



กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control

โรคไข้หวัดใหญ่

เกิดจาก เชื้อไวรัส ติดต่อกันได้ง่าย เชื้อจะแพร่กระจายอยู่ในลมหายใจ
เสมหะ น้ำลาย น้ำมูก และสิ่งของเครื่องใช้

อาการ

มีไข้สูง ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามตัว มีน้ำมูก
คัดจมูก ไอ จาม เจ็บคอ อ่อนเพลีย
หากมีไข้สูง เจ็บคอ ไอมาก เหมือนหอบ
เจ็บหน้าอก หรือ มีอาการผิดปกติอื่นๆ
ควรรีบไปพบแพทย์



กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข และ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ
เปิดบริการให้กลุ่มเสี่ยงเข้ารับการฉีดวัคซีนฟรี ได้ตั้งแต่ วันที่ 1 มิถุนายน - 31 สิงหาคม 2562
ที่ สถานพยาบาลของรัฐ และเอกชนที่ร่วมโครงการ

ใครเสี่ยงบ้าง?



ผู้สูงอายุที่มีอายุ 65 ปีขึ้นไป



เด็กอายุ 6 เดือน ถึง 2 ปี



หญิงตั้งครรภ์
อายุครรภ์ 4 เดือนขึ้นไป



ผู้ที่มีโรคเรื้อรัง
หรือผู้ป่วยมะเร็ง
ที่รับยาเคมีบำบัด



โรคอ้วน คือ ผู้ที่มีน้ำหนัก
ตั้งแต่ 100 กิโลกรัมขึ้นไป



ผู้พิการทางสมอง
ที่ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้



โรคธาลัสซีเมียและผู้ที่มี
ภูมิคุ้มกันบกพร่อง
(รวมผู้ติดเชื้อ HIV ที่มีอาการ)

เผยแพร่เมื่อวันที่ 5 ก.ค. 62



กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control

โรคมือ·เท้า·ปาก

Hand·foot·mouth disease



โรคมือ เท้า ปาก เกิดจากเชื้อเอนเทอโรไวรัสหลายชนิด
แต่ชนิดที่รุนแรงมาก และเสี่ยงต่อการเสียชีวิต
มากกว่าสายพันธุ์ทั่วไปคือ **EV71** ซึ่งสามารถพบได้
ไม่ใช่สายพันธุ์ใหม่

การติดต่อ



ไอ จาม กินอาหาร หรือ
สัมผัสสิ่งของร่วมกัน

อาการ



มีไข้ เบื่ออาหาร ผื่นแดงในช่องปาก
กระพุ้งแก้ม ลิ้น เหงือก ผื่นแดง หรือ
ตุ่มใสตามร่างกาย โดยเฉพาะ
บริเวณฝ่ามือ ฝ่าเท้า

การป้องกัน

- แยกเด็กที่เป็นโรค และ หยุดเรียน เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อ
- ฝึกลูกให้มีนิสัย "กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ"
- ทำความสะอาดของเล่น และ ของใช้เป็นประจำ
- ทำความสะอาดพื้นหรือโต๊ะที่เปื้อนน้ำลาย โดยใช้ยาฆ่าเชื้อ เช่น น้ำยาฟสมคลอรีน ในการทำความสะอาด
- ล้างมือทุกครั้งหลังเข้าห้องน้ำ ป้องกันเชื้อโรคที่มากับอุจจาระ





กรมควบคุมโรค

Department of Disease Control

ระวัง...โรคหัด

พบมากสุดในกลุ่ม
อายุ 0- 4 ปี

โรคนี้ติดต่อผ่าน
ทางเดินหายใจ



โรคหัดสามารถ
เป็นแล้วหายเองได้

สามารถป้องกันโรคหัดได้
ด้วยการ **ฉีดวัคซีน**

(เข็มแรกตอนอายุ 9 เดือน
และเข็มที่สอง ตอนอายุ 2 ขวบครึ่ง)



ภาวะแทรกซ้อน
รุนแรง



หูอักเสบ



ปอดอักเสบ



สมองอักเสบ



“ **กรมควบคุมโรค** ขอแนะนำว่าผู้ปกครอง
ควรพาบุตรหลานไปรับวัคซีนตามเกณฑ์ที่กำหนดหาก
มีอาการไข้ ไอและมีผื่น ควรรีบไปพบแพทย์ ”

DDC
กรมควบคุมโรค

Department of Disease Control

ให้สำนักงานสาธารณสุขของ
อำเภอ/เขตติดต่อรับทราบ
Bureau of Health Communication
and Public Behavior Change Unit



สายด่วน
กรมควบคุมโรค

1422

แจ้งเตือนอันตรายที่ญี่ปุ่น

สรุปใจความสำคัญ

โรคหัดเยอรมัน เกิดจากการติดเชื้อไวรัสชนิดหนึ่งโดยการไอ จามหรือใกล้ชิดกับคนติดเชื้อ ทำให้เกิดไข้และมีผื่น และเป็นอันตรายอย่างมากกับหญิงตั้งครรภ์และเด็กในท้อง

สถานการณ์ปัจจุบัน

- ข้อมูลวันที่ 19 กันยายน 2561 มีผู้ป่วยรายใหม่ที่เมือง Tokyo จำนวน 32 ราย เมือง Chiba จำนวน 27 ราย เมือง Kanagawa จำนวน 19 ราย เมือง Saitama และ Aichi เมืองละ 11 ราย (2)
- ในช่วง 6 สัปดาห์ที่ผ่านมา จนถึง 24 ตุลาคม 2561 มีรายงานผู้ป่วยโรคหัดเยอรมัน 914 ราย ตั้งแต่ 1 มกราคม - 24 ตุลาคม 2561 พบผู้ป่วยหัดเยอรมันในญี่ปุ่นแล้วเป็นจำนวน 1,289 คน (2) โดยพบในภูมิภาค Kanto ประกอบไปด้วย เมือง Tokyo, Kanagawa, Chiba, and Saitama (1)
- ในปี 2558 - 2560 มีจำนวนผู้ป่วยหัดเยอรมันในแต่ละปีเพียง 163, 126 และ 93 ราย ตามลำดับ (2)

โรคหัดเยอรมัน คืออะไร ?

- โรคที่เกิดจากการติดเชื้อไวรัสชนิดหนึ่ง
- ติดต่อด้วยการไอ จาม หรือใกล้ชิดกับคนที่ติดเชื้อ
- อาการสำคัญ คือไข้ร่วมกับผื่นประมาณ 2-3 วัน
- เป็นโรคที่อันตรายมากกับหญิงตั้งครรภ์และเด็กในท้อง เนื่องจากหากหญิงตั้งครรภ์ติดเชื้อ เด็กสามารถเกิดภาวะพิการแต่กำเนิด หูหนวก ตาเป็นต้อกระจก เป็นโรคหัวใจแต่กำเนิด มีภาวะผิดปกติทางสมอง และอวัยวะภายในได้รับความเสียหายได้

มาตรการควบคุมป้องกันโรคที่ด่านควบคุมโรคติดต่อระหว่างประเทศ

- ขณะนี้ยังไม่มีมาตรการที่ด่านควบคุมโรคติดต่อระหว่างประเทศเพิ่มเติม
- โดยปกติแล้วหากมีผู้โดยสารติดเชื้อหัดเยอรมันไม่สามารถขึ้นเครื่องบินได้ จนกว่าจะครบ 4 วันนับจากวันที่มีผื่นขึ้นครั้งแรก ขึ้นอยู่กับแต่ละสายการบินนั้นๆ พร้อมทั้งมีใบรับรองแพทย์อนุญาตให้โดยสารด้วยเครื่องบิน



วิธีป้องกันตัวเองของนักเดินทาง



- ตรวจสอบตนเองว่าเคยได้รับวัคซีนป้องกันหัดเยอรมันครบ 2 เข็มหลังจากอายุ 1 ขวบหรือไม่
- หากไม่มั่นใจว่าเคยได้รับวัคซีนครบหรือไม่ แนะนำพบแพทย์เพื่อรับคำปรึกษาและรับวัคซีนเพิ่มเติม โดยหญิงตั้งครรภ์ไม่สามารถรับวัคซีนได้เนื่องจากวัคซีนเป็นอันตรายกับเด็กในท้อง และหญิงวัยเจริญพันธุ์ควรฉีดวัคซีนและคุมกำเนิดหลังฉีดวัคซีนครบอย่างน้อย 1 เดือนจึงจะตั้งครรภ์ได้
- แนะนำหญิงตั้งครรภ์ที่ไม่มีภูมิคุ้มกันต่อหัดเยอรมัน (ไม่เคยได้รับวัคซีนหรือไม่เคยเป็นโรคมามาก่อน) หลีกเลี่ยงการเดินทาง หากไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ ให้ใช้มาตรการระมัดระวังตัวเพิ่มขึ้น พยายามไม่เดินทางไปในพื้นที่ที่มีคนอยู่รวมกันเยอะๆ และอากาศไม่ถ่ายเท ใส่หน้ากากอนามัยเมื่อออกจากที่พัก ล้างมือฟอกสบู่ทุกครั้งที่มีโอกาส รวมถึงพกแอลกอฮอล์สเปรย์หรือเจลไว้ล้างมือตลอดเวลาทุกครั้งที่ไม่สามารถล้างมือฟอกสบู่ได้ และไม่นำมือไปสัมผัสตา จมูก ใบหน้าโดยไม่จำเป็น
- แนะนำให้เด็กอายุน้อยกว่า 9 เดือนหลีกเลี่ยงการเดินทาง เนื่องจากการฉีดวัคซีนป้องกันโรคหัดเยอรมันในประเทศไทยเริ่มฉีดเมื่อเด็กอายุ 9 เดือนเป็นต้นไป
- หลีกเลี่ยงการใกล้ชิดกับคนไม่สบาย รวมถึงการใส่หน้ากากอนามัยในที่ชุมชนแออัดและล้างมือฟอกสบู่บ่อยๆ

ข้อมูลสำหรับแพทย์และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข

- ในคนที่ไม่เคยมีประวัติเป็นโรคหัดเยอรมัน หรือไม่มั่นใจว่าได้รับวัคซีนครบหรือไม่ แนะนำให้ตรวจเช็คภูมิคุ้มกันหรือฉีดวัคซีนให้ครบ 1 คอร์ส (2 เข็ม) ห่างกันอย่างน้อย 4 สัปดาห์

ข้อมูลเพิ่มเติม

<https://wwwnc.cdc.gov/travel/notices/alert/rubella-japan>

วันที่โพสต์, อัปเดต, รีวิว วันที่ 25 ตุลาคม 2561

ที่มา 1 <https://www.precisionvaccinations.com/cdc-level-2-practice-enhanced-precautions-travel-alert-issued-japan>

2 <https://www.scmp.com/news/hong-kong/health-environment/article/2169912/sharp-surge-rubella-cases-japan-prompts-travel>



จัดทำโดย สำนักโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค

1. นางรณิดา เตชะสุวรรณา นายแพทย์ชำนาญการ
2. นางสาวอรยุดา เถารส นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ

โรคอุจจาระร่วง จาก ไวรัสโรตา



ไวรัส (Rotavirus) เป็นเชื้อไวรัสชนิดหนึ่งที่ทำให้เกิดโรคท้องร่วงส่วนใหญ่มักหายเองได้
เด็กเล็กและผู้สูงอายุ อาจมีความรุนแรงของโรคมากกว่ากลุ่มอื่น



4 สัญญาณเตือน ที่ควรรีบไปพบแพทย์



1. มีอาการซึม ไม่มีแรง มือเท้าเย็น

2. มีอาการอาเจียนมาก หรือ
ถ่ายมากผิดปกติ



3. มีปัสสาวะสีเข้ม ปัสสาวะน้อย
หรือ ไม่ปัสสาวะเลยเกิน 6 ชั่วโมง

4. มีอาการปากแห้ง ตาโหล ร้องไห้ไม่มีน้ำตา
หรือ เด็กๆ จะมีกระหม่อมบุ๋ม

*หากมีอาการข้างต้น
ควรรีบพาไปพบแพทย์
ไม่ควรซื้อยากินเอง



อาการ

- อาเจียน
- มีไข้
- ท้องเสีย ถ่ายอุจจาระเป็นน้ำ
- หลังจากนั้นจะมีอาการท้องเดิน
หรือท้องร่วงอย่างรุนแรง

วิธีป้องกัน



ล้างมือบ่อยๆ



หมั่นทำความสะอาด
สิ่งของเครื่องใช้ของเด็ก



หลีกเลี่ยงการพาเด็ก
ไปในสถานที่แออัด

ททไชวันที 9 มกราคม 2560

โรค อาหาร เป็นพิษ

1



สบู่น้ำ

สาเหตุ



เกิดจากการรับประทานอาหารหรือน้ำที่มีการปนเปื้อนสารพิษของแบคทีเรีย ไวรัส ที่สร้างขึ้น สารพิษจากพืชและสัตว์บางชนิด สารเคมี หรือโลหะหนัก ทำให้เกิดอาการต่างๆ

2
อาการ



คลื่นไส้ อาเจียน

ถ่ายอุจจาระเป็นน้ำหรือเป็นมูกเลือด

ปวดมวนท้อง

เป็นไข้

3
การรักษาเบื้องต้น

- ให้ดื่มสารละลายน้ำตาลเกลือแร่ หรือ โอ อาร์ เอส ทีละน้อยๆ แต่บ่อยครั้ง
- หลังดื่มแล้ว 8-12 ชั่วโมง หากอาการไม่ดีขึ้น หรือมีอาการอาเจียนมากให้รีบไปพบแพทย์



4
ปลอดภัยจากโรคอาหารเป็นพิษ?



เลือกซื้ออาหารที่สด ล้างให้สะอาด



อาหารที่ปรุงไว้เกิน 2 ชม. ทำให้สุกหรือเดือดก่อนจะนำไปรับประทาน



ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ ก่อนปรุงอาหาร ก่อนกินอาหารหลังการเล่นหรือหยิบของสกปรก หลังจากเข้าห้องน้ำห้องส้วม



ใช้ช้อนกลางเมื่อรับประทานอาหารร่วมกัน



หลีกเลี่ยงอาหารสุกๆ ดิบๆ



อาหารกล่องสำหรับการเดินทาง เข้าย้ายทัศนศึกษา ควรเป็นของแห้ง เช่น ข้าวไก่ทอด ไม่ควรราดบนข้าว และไม่ควรรับประทานถ้าเกิน 2 ชั่วโมงหลังปรุงเสร็จ



เลือกอาหารที่สะอาด



เก็บอาหารให้มิดชิด



น้ำดื่มและน้ำแข็งบรรจุอยู่ในภาชนะที่สะอาด มีเครื่องหมาย อย.



ไม่ควรนำน้ำแข็งสำหรับแช่อาหารมารับประทาน



เครื่องดื่มผง บรรจุในภาชนะสะอาด ปิดผนึกเรียบร้อย ไม่ชื้น จับเป็นก้อน หรือมีสีคล้ำผิดปกติ



นมและผลิตภัณฑ์จากนม สภาพบรรจุภัณฑ์ดี มีตรา อย. บอกวันหมดอายุ



นมพาสเจอร์ไรส์ ต้องไว้ในตู้เย็น



นม ยู เอส ที ไม่ควรถูกแสงแดด



สำนักโรคติดต่อทั่วไป
กรมควบคุมโรค

1422
สายด่วนกรมควบคุมโรค

<http://thaigcd.ddc.moph.go.th>



อาการร่วง

โรคอุจจาระร่วง

คือภาวะที่มีการถ่ายอุจจาระเหลว 3 ครั้งติดต่อกัน
หรือมากกว่าใน 1 วัน หรือถ่ายเป็นน้ำจำนวนมาก
หรือถ่ายเป็นมูกเลือดเม้เพียง 1 ครั้งใน 1 วัน
และอาจมีอาเจียนร่วมด้วย

สาเหตุเกิดจาก

การติดเชื้อแบคทีเรีย โปรโตซัว ไวรัส พริสตีและหนอนพยาธิในลำไส้
จากการกินอาหาร และน้ำไม่สะอาด กินอาหารสุกๆดิบๆ ไม่ล้างมือให้สะอาด
ก่อนการเตรียมหรือปรุงอาหาร ภาชนะใส่อาหารสกปรกมีการปนเปื้อนเชื้อก่อโรค

อาการ

ปวดท้อง
คลื่นไส้ อาเจียน
ถ่ายเหลว/ถ่ายเป็นน้ำ/มูกเลือด
อาจมีไข้ร่วมด้วย

การดูแลตนเองเบื้องต้น

ดื่มสารละลายผงน้ำตาลเกลือแร่
เพื่อป้องกันการขาดน้ำ และเกลือแร่
กินอาหารอ่อนย่อยง่าย
หากอาการไม่ดีขึ้น ควรรีบพบแพทย์

หลีกเลี่ยงการใช้ยาหยุดถ่าย

การป้องกันตนเอง

ล้างมือด้วยสบู่และน้ำสะอาดก่อนปรุงและกินอาหาร
เลือกรับประทานอาหารที่สะอาด ปรุงสุกใหม่
อุ่นอาหารค้างมื้อให้ร้อนก่อนรับประทาน
ใช้น้ำสะอาดในการปรุงอาหารและล้างภาชนะ
ถ่ายอุจจาระลงส้วม และล้างมือหลังเข้าส้วมทุกครั้ง

ใช้หลัก



กินร้อน



ช้อนกลาง



ล้างมือ



กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH



15 ตุลาคม วันล้างมือโลก

“ขอให้ทุกคน มีมือที่สะอาด : Let's give everyone a clean hand”



ล้างมือด้วยน้ำกับสบู่ 7 ท่า



1. ฝ่ามือถูกัน



2. ฝ่ามือถูหลังฝ่ามือ และนิ้วชอกนิ้ว



3. ฝ่ามือถูฝ่ามือ และนิ้วชอกนิ้ว



4. หลังนิ้วมือถูฝ่ามือ



5. ถูนิ้วหัวแม่มือโดยรอบ ด้วยฝ่ามือ



6. ปลายนิ้วมือ ถูขวางฝ่ามือ



7. ถูรอบข้อนิ้ว



2 ก่อน

ก่อนปรุงอาหาร
ก่อนรับประทานอาหาร

5 หลัง



หลังเข้าห้องส้วม
หลังสัมผัสสิ่งสกปรก
หลังเล่นกับสัตว์เลี้ยง
หลังกลับจากโรงพยาบาล
หลังกลับมาจากนอกบ้าน