ 3 โรคได้แก่

9. โรคไข้เลือดออก :โรคติดเชื้อซึ่งมีสาเหตุมาจาก ไวรัสเดงกี (Dengue virus) อาการของโรคนี้มีความคล้ายคลึงกับโรคไข้หวัดในช่วงแรก จึงทำให้ผู้ป่วยเข้าใจคลาดเคลื่อนได้ว่าตนเป็นเพียงโรคไข้หวัด และทำให้ไม่ได้รับการรักษาที่ถูกต้องในทันที โรคไข้เลือดออกมีอาการและความรุนแรงของโรคหลายระดับตั้งแต่ไม่มีอาการหรือมีอาการเล็กน้อยไปจนถึงเกิดภาวะช็อกซึ่งเป็นสาเหตุที่ทำให้ผู้ป่วยเสียชีวิต



สาเหตุ : ยุงลาย Aedes aegypti ตัวเมีย บินไปกัดคนที่ป่วยเป็นไข้เลือดออกโดยเฉพาะช่วงที่มีไข้สูง เชื้อไวรัสเดงกีจะเพิ่มจำนวนในตัวยุงประมาณ 8-10 วัน เชื้อไวรัสเดงกีจะไปที่ผนังกระเพาะและต่อมน้ำลายของยุง เมื่อยุงกัดคนก็จะแพร่เชื้อสู่คน เชื้อจะอยู่ในร่างกายคนประมาณ 2-7 วันในช่วงที่มีไข้ หากยุงกัดคนในช่วงนี้ก็จะรับเชื้อไวรัสมาแพร่ให้กับคนอื่น ซึ่งส่วนใหญ่มักจะเป็นเด็ก

การติดต่อ :โรคนี้ติดต่อจากคนสู่คน โดยมียุงลาย (Aedes aegypti) เป็นพาหะที่สำคัญ ยุงตัวเมียจะกัดและดูดเลือดของผู้ป่วยซึ่งมีเชื้อไวรัสเดงกี เชื้อจะเข้าไปพักตัวเพิ่มจำนวนในยุงหลังจากนั้นยุงจะมีเชื้อไวรัสอยู่ในตัวตลอดอายุของมัน (ประมาณ 1-2 เดือน) และสามารถถ่ายทอดเชื้อให้คนที่ถูกมันกัดได้ ยุงลายเป็นยุงที่อาศัยอยู่ภายในบ้านและบริเวณบ้าน มักจะกัดเวลากลางวัน แหล่งเพาะพันธุ์ คือ น้ำใสที่ขังอยู่ตามภาชนะเก็บน้ำต่างๆ เช่น โอ่งน้ำ แจกันดอกไม้ ถ้วยรองขาตู้ จาน ชาม กระป๋อง หม้อ กระถาง ยางรถ เป็นต้น โดยทั่วไปโรคนี้จะพบมากในฤดูฝน เนื่องจากเด็กมักอยู่ในบ้านมากกว่าฤดูอื่นๆ และยุงลายมีการแพร่พันธุ์มากในฤดูฝน แต่ในเมืองใหญ่ๆ เช่น กรุงเทพฯ อาจพบโรคนี้ได้ตลอดปี

ระยะฟักตัวของโรค :ไม่แน่ชัดขึ้นกับชนิดของเชื้อ อาจสั้นเพียง 1 - 3 วัน หรือนาน 1 - 4 สัปดาห์

อาการ :ในการติดเชื้อไวรัสเดงกีครั้งแรก ผู้ป่วยส่วนใหญ่ (80-90%) จะไม่แสดงอาการ ผู้มีอาการจะมีไข้สูง ปวดศีรษะ ปวดกล้ามเนื้อ ปวดกระดูก และมีผื่นที่ผิวหนังได้ แต่ถ้าติดเชื้อครั้งที่สอง โดยเชื้อที่ต่างสายพันธุ์กับครั้งแรก อาจเป็นไข้เลือดออก ซึ่งมีอาการสำคัญแบ่งแบ่งออกได้ 3 ระยะ คือ

1. ระยะไข้ ผู้ป่วยจะมีไข้สูงเกือบตลอดเวลา เด็กบางคนอาจชัก เนื่องจากไข้สูง เบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง มักมีหน้าแดง และอาจมีผื่นหรือจุดเลือดออกตามลำตัว แขน ขา ระยะนี้จะเป็นอยู่ราว 2-7 วัน

2. ระยะช็อก ระยะนี้ไข้จะเริ่มลดลง ผู้ป่วยจะซึม เหงื่อออก มือเท้าเย็น ชีพจรเต้นเบาแต่เร็ว ปวดท้อง โดยเฉพาะบริเวณใต้ชายโครงขวา ปัสสาวะออกน้อย อาจมีเลือดออกง่าย เช่น มีเลือดกำเดาไหล อาเจียนเป็นเลือด อุจจาระมีสีดำ ในรายที่รุนแรง จะมีความดันโลหิตต่ำ ช็อก และอาจถึงตายได้ ระยะนี้กินเวลา 24-48 ชั่วโมง

3. ระยะพักฟื้น อาการต่างๆจะเริ่มดีขึ้น ผู้ป่วยรู้สึกอยากรับประทานอาหาร ความดันโลหิตสูงขึ้น ชีพจรเต้นแรงขึ้นและช้าลง ปัสสาวะมากขึ้น บางรายมีผื่นแดงและมีจุดเลือดออกเล็กๆ ตามลำตัว

โรคแทรกซ้อน : น้ำในช่องเยื่อหุ้มปอด (pleural effusion) เยื่อหุ้มหัวใจอักเสบ(pericarditis) เยื่อหุ้มสมองอักเสบ(meningitis)ปัจจุบันพบน้อยหัวใจวาย มักพบในรายที่มีโรคหัวใจอยู่ก่อน

การป้องกันและควบคุมโรค : 1. ป้องกันไม่ให้ยุงกัด โดยนอนในมุ้งแมลงในเวลากลางวัน

2. กำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ยุงในบ้าน รวมทั้งบริเวณรอบๆบ้าน
3. ควรเปลี่ยนถ่ายน้ำในภาชนะที่ขังน้ำทุก 7 วัน เช่น แจกัน
4. กำจัดภาชนะแตกหักที่ขังน้ำ เช่น ยางรถเก่า กระจ่าง
5. เลี่ยงปลากินลูกน้ำในอ่างบัวหรือแหล่งน้ำอื่นๆ
6. ปิดฝาโอ่งหรือภาชนะอื่นๆให้มิดชิด หรือใส่ทรายเคมี กำจัดลูกน้ำ ในภาชนะที่เก็บน้ำไว้ใช้
7. ใส่เกลือหรือน้ำส้มสายชูลงในจานรองขาตู้กับข้าว



10. ไข้สมองอักเสบ (Japanese encephalitis : JE): เป็นโรคที่เกิดจากการติดเชื้อไวรัสเจอีที่สมอง โดยมีพาหะสำคัญคือ ยุงรำคาญ ชนิด *Culex tritaeniorhynchus* ซึ่งมักแพร่พันธุ์ในนาข้าว โรคนี้เป็นโรคสมองอักเสบ ชนิดที่พบบ่อยที่สุดในประเทศไทย



ยุงรำคาญ

สาเหตุ : เกิดจากเชื้อไวรัสหลายชนิด แต่ละชนิดมีลักษณะจำเพาะ เกิดโรคในแต่ละแห่ง ไม่เหมือนกัน

การติดต่อ : โรคนี้ไม่ติดต่อโดยตรงจากมนุษย์ไปสู่มนุษย์ เชื้อโรคที่เป็นระยะติดต่อจะ เกิดขึ้นในผู้ป่วยช่วงที่เริ่มอาการจนถึงวันที่ 5 ของการกำเนิดโรค เมื่อยุงมากัดและดูดโลหิตจาก ผู้ป่วยแล้ว เชื้อโรคจึงจะกลายเป็นระยะติดต่อในยุง เมื่อ 8-11 วัน และพร้อมที่จะถ่ายทอดเชื้อ โรคไปยังมนุษย์ต่อไป

ระยะฟักตัวของโรค : ประมาณ 7-10 วัน หรืออาจนานถึง 2 สัปดาห์ ตามปกติกินเวลาประมาณ 5-6 วัน

อาการ : ผู้ที่ป่วยเป็นโรคไข้สมองอักเสบจะมีไข้สูงปานกลาง ปวดศีรษะมาก และเวียนศีรษะ คลื่นไส้ อาเจียนบ่อย ต่อมาจะมีอาการไข้สูงตลอดเวลา แม้กินยาลดไข้ก็ยังไม่ได้ผล และมีอาการ ชี้นลงเรื่อยๆ จนกระทั่งไม่รู้สีกตัว อาจมีอาการตัวเกร็งแข็ง หรือชักกระตุก หรือแขนขาเป็นอัมพาตร่วมด้วย

ผู้ที่อาการไม่รุนแรงมาก จะมีอาการของเยื่อหุ้มสมองอักเสบเท่านั้น คือ มีอาการคอแข็ง กล้ามเนื้อขาตึง ง่วง และคอนข้างซึม แต่ไม่มีอาการหมดสติหรืออัมพาต เมื่อฟื้นจากโรคจะกลับ เป็นปกติ แต่รายที่มีอาการรุนแรงจะง่วงซึมและหมดสติ อาจทำให้เป็นอัมพาตหรือถึงแก่กรรมได้

โรคแทรกซ้อน : -

การป้องกันและควบคุมโรค : นอกจากปฏิบัติตามคำแนะนำ เพื่อหลีกเลี่ยงและ ป้องกันการรับเชื้อหรือ ภาวะที่ทำให้เกิดโรค ดังกล่าวรายละเอียดไว้ในบทนำแล้ว ยังมีข้อควรทราบเพิ่มเติมเฉพาะโรค ดังนี้

1. หากมีอาการไข้ร่วมกับปวดศีรษะ อาเจียนบ่อยๆ ชี้นหรือชัก ควรไปพบแพทย์ทันที เพื่อตรวจหาสาเหตุให้แน่ใจ ว่าเกิดจากโรคชนิดใด จะได้ตรวจสาเหตุให้แน่ชัด และได้รับการรักษาพร้อมทั้งได้รับคำแนะนำจากแพทย์อย่างถูกต้อง
2. ควรกำจัดยุงและแหล่งเพาะพันธุ์ของยุง ป้องกันไม่ให้ยุงกัด โดยนอนกางมุ้ง หรือติดมุ้งลวดในบ้านและตามห้องต่าง ๆ
3. เมื่อมีการระบาดของโรคไข้สมองอักเสบ ควรให้มีการฉีดยาทำลายยุงในบริเวณพื้นที่ เกิดการระบาดของโรค โดยการพ่น ดีดีที หรือ มาลาไรออน ผ่านความร้อน
4. เมื่อพบผู้ป่วยด้วยไข้สมองอักเสบ ควรแจ้งให้เจ้าหน้าที่สาธารณสุขประจำท้องถิ่นทราบ
5. ให้มีการกักผู้สัมผัสโรค และการทำลายเชื้อโรคที่ออกมาจากผู้ป่วย

11. โรคมาลาเรีย (Malaria): หรือไข้มาลาเรีย อาจรู้จักกันในชื่ออื่นๆ เช่น ไข้ป่า ไข้จับสั่น ไข้ป่า ไข้ร้อนเย็น หรือไข้ดอกสีก เป็นต้น

สาเหตุ : เกิดจากเชื้อพลาสโมเดียม

(Plasmodium) ซึ่งเป็นปรสิตเซลล์เดียวใน Class sporozoa Genus Plasmodium มีทั้งหมดสี่ชนิด คือ พลาสโมเดียมฟัลซิพารัม

(Plasmodium falciparum), พลาสโมเดียมไวแวกซ์ (Plasmodium

vivax), พลาสโมเดียม มาลาเรีย (Plasmodium malariae), และพลาสโมเดียม โอวาเล่ (Plasmodium ovale)

และมียุงก้นปล่องเป็นพาหะนำเชื้อจากผู้ป่วยมาลาเรีย ไปยังผู้อื่น



การติดต่อ : ยุงก้นปล่องตัวเมียมีเชื้อมาลาเรียกัดคน ยุงจะปล่อยเชื้อมาลาเรีย (sporozoite) จากต่อมน้ำลายเข้าสู่กระแสเลือดของคน จากนั้นเชื้อจะเดินทางไปที่ตับและเกิดการแบ่งเซลล์แบบไม่อาศัยเพศ ทำให้ได้ merozoite นับพันตัว จากนั้นเซลล์ตับจะโตและแตกออกปล่อย merozoite ออกมาในกระแสเลือด ระยะนี้ผู้ป่วยจะเริ่มแสดงอาการของโรค คือ ไข้ หนาวสั่น ปวดศีรษะ สำหรับเชื้อ P.vivax และ P.ovale เชื่อบางส่วนยังคงอยู่ในเซลล์ที่เรียกว่า "hypnozoite" ทำให้เกิดการกลับเป็นซ้ำ (relapse) ได้

หลังจากที่ merozoite เข้าสู่กระแสเลือด เชื้อจะเดินทางต่อไปยังม้ามเลือดแดง และเจริญเป็น trophozoite และแบ่งตัวอีกครั้งเป็น merozoite 6-30 ตัว เมื่อม้ามเลือดแดงแตก merozoite จะเดินทางไปยังม้ามเลือดแดงอื่น แล้วเจริญแบ่งตัวจนเวียนอยู่เช่นนี้ merozoite บางตัวจะมีการเปลี่ยนแปลงเป็นเชื้อมีเพศ (gametocyte) เพศผู้เพศเมีย เมื่อยุงก้นปล่องตัวเมียกัดคนที่มี gametocyte ในกระแสเลือด เชื้อเหล่านี้จะผสมพันธุ์กันเป็น zygote เจริญเป็น oocyst ฝังตัวที่กระเพาะยุง แล้วแบ่งตัวเป็น sporozoite ไปยังต่อมน้ำลายเพื่อรอการกัดของยุงอีกครั้ง

ระยะฟักตัวของโรค : เชื้อพลาสโมเดียมฟัลซิพารัม ระยะฟักตัวประมาณ 7-14 วัน

พลาสโมเดียม ไวแวกซ์ และ พลาสโมเดียม โอวาเล่ ระยะฟักตัวประมาณ 8-14 วัน

พลาสโมเดียม มาลาเรีย ระยะฟักตัวประมาณ 18-40 วัน

พลาสโมเดียมโนวไซ ระยะฟักตัวประมาณ 12 วัน

อาการ : ในระยะ 2-3 วันแรก ไข้ยังจับไม่เป็นเวลา ประมาณปลายสัปดาห์ที่หนึ่งจะเริ่มจับไข้เป็นเวลา 2-3 วันแล้วแต่ชนิดของเชื้อ อาการของไข้จะมี 3 ระยะ คือ

ระยะหนาวสั่นและเกร็ง ขณะนี้อุณหภูมิของร่างกายจะเพิ่มขึ้น ชีพจรจะเร็วและเบา แรงดันโลหิตเพิ่ม ผิวเย็น ซีด อาจมีอาการคลื่นไส้ อาเจียน และปัสสาวะบ่อยระยะนี้อาจจะนาน 15-60 นาที

ระยะร้อน อุณหภูมิร่างกายจะสูง ชีพจรแรง แรงดันโลหิตจะสูง ลมหายใจร้อนผิวจะแดง กระจายน้ำ มีอาการกระสับกระส่าย บางคนไม่ค่อยรู้ตัว ช่วงนี้ใช้เวลา 2 ชั่วโมง

ระยะเห้งออก ระยะนี้เห้งจะเริ่มออกที่ขมับก่อนแล้วจึงออกทั้งตัว อุณหภูมิและชีพจรจะกลับสู่ปกติ ผู้ป่วยจะเพลียและหลับไประยะพัก คือระยะที่ไม่มีไข้ ผู้ป่วยจะสบายดี

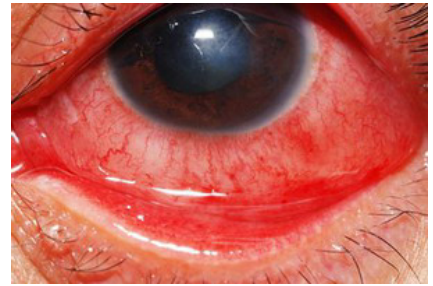
โรคแทรกซ้อน : -

การป้องกันและควบคุมโรค : โรคมาลาเรียสามารถควบคุมและป้องกันโรคได้ ดังนี้
(ประวิทย์ สุนทรสีมะ. 2521 : 220-222)

1. การป้องกันก่อนการเกิดโรค โดย
 - 1.1 ปรับปรุงสุขาภิบาลสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ โดยการกำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ยุง ได้แก่ การถมแอ่งน้ำ ระบายน้ำโสโครก และทำลายลูกน้ำ
 - 1.2 พ่นยาฆ่ายุงที่ได้ผลบริเวณที่อยู่อาศัยในชุมชนให้ทั่วถึงและต่อเนื่องกันจนกว่าจะไม่พบโรคมาลาเรีย
 - 1.3 นอนกางมุ้ง หรืออยู่ในห้องที่มีมุ้งลวด หากจำเป็นต้องอยู่ในที่มียุงกัดได้ควรทายาป้องกันยุงกัดบริเวณร่างกายที่ไม่มีเสื้อผ้าปกคลุม
 - 1.4 การรับบริจาคเลือด จะต้องสอบถามประวัติว่าเคยเป็นโรคมาลาเรียมาก่อนหรือไม่ ถ้าเคยเป็นควรแจ้งการบริจาคเลือด
 - 1.5 ถ้าจำเป็นต้องเดินทางไปในพื้นที่มีโรคมาลาเรียระบาด ให้รับประทานยาป้องกันตามแพทย์สั่ง
2. การควบคุมและป้องกันโรคเมื่อเกิดโรคขึ้น โดย
 - 2.1 การรายงานให้เจ้าหน้าที่สาธารณสุขทราบ เมื่อพบผู้ป่วยที่สงสัยเป็นโรคมาลาเรีย
 - 2.2 ให้ผู้ป่วยนอนในมุ้ง ป้องกันไม่ให้ยุงกัด
 - 2.3 พบแพทย์เพื่อรับการรักษาที่ถูกต้อง และให้หายขาด
 - 2.4 ดำเนินการสืบสวนหาผู้สัมผัสโรค เพื่อควบคุมและป้องกันโรคต่อไป
 - 2.5 ควรพ่นยาฆ่าแมลงที่มีฤทธิ์ตกค้างเพื่อทำลายยุง
 - 2.6 ในขณะที่มีการระบาดของโรค ควรให้ยาป้องกันโรคมาลาเรียแก่ชุมชน



12. โรคเยื่อบุตาอักเสบหรือโรคตาแดง: โรคตาแดงเป็นโรคตาที่พบได้บ่อย เป็นการอักเสบของเยื่อบุตา (conjunctiva) ที่คลุมหนังตาบนและล่างรวมเยื่อบุตาที่คลุมตาขาว โรคตาแดงอาจจะเป็นแบบเฉียบพลัน หรือแบบเรื้อรัง



สาเหตุ : เกิดจากเชื้อแบคทีเรีย และเชื้อไวรัส มักจะติดต่อทางมือ ผ้าเช็ดหน้าหรือผ้าเช็ดตัว โดยมากใช้เวลาหาย 2 สัปดาห์ ตาแดงจากโรคมุมิแพ้มักจะเป็นตาแดงเรื้อรัง มีการอักเสบของหนังตา ตาแห้ง การใช้contact lens หรือน้ำยาล้างตาก็เป็นสาเหตุของตาแดงเรื้อรัง

การติดต่อ : โดยสัมผัสกับตาหรือละอองน้ำมูกน้ำลายของผู้ป่วยที่ติดตามมือ ผ้าเช็ดหน้าหรือแมลงหวี่ และแมลงอื่นๆที่เปราะเปื้อนเชื้อโรคมานอนตาและจากเสื้อผ้าหรือวัตถุสิ่งของสาธารณะที่ใช้ร่วมกัน เช่นลูกบิด ประตู ผ้าเช็ดมือ ฯลฯ ซึ่งมีเชื้อไวรัสที่ทำให้เกิดโรคตาแดงแล้วมาป้ายหรือขยี้ตา

ระยะฟักตัวของโรค : 1-2 วัน ระยะเวลาในการติดต่อไปยังผู้อื่นประมาณ 14 วัน

อาการ : ผู้ที่ได้รับเชื้อจะมีอาการตาแดงอย่างเฉียบพลัน เคืองตามาก เคืองแสง เจ็บตา น้ำตาไหล ตาบวม มักไม่มีขี้ตาหรือมีขี้ตาเป็นเมือกใสๆ เล็กน้อยโรคตาแดงจากการติดเชื้อแบคทีเรีย ผู้ที่เป็นจะมีการตาแดง เคืองตา เจ็บตา มีขี้ตามากลักษณะข้นๆแบบหนอง ตื่นนอนตอนเช้ามักมีขี้ตามาก จนทำให้เปลือกตาดิดกัน อาการมักไม่เฉียบพลันและรวดเร็วเท่าโรคตาแดงจากเชื้อไวรัส

โรคแทรกซ้อน : -

การป้องกันและควบคุมโรค :

1. แยกของใช้ส่วนตัวโดยเฉพาะผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัว แวนตา ห้ามใช้ร่วมกับผู้อื่นเพื่อป้องกันการแพร่เชื้อ
2. ควรพักสายตาไม่ใช่สายตามานัก
3. ล้างมือให้สะอาดทุกครั้งก่อน / หลังจากสัมผัสตาที่เจ็บ
4. ประคบตาข้างที่มีอาการแดงด้วยผ้าเย็นที่สะอาดชุบน้ำต้มสุกที่เย็นแล้วจะช่วยให้รู้สึกสบายตาขึ้น
5. หากเป็นข้างเดียวต้องระวังการลุกลามไปติดอีกข้างหนึ่งจากการขยี้ตาการใช้ผ้าประคบตาร่วมกัน
6. ผู้ที่เป็นตาแดงควรหยุดเรียน หรือหยุดงานเพื่อป้องกันการแพร่โรคสู่ผู้อื่น
7. ใช้ขี้ผึ้งป้ายตา หรือยาหยอดตาตามการรักษาของแพทย์
8. ถ้าไม่มีภาวะแทรกซ้อนจากการติดเชื้ออื่นๆอาการตาแดงจะหายเองได้
9. หากรักษาด้วยยาหยอดตา หรือยาป้ายตานานเกิน 7 วันแล้วอาการยังไม่ทุเลา หรือมีอาการอื่นร่วมด้วยเช่นปวดตามาก ขี้ตาเป็นหนอง ตาขาวลึมน้ำไม่ขึ้น หรือมีไข้สูงควรไปพบแพทย์ถ้าไม่ได้รับการรักษาหรือรักษาไม่ถูกวิธีอาจทำให้ตาบอดได้
10. กรณีมีไข้ ปวดหัวให้รับประทานยาแก้ปวดลดไข้