การป้องกันโรค

โรคนี้ยังไม่มีวัคซีนป้องกัน
แต่ป้องกันได้โดย

๑. ควรแยกเด็กป่วย ไม่ให้คลุกคลีกับเด็กอื่นๆ ประมาณ ๒ อาทิตย์

๒. หลีกเลี่ยงการใช้สิ่งของร่วมกับคนอื่น เช่น แก้วน้ำ ขวดนม ช้อน ชามเสื้อผ้า ของเล่น ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดมือ เป็นต้น

๓. ฝึกเด็กให้มีสุขนิสัยที่ดี ไม่ควรให้เด็กดูดนิ้ว หรือเอาของเล่นใส่ปาก

๔. ผู้ปกครองควรแนะนำบุตรหลาน และผู้เลี้ยงดูเด็กให้รักษาความสะอาด ตัดเล็บให้สั้น หมั่นล้างมือด้วยน้ำและสบู่ โดยเฉพาะหลังการขับถ่าย และก่อน รับประทานอาหาร

๕. สถานรับเลี้ยงเด็ก และโรงเรียนอนุบาล ต้องจัดให้มีอ่างล้างมือ และส้วมที่ถูกสุขลักษณะ หมั่นดูแลรักษาสุขลักษณะของสถานที่ และอุปกรณ์เครื่องใช้ให้สะอาดอยู่เสมอ หากพบเด็กป่วยต้องรีบป้องกันไม่ให้เชื้อแพร่ไปยังเด็กคนอื่นๆ ควรแนะนำผู้ปกครอง ให้รีบพาเด็กไปพบแพทย์ และหยุดรักษาตัวที่บ้านประมาณ ๗ วัน หรือจนกว่า จะหายเป็นปกติ ระหว่างนี้ไม่ควรพาเด็กไปในสถานที่แออัด เช่น สนามเด็กเล่น สระว่ายน้ำ และห้างสรรพสินค้า และผู้เลี้ยงดูเด็ก ต้องล้างมือให้สะอาด ทุกครั้งหลังสัมผัสน้ำมูก น้ำลาย หรืออุจจาระเด็กป่วย

******หากมีเด็กป่วยจำนวนมาก อาจจำเป็นต้องปิดสถานที่ชั่วคราว (๑ - ๒ สัปดาห์) และทำความสะอาดฆ่าเชื้อโรค โดยอาจใช้สารละลายเจือจางของน้ำยาฟอกขาว ๑ ส่วนผสมกับน้ำ ๓๐ ส่วน***

โรคมือ เท้า ปาก

(hand, foot and mouth disease)

ด้วยความปราถนาดีจาก
องค์การบริหารส่วนตำบลชำแระ
โทร./โทรสาร ๐ - ๓๒๒๙ - ๗๕๕๗
http://www.chamrae.go.th

โรคมือ เท้า ปาก

เกิดจากเชื้อไวรัสลำไส้ หรือเอนเทอโรไวรัสหลายชนิด ได้แก่ ค๊อกแซกกีเอ,บี (Coxsackie A,B) และพบได้บ่อยในกลุ่มเด็กทารก และเด็กเล็กอายุต่ำกว่า ๕ ปี โรคเกิดประปรายตลอดปี แต่จะเพิ่มมากขึ้นในหน้าฝน ซึ่งอากาศมักเย็น และชื้น โดยทั่วไปโรคนี้ มีอาการไม่รุนแรง

การแพร่ติดต่อของโรค

การติดต่อส่วนใหญ่ เกิดจากได้รับเชื้อไวรัสเข้าสู่ปากโดยตรง โรคแพร่ติดต่อง่ายในช่วงสัปดาห์แรกของการป่วย โดยเชื้อไวรัสอาจติดมากับมือหรือของเล่นที่เปื้อนน้ำลาย น้ำมูก น้ำจากตุ่มพอง และแผล หรืออุจจาระของผู้ป่วย และอาจเกิดจากการไอจามรดกันในระยะที่เด็กมีอาการทุเลา หรือหายป่วยแล้ว ประมาณ ๑ เดือน จะพบเชื้อในอุจจาระได้ แต่การติดต่อในระยะนี้จะเกิดขึ้นได้น้อยกว่า

อาการของโรค

หลังจากได้รับเชื้อ ๓ - ๖ วัน ผู้ติดเชื้อจะเริ่มแสดงอาการป่วย เริ่มด้วยมีไข้ต่ำๆ อ่อนเพลีย ต่อมาอีก ๑ - ๒ วัน มีอาการเจ็บปาก และไม่ยอมทานอาหาร เนื่องจากมีตุ่มแดงที่ลิ้น เหงือก และกระพุ้งแก้มตุ่มนี้ จะกลายเป็นตุ่มพองใส ซึ่งบริเวณรอบๆ จะอักเสบ และแดงต่อมาตุ่มจะแตกออกเป็นแผลหลุมตื้นๆ จะพบตุ่มหรือผื่น (มักไม่คัน) ที่ฝ่ามือ นิ้วมือ ฝ่าเท้า และอาจพบที่ก้นด้วยอาการจะทุเลา และหายเป็นปกติภายใน ๗ - ๑๐ วัน

การรักษา

โรคมือ เท้า และปาก หากไม่มีภาวะแทรกซ้อน เป็นโรคที่สามารถหายได้เอง โดยใช้ระยะเวลาประมาณ ๗ วัน การรักษา จึงเป็นเพียงการประคับประคอง และบรรเทาอาการ โดยเฉพาะการลดไข้ และลดอาการเจ็บปวดจากแผลในปาก โดยอาจใช้ยาชาป้ายบริเวณที่เป็นแผลก่อนรับประทานอาหาร ในกรณีที่มีภาวะแทรกซ้อนให้รักษา ตามอาการเป็นส่วนใหญ่ หลังจากการติดเชื้อผู้ป่วย จะมีภูมิคุ้มกันต่อเชื้อไวรัสที่ก่อโรคแต่อาจเกิดโรค มือ เท้า ปาก ซ้ำได้จาก เอนเทอโรไวรัสตัวอื่นๆ ควรแนะนำผู้ปกครอง สังเกตอาการที่อาจมีภาวะแทรกซ้อนรุนแรง เช่น ไข้สูงซึม อาเจียนบ่อยๆ ไม่ยอมรับประทานอาหารและน้ำ ซึ่งควรพาบุตรหลานมาพบแพทย์