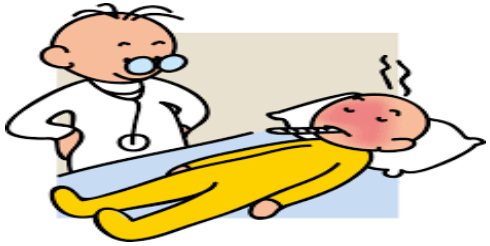
ใครบ้างที่อาจเสียชีวิต เมื่อป่วยเป็นโรคไข้หวัดใหญ่

1. ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 65 ปีขึ้นไป
2. ผู้ที่มีโรคเรื้อรังประจำตัว เช่น โรคปอด โรคหัวใจ โรคไต เบาหวาน ภูมิคุ้มกันบกพร่อง
3. เด็กที่อายุน้อยกว่า 2 ปี
4. เด็กที่ทานยาแอสไพรินเป็นเวลานาน
5. หญิงที่ตั้งครรภ์ในฤดูกาลที่มีไข้หวัดใหญ่ระบาด และมีอายุครรภ์ตั้งแต่ 12 สัปดาห์ขึ้นไป
6. ผู้ที่มีน้ำหนักตัวเกินเกณฑ์

• การวินิจฉัย

สามารถวินิจฉัยโดยการตรวจเสมหะและน้ำมูกหากพบเชื้อไข้หวัดใหญ่ แพทย์จะทำการรักษาต่อไปในกรณีที่มีภาวะแทรกซ้อนเป็นปอดอักเสบ แพทย์จะทำการตรวจเอ็กซ์เรย์ปอดด้วย



หากป่วยแล้วควรปฏิบัติตัวอย่างไร

1. พบแพทย์เพื่อรับการรักษา
2. ใช้ช้อนกลางเมื่อรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่น
3. เช็ดตัวลดไข้บ่อยๆ โดยเฉพาะเด็กเล็กควรใช้ผ้าชุบน้ำอุ่นหรือน้ำธรรมดา อย่าใช้น้ำเย็น
4. สวมผ้าปิดปากและจมูก และหมั่นล้างมือ
5. หลีกเลี่ยงการอยู่ใกล้ชิดกับผู้ป่วย

• ไข้หวัดใหญ่ป้องกันได้หรือไม่

ป้องกันได้โดยการฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ ซึ่งสามารถป้องกันได้ทั้งไข้หวัดใหญ่ชนิดเอและชนิดบี ควรฉีดวัคซีนป้องกันปีละ 1 ครั้ง สามารถฉีดได้ทุกเพศทุกวัย ในเด็กฉีดได้ตั้งแต่อายุ 6 เดือน ในหญิงตั้งครรภ์ควรฉีดเพื่อป้องกันลูกน้อยที่เพิ่งคลอดยังไม่ถึงเกณฑ์ที่จะฉีดวัคซีน เพียงเท่านี้เราก็จะสามารถป้องกันตัวเองไม่ให้ป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่และช่วยปกป้องคนที่คุณรักไม่ให้ติดไข้หวัดใหญ่ได้ค่ะ

คู่มือสำหรับประชาชน เพื่อป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่



จัดทำโดย

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

เทศบาลตำบลกุดหว้า

อำเภอกุฉินารายณ์ จังหวัดกาฬสินธุ์

โรคไข้หวัดใหญ่
ป้องกันได้ง่ายนิดเดียว

ก่อนจะเข้าสู่ฤดูฝน เราจะขอแนะนำวิธีการเตรียมรับมือกับโรคที่มาในช่วงหน้าฝนและหน้าหนาวที่ระบาดกันทุกปี นั่นก็คือ โรคไข้หวัดใหญ่นั่นเอง

• โรคไข้หวัดใหญ่คืออะไร

โรคไข้หวัดใหญ่ เกิดจากเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่ (Influenza virus) โดยเชื้อไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาลสามารถจำแนกออกเป็น 3 ชนิด ได้แก่ ชนิดเอ บี และซี โดยที่พบมากที่สุด คือ ไข้หวัดใหญ่ชนิดเอ (H1N1) (H3N2) รองลงมาได้แก่ ชนิดบี และชนิดซีพบการระบาดได้น้อย โรคไข้หวัดใหญ่อาจมีอาการเริ่มต้นเหมือนไข้หวัดแต่อาจมีความรุนแรงทำให้เกิดปอดอักเสบ และเสียชีวิตได้



• ไข้หวัดใหญ่ติดต่ออย่างไร

เชื้อไวรัสที่อยู่ในเสมหะ น้ำมูก น้ำลาย หรือเสมหะของผู้ป่วย แพร่ติดต่อไปยังคนอื่น ๆ ได้ง่าย เช่น การไอหรือจามรดกัน หรือหายใจเอาฝอยละอองเข้าไป หากอยู่ใกล้ผู้ป่วยในระยะ 1 เมตร บางรายได้รับเชื้อทางอ้อมผ่านทางมือหรือสิ่งของเครื่องใช้ที่ปนเปื้อนเชื้อ เชื้อจะเข้าสู่ร่างกายทางจมูก ตา ปาก ในผู้ใหญ่อาจแพร่เชื้อได้นานประมาณ 3-5 วัน นับจากเริ่มป่วย ในเด็กเล็กสามารถแพร่ได้นานกว่าผู้ใหญ่ อาจพบได้ 7-10 วัน และอาจนานขึ้นไปอีก ในผู้ป่วยที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่องอย่างรุนแรง



• อาการของโรคไข้หวัดใหญ่

มักจะเกิดขึ้นทันทีทันใดด้วยอาการไข้สูงตัวร้อน หนาว ปวดเมื่อยตามกล้ามเนื้อมาก โดยเฉพาะที่หลัง ต้นแขน ต้นขา ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร คัดจมูก มีน้ำมูกใสๆ ไอแห้งๆ โดยในเด็กอาจพบอาการคลื่นไส้อาเจียน ท้องร่วงได้มากกว่าผู้ใหญ่ ส่วนอาการคัดจมูก จาม เจ็บคอ พบเป็นบางครั้งในไข้หวัดใหญ่ แต่จะพบในไข้หวัดมากกว่าผู้ป่วยส่วนใหญ่มีอาการไม่รุนแรง หายป่วยได้โดยไม่ต้องนอนรักษาตัวในโรงพยาบาล อาการจะทุเลาและหายป่วยภายใน 5 - 7 วัน แต่บางรายที่มีอาการปอดอักเสบ รุนแรง จะพบอาการหายใจเร็ว เหนื่อย หอบ หายใจลำบาก ซึ่งอาจทำให้เสียชีวิตได้

