

## ความคิดรวบยอด

การเฝ้าระวังโรคและภัยสุขภาพเป็นสิ่งสำคัญที่ อสม.จะต้องเรียนรู้ ในหลัก 3 ร. คือ รู้เร็ว แจ้งเร็ว และควบคุมเร็ว เพื่อเป็นระบบเฝ้าระวังโรคและภัยสุขภาพให้มีประสิทธิภาพในการควบคุมโรค ซึ่งในชุมชน อสม.เป็นกำลังหลักที่จะทำให้กลไกการดำเนินไปได้ด้วยดีไม่เฉพาะในประเทศเท่านั้น รวมไปถึงนานาชาติด้วย

## สาระการเรียนรู้

1. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับโรคติดต่อชายแดน
2. การตรวจจับการระบาดของโรคและภัยที่เป็นปัญหาต่อสุขภาพตามแนวชายแดน
3. การแจ้งข่าวและการรายงานเหตุการณ์โรคและภัยที่เป็นปัญหาต่อสุขภาพตามแนวชายแดน
4. การควบคุมโรคเบื้องต้นตามบทบาทของ อสม. อาเซียน

## จุดประสงค์การเรียนรู้

1. มีความรู้เรื่องโรคติดต่อชายแดนได้อย่างถูกต้อง
2. สามารถตรวจจับการระบาดของโรคและภัยที่เป็นปัญหาต่อสุขภาพตามแนวชายแดนได้
3. สามารถแจ้งข่าวและการรายงานเหตุการณ์โรคและภัยที่เป็นปัญหาต่อสุขภาพตามแนวชายแดนได้
4. สามารถควบคุมโรคเบื้องต้นตามบทบาทของ อสม. อาเซียนได้

## กระบวนการเรียนรู้

กระบวนการเรียนรู้มี 6 ขั้นตอน ดังนี้

## 1. ขั้นเกริ่นนำ

ให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)เล่าประสบการณ์ ถอดบทเรียนเกี่ยวกับเรื่อง การเฝ้าระวังโรคและภัยสุขภาพโดยปฏิบัติดังนี้

1) ให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)ทุกคนหลับตา แล้วลองจินตนาการว่าตนเป็นนักควบคุมโรคในชุมชน แล้วสมมุติว่า ตนได้เห็น โรคระบาดเกิดในชุมชน โดยให้เวลาในการจินตนาการนานประมาณ 3 นาที จากนั้นให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)จับคู่กัน เพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลกับเพื่อนถึงสิ่งที่ตนได้เห็นและได้ยิน มาเล่าสู่กันฟัง

2) อาจารย์พี่เลี้ยงประจำฐานและอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ร่วมกันสนทนาอภิปรายเกี่ยวกับสิ่งที่ตนเองและเพื่อนได้เห็น ได้ยินว่าสิ่งนั้นคืออะไร และมีสิ่งใดบ้างที่อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) และเพื่อนได้เห็น หรือ ได้ยินเหมือนกัน แล้วถ้าสมมุติว่า อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) เป็นนักควบคุมโรคในชุมชนจริงๆ อยากไปสำรวจที่ไหน เพราะอะไร

## 2. ชั้นประสบการณ์

ให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ทำกิจกรรมต่างๆ เพื่อให้เกิดประสบการณ์ตรงเกี่ยวกับการเฝ้าระวังโรคและภัยสุขภาพ ดังนี้

### กิจกรรมที่ 1

### เรื่อง การเฝ้าระวังโรคและภัยสุขภาพ

1. อาจารย์พี่เลี้ยงประจำฐานเล่าความเชื่อของคนไทยสมัยโบราณ ที่มีเรื่องราวเกี่ยวกับเรื่อง การเฝ้าระวังโรคและภัยสุขภาพอย่างไร
2. อาจารย์พี่เลี้ยงประจำฐานชี้ให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) เห็นว่า ในช่วงศตวรรษที่ผ่านมา มีความก้าวหน้าทางการควบคุมโรคมากน้อยเพียงใดจากอดีตที่ผ่านมา
3. อาจารย์พี่เลี้ยงประจำฐานและอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับความก้าวหน้าในการควบคุมโรคของมนุษย์ จากอดีตถึงปัจจุบัน และค้นคว้าเพิ่มเติมจากสื่ออื่นๆ
4. อาจารย์พี่เลี้ยงประจำฐานและอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ร่วมกันวิเคราะห์ข่าวต่างๆ ที่แต่ละกลุ่มนำเสนอ เกี่ยวกับข้อดี ข้อเสีย หรือผลกระทบต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์อันเนื่องมาจากการระบาดของโรคติดต่อในปัจจุบันนั้น

### กิจกรรมที่ 2

### เรื่อง การเฝ้าระวังโรคและภัยสุขภาพ

1. ให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ร่วมกันอภิปรายใน โดยอาจารย์พี่เลี้ยงประจำฐานอาจตั้งคำถามให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ตอบ
2. อาจารย์พี่เลี้ยงประจำฐานและอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ร่วมกันสรุปประโยชน์ที่ได้รับจากการการเรียนรู้เรื่อง การเฝ้าระวังโรคและภัยสุขภาพ
3. อาจารย์พี่เลี้ยงประจำฐานให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ทำแบบฝึกหัดกิจกรรมดังต่อไปนี้
  - 1) เลือกข่าวเกี่ยวกับการเฝ้าระวังโรคและภัยสุขภาพที่ตนเองสนใจ มาคิดลงในใบงาน และบันทึกข้อมูลว่าเป็นข่าวประเภทใด มีใจความสำคัญอย่างไร
  - 2) ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับเรื่องโรคติดต่อ การเฝ้าระวังโรคและภัยสุขภาพและตอบคำถามจัดทำเป็น ชิ้นงานแล้วนำเสนอ
4. อาจารย์พี่เลี้ยงประจำฐานและอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ร่วมกันสรุปเกี่ยวกับประโยชน์ของเรื่อง การเฝ้าระวังโรคและภัยสุขภาพ พร้อมแนวทางในการนำไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน

### 3. ขั้นสะท้อนความคิด

1. ให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) แต่ละกลุ่ม ส่งตัวแทนออกมารายงานผลการทำกิจกรรม
2. ให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) นำเสนอ ผลงาน จากนั้นนำผลงานมาจัดป้ายนิเทศ

### 4. ขั้นทฤษฎี

1. อาจารย์ที่เลี้ยงประจำฐานและอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ร่วมกันสรุปความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรม ถ้าอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) รายงานผลการทำกิจกรรมในขั้นสะท้อนความคิดไม่ถูกต้องหรือไม่สมบูรณ์ให้อาจารย์ที่เลี้ยงประจำฐานเฉลยคำตอบที่ถูกต้อง
2. อาจารย์ที่เลี้ยงประจำฐานให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ศึกษาสาระการเรียนรู้เพิ่มเติม

### 5. ขั้นนำไปใช้

## กิจกรรมที่ 3

## เรื่อง การเฝ้าระวังโรคและภัยสุขภาพ

ให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) อภิปรายกลุ่มว่า จะนำความรู้ที่ได้จากการเรียนเรื่อง เรื่อง การเฝ้าระวังโรคและภัยสุขภาพ สรุปผลการอภิปรายและเขียนเป็นแผนผังความคิด แล้วนำเสนอผลงานที่หน้าชั้น

### 6. ขั้นสรุป

1. ให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ทำแบบทดสอบ เรื่อง การเฝ้าระวังโรคและภัยสุขภาพ จากนั้นเจ้าหน้าที่สาธารณสุขหรืออาจารย์ที่เลี้ยงตรวจแบบทดสอบพร้อมกับเฉลยคำตอบ
2. ให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) สรุปบทเรียน โดยเขียนเป็นแผนผังความคิด
3. อาจารย์ที่เลี้ยงประจำฐานและอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ร่วมกันสรุปผลการทำกิจกรรม
4. ให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) อภิปรายและซักถามเพิ่มเติม แล้วเก็บ ผลงาน ในแฟ้มผลงานอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) จากนั้นอาจารย์ที่เลี้ยงตรวจผลงาน

### คู่มือการเรียนรู้

1. ใบผลงาน และวัสดุอุปกรณ์ตามที่กำหนดไว้ใน ใบผลงาน
2. ใบความรู้เรื่อง การเฝ้าระวังโรคและภัยสุขภาพ

### การประเมินผล

1. ประเมินตามสภาพจริง
  - 1) พังรายงานผลการทำกิจกรรมของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)
  - 2) สังเกตการอภิปรายกลุ่มและสรุปผลการอภิปราย
  - 3) สังเกตการนำความรู้ที่ได้จากการศึกษาไปใช้ในชีวิตประจำวัน
  - 4) สังเกตการเลือกและเก็บรวบรวมข่าวสารเรื่อง การเฝ้าระวังโรคและภัยสุขภาพ
2. ตรวจผลงานในแฟ้มผลงานอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)

**เกณฑ์การประเมินผล**

ผ่านเกณฑ์การประเมินคุณภาพของผลงานที่อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ร้อยละ 70 ของ  
ผลงานประเมิน

# ใบงานที่ 1

## ตอนที่ 1

1. จงตีกรุปข่าวเกี่ยวโรคหรือภัยสุขภาพจากสื่อ คนละ 1 เรื่อง

### สรุปใจความสำคัญ

.....

.....

.....

.....

.....

## ตอนที่ 2 จงตอบคำถาม ข้อใด ถูก ข้อใด ผิด

1. คนที่ไม่ป้องกันตัวเองเมื่อเกิดโรคในชุมชนจะติดโรคติดต่อได้ง่าย
2. เมื่อเห็นสัตว์ตายเป็นจำนวนมากในชุมชนต้องรีบแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุข
3. ทุกคนในชุมชนมีหน้าที่ต้องควบคุม รายงานและป้องกันโรคติดต่อในชุมชน
4. โรคไข้เลือดออกถือว่าเป็นโรคติดต่อ
5. การแจ้งเร็ว ถือเป็นหนึ่งนโยบาย 3 ร.

## โรคซาร์ (SARS) : โรคทางเดินหายใจเฉียบพลันรุนแรง

### การดำเนินโรค

แรกเริ่มจะมีอาการเป็นไข้ (วัดปรอทมีไข้มากกว่า 38 องศาเซลเซียส) ปวดเมื่อยตามตัวมาก ปวดศีรษะ เบื่ออาหาร คล้ายอาการของไข้หวัดใหญ่ บางคนอาจมีอาการหนาวสั่นร่วมด้วย บางคนอาจมีอาการเจ็บคอ หรือท้องเดิน 3-7 วันต่อมา จะมีอาการไอแห้งๆ หากเป็นรุนแรงถึงขั้นปอดอักเสบ (ปอดบวม) ก็จะมีอาการหายใจหอบ หายใจขัดตามมา จนต้องใช้เครื่องช่วยหายใจ อาการรุนแรงมักจะเกิดในสัปดาห์ที่ 2 ของการเจ็บป่วย ส่วนผู้ที่เป็นเล็กน้อยจะมีเพียงอาการไข้ตัวร้อนอยู่ไม่เกิน 4-7 วัน ก็หายไปเองคล้ายกับอาการไข้ธรรมดา ทำให้ไม่แน่ใจว่าจะเป็นปอดบวมหรือไม่

### ภาวะแทรกซ้อน

ที่ร้ายแรง ก็คือกลุ่มอาการหายใจลำบากเฉียบพลัน (acute respiratory distress syndrome ย่อว่า ARDS) ซึ่งต้องใช้เครื่องช่วยหายใจ ภาวะนี้ทำให้ผู้ป่วยบางรายเสียชีวิต

### การแยกโรค

โรคนี้มีอาการสำคัญคือ ไข้ตัวร้อน ซึ่งต้องแยกออกจากโรคที่พบบ่อย เช่น

1. ไข้หวัด จะมีไข้ร่วมกับน้ำมูกไหล คัดจมูก ไอ จาม ส่วนมากอาการตัวร้อนจะเป็นอยู่ 2-4 วันก็ทุเลาไปเอง แต่จะมีอาการไออยู่หลายวัน คนไข้จะไม่มีอาการปวดเมื่อยมาก กินข้าว เดินเหินไปไหนมาไหนได้ดี
2. ไข้หวัดใหญ่ จะมีไข้ ปวดเมื่อยตามตัวมาก ปวดศีรษะ เบื่ออาหาร แล้วต่อมามีอาการเจ็บคอ ไอ บางคนมีน้ำมูกไหล อาการของไข้หวัดใหญ่ในช่วง 2-3 วันแรก จะแยกจากโรคปอดบวมมรรณะได้ยาก อย่างไรก็ตามผู้ที่เป็ไข้หวัดใหญ่ส่วนมากมักจะไข้ทุเลาภายใน 3-4 วัน
3. ไข้เลือดออก จะมีไข้สูงตลอดเวลา หน้าแดง ตาแดง ชีมี เบื่ออาหาร อาจมีอาการปวดท้อง อาเจียนร่วมด้วย อาจมีผื่นหรือจุดแดงตามตัว ถ้าเป็นรุนแรงจะมีอาการตัวเย็นซีด กระสับกระส่าย หรือมีเลือดออก

อย่างไรก็ตามในช่วงเวลาปัจจุบันหากพบว่า มีไข้และมีประวัติเดินทางจากประเทศที่มีการระบาดของโรคปอดบวมมรรณะ หรือสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ที่เป็โรคปอดบวมมรรณะ ก็ควรจะไปพบแพทย์ตรวจดูให้แน่ใจอย่าคิดว่าเป็นเพียงไข้หวัด ไข้หวัดใหญ่

### สาเหตุ

เชื้อไวรัสตัวใหม่นี้จัดอยู่ในตระกูล "ไวรัส โคโนนา (coronaviruses)" ไวรัสตระกูลนี้มีอยู่หลายสายพันธุ์ สายพันธุ์ที่เคยพบในคนนั้น เป็นต้นเหตุของการเป็นไข้หวัดธรรมดา ไม่รุนแรง ส่วนสายพันธุ์ที่เคยพบในสัตว์ (พบในสุนัข แมว หมู หนู นก) นั้น อาจทำให้เกิดความผิดปกติของระบบทางเดินหายใจ ระบบประสาท ตับ ลำไส้ ที่พบว่าเกิดจากไวรัสโคโรนาตัวใหม่ ก็เนื่องเพราะได้วิจัย

พบเชื้อชนิดนี้ในผู้ป่วยโรคนี้จำนวนมาก ในหลายประเทศ แต่เชื้อที่พบนี้มีรูปร่างหน้าตาผิดแผกไปจากไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ต่างๆ ที่เคยรู้จักมาแต่เดิม นักวิทยาศาสตร์ที่ร่วมกันศึกษาวิจัยโรคนี้ได้ตั้งชื่อเชื้อไวรัสตัวใหม่นี้ว่า "ไวรัสซาร์ส (SARS virus)"

**การรักษา** ในปัจจุบันยังไม่มีวิธีการรักษาโดยจำเพาะ แพทย์จะให้การรักษาไปตามอาการที่ผู้ที่กลับจากประเทศที่มีการระบาดของโรคนี้ หรือสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ที่สงสัยว่าเป็นโรคนี้ หากภายใน 10 วัน มีอาการเป็นไข้ตัวร้อนควรรีบไปพบแพทย์ ระหว่างอยู่บ้านควรปฏิบัติตัว ดังนี้

1. กินยาบรรเทาไข้ ได้แก่ พาราเซตามอล และไปพบแพทย์ตามนัด
2. นอนแยกห้องจากคนอื่น
3. แยกข้าวของเครื่องใช้จากคนอื่น
4. หลีกเลี่ยงการจับต้องสิ่งของต่างๆ ภายในบ้าน หากจำเป็น เช่น ใช้โทรศัพท์ ควรใช้แอลกอฮอล์เช็ดให้สะอาด
5. สวมหน้ากากอนามัย (โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อมีอาการไอ จาม)
6. หมั่นล้างมือด้วยสบู่บ่อยๆ เพื่อชะเอาเชื้อที่อาจปนเปื้อนมือออกไป
7. หากมีอาการหายใจหอบ หายใจขัด ควรรีบไปโรงพยาบาล

#### **การป้องกัน**

1. ดูแลสุขภาพทั่วไปให้แข็งแรงโดยการออกกำลังกาย กินอาหารที่มีประโยชน์ นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ งดเหล้า บุหรี่ อย่ายกยาศูดยาสูบกลอนที่มีสารสเตียรอยด์ คนที่มีภูมิคุ้มกันร่างกายดี หากบังเอิญติดเชื้อ ก็อาจรอดพ้นจากการเป็นโรคได้ หรือหากเป็นโรคก็อาจป้องกันไม่ให้ลุกลาม และหายเป็นปกติได้
2. หลีกเลี่ยงการเดินทางไปยังประเทศหรือเขตพื้นที่ที่มีการระบาดของโรคนี้ หากเลี่ยงไม่ได้ควรสวมหน้ากากอนามัยขณะอยู่ร่วมกับคนอื่นๆ และหมั่นล้างมือด้วยน้ำกับสบู่เพื่อชะเชื้อโรคที่อาจปนเปื้อนเสมหะของคนไข้
3. ถ้ามีคนในบ้านมีอาการเป็นไข้ที่ยังไม่ทราบสาเหตุแน่ชัดควรหลีกเลี่ยงการจับมือคนไข้ ถ้าจำเป็นต้องดูแลคนไข้อย่างไรก็หลีกเลี่ยงการสวมหน้ากากอนามัย และหมั่นล้างมือด้วยน้ำกับสบู่ หลีกเลี่ยงการใช้ข้าวของเครื่องใช้กับคนไข้ ควรนอนแยกห้องกับคนไข้ เปิดประตูหน้าต่างให้อากาศถ่ายเทสะดวก

## โรคพิษสุนัขบ้า

โรคพิษสุนัขบ้าเป็นโรคติดเชื้อร้ายแรงที่ไม่มีทางเยียวยารักษา ผู้ป่วยทุกรายที่มีอาการแสดงของโรคนี้อาจจะเสียชีวิตภายในเวลาสั้นๆ

แม้ว่าจะไม่มีทางรักษา แต่โรคนี้สามารถป้องกันได้ด้วยการฉีดวัคซีนป้องกัน ดังนั้นผู้ที่ถูกสุนัขหรือแมวกัดข่วน ควรรู้จักวิธีปฐมพยาบาลบาดแผลและรีบไปปรึกษาแพทย์ ว่าจำเป็นต้องฉีดวัคซีนป้องกันหรือไม่ อย่างไร

### สาเหตุ

เกิดจากเชื้อพิษสุนัขบ้า (rabies virus ซึ่งเป็น lyssavirus type 1 ในตระกูล Rhabdoviridae) ที่อยู่ในน้ำลายของสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนม ที่พบบ่อยคือ สุนัข\* แมวนอกจากนี้ ยังพบในค้างคาว สัตว์ป่าต่างๆ ปศุสัตว์ (เช่น วัว ควาย แพะ แกะ หมู ลา อูฐ) สัตว์ทะเล (เช่น กระจง กุ้ง) เชื้อจะเข้าสู่ร่างกายทางบาดแผลบนผิวหนัง โดยการถูกสัตว์กัด ข่วน หรือ

ระยะฟักตัว (ระยะที่ถูกกัดจนกระทั่งมีอาการ) 7 วัน ถึง 6 ปี ส่วนใหญ่เกิดในช่วง 20-60 วัน หลังสัมผัสโรค ส่วนน้อยพบอาการหลังสัมผัสโรคมากกว่า 1 ปี ผู้ที่ถูกกัดที่หน้าและศีรษะรุนแรงมักมีระยะฟักตัวสั้น \*ในบ้านเราสุนัขเป็นแหล่งแพร่เชื้อที่พบบ่อยที่สุด

### อาการ

ระยะอาการนำของโรค ผู้ป่วยจะมีไข้ต่ำๆ (38-38.5 องศาเซลเซียส) ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร เจ็บคอ คลื่นไส้ อาเจียน ท้องเดิน อาจมีอาการกระสับกระส่าย ลูกตุ้มนอน วิตกกังวล มีความรู้สึกกลัว นอนไม่หลับ อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่ายที่สำคัญซึ่งถือเป็นอาการที่ใช้ในการวินิจฉัยโรคนี้คือ บริเวณบาดแผลที่ถูกกัด อาจมีอาการปวดเสียว คัน ชา หรือปวดแสบปวดร้อน โดยเริ่มที่บริเวณบาดแผล แล้วลามไปทั่วทั้งแขนหรือขา

ระยะปรากฏอาการทางระบบประสาท มักเกิดภายหลังอาการนำดังกล่าว 2-10 วัน ซึ่งแบ่งเป็น 3 แบบ ได้แก่

1. แบบคลุ้มคลั่ง ซึ่งพบได้บ่อยที่สุด (ประมาณร้อยละ 60-70 ของผู้ป่วย) ในระยะแรกๆ อาจมีเพียงอาการไข้ หนาวสั่น สับสน ซึ่งจะเกิดบ่อยเมื่อถูกกระตุ้นด้วยสิ่งเร้า เช่น แสง เสียง เป็นต้น ต่อมาจะมีการแกว่งของระดับความรู้สึกตัว (เดี๋ยวดี เดี๋ยวไม่ดีสลับกัน) ขณะรู้สึกตัวดี ผู้ป่วยจะพูดคุยตอบโต้ได้เป็นปกติ แต่ขณะความรู้สึกตัวไม่ดี ผู้ป่วยจะมีอาการกระวนกระวาย หุดลุกหุดนั่ง เดินเพ่นพ่าน เอะอะอาละวาดต่อมาจะมีอาการกลัวลม (เพียงแต่เป่าลมเข้าที่หน้าหรือคอจะมีอาการผวา) กลัวน้ำ (เวลาดื่มน้ำจะปวดเกร็งกล้ามเนื้อคอหอยทำให้กลืนไม่ได้ ไม่กล้าดื่มน้ำทั้งๆ ที่กระหายหรือแม้แต่จะกลืนน้ำก็กลัว) ซึ่งพบได้เกือบทุกราย แต่ไม่จำเป็นต้องพบร่วมกันทั้ง 2 อาการ และอาการเหล่านี้จะหายไปเมื่อผู้ป่วยเริ่มเข้าสู่ระยะไม่รู้สึกลัว



นอกจากนี้ ยังพบอาการถอนหายใจเป็นพักๆ (มักพบในระยะหลังของโรค) และอาการผิดปกติของระบบประสาทอัตโนมัติ เช่น น้ำตาไหล น้ำลายไหล เหงื่อออกมาก ขนลุก ในผู้ชายอาจมีการแข็งตัวขององคชาติและหลังน้ำอสุจิบ่อย ซึ่งเกิดขึ้นเองโดยไม่ตั้งใจในที่สุดผู้ป่วยจะซึม หมดสติ หายใจ และเสียชีวิตภายใน 7 วัน (เฉลี่ย 5 วัน) หลังจากเริ่มแสดงอาการ

**2. แบบอัมพาต (นิ่งเงียบ)** ซึ่งพบได้บ่อยรองลงมา (ประมาณร้อยละ 30) มักมีอาการไข้ร่วมกับกล้ามเนื้อแขนขาและทั่วร่างกายอ่อนแรง กลั้นปัสสาวะไม่ได้ พบอาการกั้วลมและกั้วน้ำประมาณร้อยละ 50 ผู้ป่วยกลุ่มนี้มักเสียชีวิตช้ากว่าแบบที่ 1 คือเฉลี่ย 13 วัน

บางครั้งอาจแยกจากกลุ่มอาการกิลเลนบาร์เร (Guillain Barre syndrome) ได้ยาก

**3.แบบแสดงอาการไม่ตรงต้นแบบ (non-classic)** ซึ่งพบได้ในผู้ป่วยบางราย โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ป่วยที่ถูกค้างคาวกัด ในระยะแรกผู้ป่วยอาจมีอาการปวดประสาทหรือกล้ามเนื้ออ่อนแรง ต่อมาจะมีอาการแขนขาซีกหนึ่งเป็นอัมพาตหรือชา มีอาการชักและการเคลื่อนไหวผิดปกติ มักไม่พบอาการกั้วลม กั้วน้ำและอาการผิดปกติของระบบประสาทอัตโนมัติดังแบบที่ 1

**ระยะไม่รู้สึกรู้ตัว** ผู้ป่วยทุกรายเมื่อเข้าสู่ระยะสุดท้ายจะมีอาการหมดสติและเสียชีวิต (จากระบบหายใจและระบบไหลเวียนเลือดล้มเหลว รวมทั้งหัวใจเต้นผิดจังหวะ) ภายใน 1-3 วันหลังมีอาการไม่รู้สึกรู้ตัว ถ้าผู้ป่วยมาโรงพยาบาลในระยะนี้อาจทำให้วินิจฉัยโรคได้ยาก อาจเข้าใจผิดว่าเกิดจาก

#### การวินิจฉัย

แพทย์จะวินิจฉัยเบื้องต้นจากอาการแสดง (เช่น กั้วลม กั้วน้ำ ซึม ชัก แขนขาอ่อนแรง) ร่วมกับประวัติการถูกสัตว์กัดมาก่อนในรายที่ยังไม่สามารถวินิจฉัยได้แน่ชัด อาจต้องทำการตรวจพิเศษ เช่น การเจาะหลัง การตรวจหาเชื้อพิษสุนัขบ้า และการตรวจหาระดับสารภูมิต้านทานโรค การถ่ายภาพสมองด้วยคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า เป็นต้น

#### การดูแลตนเอง

หากมีอาการสงสัยว่าเป็นโรคพิษสุนัขบ้า ควรรีบไปพบแพทย์ที่โรงพยาบาลโดยเร็ว

#### การรักษา

โรคนี้ไม่มีทางเยียวยารักษา แพทย์จะรับตัวผู้ป่วยไว้ในโรงพยาบาล เพื่อให้ยาตามอาการ เช่น ยานอนหลับ ยาแก้ชัก และติดตามดูอาการจนกว่าผู้ป่วยจะเสียชีวิต

#### การดำเนินโรค

เมื่อปรากฏอาการแสดงของโรคแล้ว ผู้ป่วยมักจะเสียชีวิตภายใน 1-2 สัปดาห์ โรคนี้ถือว่ามีอัตราการตายสูง 100 เปอร์เซ็นต์ในต่างประเทศ เคยมีรายงานผู้ป่วยที่รอดชีวิตอย่างปาฏิหาริย์อยู่เพียง

ไม่กีราย ซึ่งล้วนเป็นผู้ป่วยที่ได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันหลังถูกสัตว์กัดมาก่อนทั้งสิ้น แต่เกิดอาการของโรคพิษสุนัขบ้าที่ไม่รุนแรงและสามารถรักษาให้รอดชีวิตได้ดังนั้น การปฐมพยาบาลที่ถูกต้องและการฉีดวัคซีนป้องกันหลังถูกสัตว์กัดจึงนับว่าเป็นเรื่องสำคัญที่สุดในการจัดการกับโรคนี้

## การป้องกัน

1. ผู้ที่ถูกสุนัข แมว ค้างคาว สัตว์ป่า สัตว์ทะเล หรือปลุสัตว์ กัด ข่วน หรือเลีย ควรปฏิบัติดังนี้

(1.) ทำการฟอกล้างบาดแผลด้วยน้ำสะอาด (เช่น น้ำก๊อก น้ำขวด น้ำดื่มสุก) กับสบู่ทันที ควรฟอกล้างหลายๆ ครั้ง ซึ่งจะช่วยลดปริมาณเชื้อพิษสุนัขบ้าที่บาดแผล แล้วใส่ยาฆ่าเชื้อ เช่น โปวิโดน ไอโอดีน หรือแอลกอฮอล์ชนิด 70%

(2.) ถ้ามีเลือดออกซิบๆ หรือออกไม่หยุด ควรใช้ผ้าก๊อช หรือผ้าสะอาดปิดแผล และใช้แรงกดปากแผลเพื่อห้ามเลือด

(3.) ควรรีบไปที่สถานพยาบาลใกล้บ้านโดยเร็ว เพื่อรับการรักษาที่เหมาะสมต่อไปและปรึกษาถึงความจำเป็นในการฉีดวัคซีนและภูมิคุ้มกันโกลบูลินป้องกันโรคพิษสุนัขบ้า

(4.) ควรกักขังหรือเฝ้าดูอาการสัตว์ที่ก่อเหตุนาน 10 วัน ในกรณีที่สัตว์นั้นจับตัวหรือหาตัวได้ยาก เช่น สัตว์ป่า หนู ค้างคาว สุนัข หรือแมวจรจัดที่อาจหนีหายไป ถ้าเป็นไปได้ควรหาทางกำจัดแล้วนำซากสัตว์ส่งตรวจ ถ้าเป็นไปได้ก็ควรรีบแจ้งให้แพทย์ทราบเพื่อพิจารณาฉีดวัคซีนป้องกัน

ทั้งนี้ ควรปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัด โดยเฉพาะการฉีดวัคซีนป้องกันให้ครบถ้วนตามแพทย์สั่ง ส่วนยาที่ฉีดแพทย์จะเป็นผู้พิจารณาว่าจะใช้ชนิดใด ขนาดเท่าใด และวิธีการฉีด โดยคำนึงถึงความสอดคล้องกับสภาพของผู้ป่วยเป็นรายๆ ไป

# โรคคอตีบ

## สาเหตุ

เกิดจากเชื้อคอตีบซึ่งเป็นเชื้อแบคทีเรียชนิดหนึ่งชื่อ *โครีนแบคทีเรียมดิปเทอเรีย* (*Corynebacterium diphtheriae*) ติดต่อโดยทางเสมหะ เช่น การจามหรือไอ ระยะฟักตัวสั้นมากเพียง 1-7 วัน

## อาการของโรค

คั้งที่ได้กล่าวแล้ว มีไข้ เจ็บคอมีอาการอุดตันของกล่องเสียงและหลอดลม ทำให้เสียงแหบ และหายใจไม่ออกที่สำคัญ คือ นอกจากจะทำให้การอุดตันของทางเดินหายใจแล้ว เชื้อโรคจากคอและหลอดลมจะปล่อยพิษออกมาในกระแสเลือด ทำให้หัวใจอักเสบได้ เช่น รายที่ 2 ผู้ป่วยตายด้วยหัวใจอักเสบโดยที่ไม่มีการอุดตันของทางเดินหายใจ ผู้ที่มีหัวใจอักเสบแล้วอาจจะมารอด อาการหัวใจอักเสบเกิดได้รวดเร็วมาก ผู้ป่วยจะอ่อนเพลีย กินอาหารไม่ได้ อาเจียน หน้าซีด ซีพจรเบาเร็ว เสียงหัวใจเบา ระยะหลังเส้นประสาทหัวใจจะถูกทำลาย ทำให้หัวใจเต้นผิดปกติไปหัวใจห้องบนจะเต้นตามปกติคือ ประมาณ 70 ครั้งต่อนาที แต่ห้องล่างจะเต้นโดยอัตโนมัติ ประมาณ 20-40 ครั้งต่อนาที ทำให้สูบน้ำเลือดไม่พอเพียงที่จะไปเลี้ยงร่างกาย ประกอบกับกล้ามเนื้อหัวใจอักเสบด้วย จึงทำให้หัวใจวาย

## การรักษา

ยาที่สำคัญคือ ซีรัมแก้พิษเชื้อคอตีบต้องรีบให้ทันที อาจใช้ฉีดป้องกันในเด็กที่ใกล้ชิดกับผู้ป่วยที่เป็นโรคนี และไม่เคยได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันมาก่อน ยานี้แพงมาก นอกจากนั้นก็ให้ เพนนิซิลินเพื่อฆ่าเชื้อ เจาะคอในกรณีที่มีการอุดตันของทางเดินหายใจ ให้พักเป็นเวลานานประมาณ 1 เดือน เพื่อป้องกันอาการแทรกซ้อนทางหัวใจอย่างไรก็ดี เรื่องการป้องกันเป็นเรื่องสำคัญมากในประเทศที่การสาธารณสุขเจริญ เด็กจะได้รับวัคซีนป้องกันอย่างทั่วถึง ในบางประเทศถ้าเกิดโรคคอตีบขึ้นในท้องที่ใด เจ้าหน้าที่ที่รับผิดชอบจะถูกให้ออก เพราะถือว่าบกพร่องต่อหน้าที่ในการ

## ป้องกันโรค

ประเทศเรา ประชาชนส่วนใหญ่ยังไม่เข้าใจถึงความสำคัญของการป้องกันโรค แต่ถ้าได้รับความร่วมมือจากทุกๆ ท่าน ช่วยกันบอกให้เพื่อนบ้านพานบุตรหลานไปฉีดวัคซีนป้องกันตามกำหนดเสีย โรคอันแสนทรมาณนี้ก็จะหมดไปจากประเทศไทย ท่านจะได้บุญกุศลเป็นอย่างยิ่ง วัคซีนรวมนี้ ถ้าฉีดตามสถานที่ราชการจะไม่เสียเงิน รัฐบาลคิดให้ฟรี

## โรคมือ เท้า ปาก

**โรคมือ เท้า และปาก** (อังกฤษ: Hand, foot and mouth disease) เป็นโรคติดเชื้อในมนุษย์ เกิดจากไวรัสในแฟมิลีพิคอร์นาไวรัส ซึ่งสายพันธุ์ที่ทำให้เกิดโรคนี้ที่พบบ่อยที่สุดคือ ไวรัสคอกแซคกี เอ และ Enterovirus 71 เชื่อกันว่าโรคที่พบบ่อยที่สุดคือ ค็อกแซคกีเอชนิด 16 ซึ่งทำให้เกิดอาการที่ไม่รุนแรง และหายได้เองเป็นส่วนใหญ่ ที่พบน้อยแต่รุนแรงคือ ไวรัสเอนเทอโรชนิด 71

โรคมือ เท้า และปากส่วนใหญ่พบในเด็ก เป็นโรคที่พบได้บ่อย การติดต่อค่อนข้างง่ายผ่านทาง การสัมผัสสารคัดหลั่ง เช่น น้ำลาย หรืออุจจาระของผู้ป่วย โรคนี้ส่วนใหญ่ติดต่อจากการกินอาหาร น้ำดื่ม การดูดเต้านม หรือของเล่นที่ปนเปื้อนเชื้อที่ออกมากับอุจจาระน้ำเหลืองจากตุ่มน้ำที่ผิวหนัง หรือละอองน้ำมูก น้ำลายของผู้ป่วย พบน้อยที่จะติดต่อโดยการสูดเอาละอองน้ำมูกน้ำลายที่ผู้ป่วยไอหรือจามรด มักมีการระบาดเป็นกลุ่มเล็กในสถานเลี้ยงเด็กหรือโรงเรียนอนุบาล ส่วนใหญ่พบในช่วงฤดูร้อนหรือฤดูใบไม้ร่วง ระยะฟักตัวประมาณ 3-7 วัน

**อาการ** อาการแรกเริ่มเหมือนกับการติดเชื้อไวรัสทั่วไป คือมีความรู้สึกไม่สบายตัวประมาณ 1-2 วัน จากนั้นเริ่มมีไข้ หลังติดเชื้อ 3-7 วัน เด็กจะมีอาการไข้ และอาจมีอาการอ่อนเพลีย เมื่ออาหารร่วมด้วย หลังจากนั้น 1-2 วัน จะมีน้ำมูก เจ็บปาก เจ็บคอ ไม่ยอมดูดนม ไม่อยากกินอาหาร เด็กเล็กอาจร้องแง เมื่อตรวจดูในปากพบจุดแดงๆ หรือมีน้ำใสอยู่ข้างใต้ ขึ้นตามเยื่อปาก ลิ้นและเหงือก ซึ่งต่อมากจะแตกกลายเป็นแผลตื้นๆ และมีอาการเจ็บมาก ซึ่งต่อมากจะกลายเป็นแผลในปาก อาจขึ้นบนลิ้น กระพุ้งแก้ม หรือเพดานอ่อนได้

ในเวลาใกล้เคียงกันก็จะมีผื่นขึ้นที่มือและเท้า ในเด็กบางคนขึ้นในฝ่ามือ ฝ่าเท้า หรือแก้มก้น โดยตอนแรกมักขึ้นเป็นจุดแดงราบก่อน แล้วกลายเป็นตุ่มน้ำตามมา ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 3-7 มิลลิเมตร มักไม่คันไม่เจ็บ บางรายเป็นส่วนน้อยที่มีอาการคัน อาการไข้มักเป็นอยู่ 3-4 วันก็ทุเลาไปเอง ส่วนแผลในปากมักจะหายได้เองภายใน 1 สัปดาห์ และตุ่มน้ำที่มือและเท้าจะหายได้เองภายใน 10 วัน ในรายที่เป็นรุนแรง (ซึ่งพบเป็นส่วนน้อย) อาจมีอาการปวดศีรษะมาก อาเจียนรุนแรง ซึม ไม่ค่อยรู้ตัว มีอาการชัก แขนขาอ่อนแรง หรือหายใจหอบเหนื่อย

ส่วนใหญ่จะหายได้เองภายใน 7-10 วัน (เต็มที่ไม่เกิน 2 สัปดาห์) โดยจะมีไข้อยู่เพียง 3-4 วันแรก ส่วนน้อยที่อาจเกิดภาวะแทรกซ้อนดังกล่าวตามมา ซึ่งหากรุนแรงมากอาจทำให้เสียชีวิตได้

**การรักษา** ส่วนใหญ่หายได้โดยไม่ต้องใช้ยา เนื่องจากโรคนี้เป็นโรคจากเชื้อไวรัส ปัจจุบันยังไม่มีการรักษาจำเพาะที่สามารถรักษาโรคนี้ให้หายได้ดีกว่าการรักษาประคับประคอง เพราะฉะนั้นการรักษาส่วนใหญ่จะเน้นไปที่การบรรเทาอาการตามที่มี เช่น การใช้ยาแก้ปวด เพื่อบรรเทาความเจ็บแผล เป็นต้น ผู้ป่วยเด็กโตหรือผู้ใหญ่มีอาการไม่มาก และเป็นอยู่ไม่เกิน 1 สัปดาห์ หรืออาจเป็นนานกว่านั้นได้แต่พบน้อย

## โรคไข้หวัดนก

### โรคไข้หวัดนก avian influenza

โรคไข้หวัดนกหรือ avian influenza เกิดจากการที่ไก่ติดไวรัสไข้หวัด avian influenza type A ที่เกิดในนก เนื่องจากเป็นเชื้อไวรัสที่เกิดในนก ไก่ไม่มีภูมิคุ้มกันและตาย คนเราจะติดไข้หวัดนกจากไก่โดยการรับเชื้อจากการดูแลไก่ที่ป่วย หรือระหว่างที่ฆ่าไก่ หรือรับประทานไก่ที่เป็นโรคแต่ปรุงไม่สุก นอกจากนั้นอาจจะได้รับเชื้อจากพื้นที่ปนเปื้อน

### อาการ

อาการที่สำคัญของไข้หวัดนก คือ ไข้และไอ แน่นหน้าอก หายใจหอบเหนื่อย ปวดท้อง ท้องร่วง มีไข้ ปวดศีรษะ น้ำมูกไหล ท้องร่วง

### การดูแลรักษา

ผู้ป่วยไข้หวัดนกที่ไม่รุนแรงจะต้องแยกพักเพื่อป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อโรค หากรุนแรงจะต้องพักในโรงพยาบาล อ่านเรื่อง [การดูแลผู้ป่วยไข้หวัดนก](#)

### โรคแทรกซ้อนที่สำคัญ

ปอดบวมซึ่งมักจะรุนแรง หายใจล้มเหลวซึ่งมักจะต้องใส่เครื่องช่วยหายใจ ภาวะช็อค ซึม ไม่รู้สึกตัว ชัก อวัยวะล้มเหลว เช่น ไต ตับ หัวใจ

### การป้องกันการติดเชื้อ

การป้องกันการติดเชื้อไข้หวัดนกที่ดีที่สุดคือการหลีกเลี่ยงการสัมผัสไก่ที่ป่วยหรือตาย ไม่ไปตลาดสดขายไก่ หลีกเลี่ยงการใกล้ชิดกับคนที่ป่วย หรืองดเดินทางไปประเทศที่กำลังระบาด

- ล้างมือด้วยสบู่อย่างน้อย 20 วินาทีก่อนและหลังจากทำอาหารไก่หรือไข่
- ล้างอุปกรณ์ครัวด้วยน้ำและสบู่
- วัตถุดิบหม้ออาหารให้ได้ 165 ฟาเรนไฮต์
- ไข่ต้องสุกทั้งไข่ขาวและไข่แดง
- หลีกเลี่ยงตลาดที่ค้าสัตว์เป็นๆ
- หลีกเลี่ยงการสัมผัสของที่เปื้อนอุจจาระสัตว์ปีก
- งดรับประทานอาหารสุกๆดิบๆ
- หลีกเลี่ยงการสัมผัสไก่หรือนกที่ตาย

## โรควัณโรค

**วัณโรค** เป็นโรคติดเชื้อที่มีความสำคัญมากที่สุดโรคหนึ่งในปัจจุบัน จากข้อมูลขององค์การอนามัยโลกเมื่อปี ค.ศ.1997คาดว่าผู้ที่ติดเชื้อวัณโรคมีอยู่มากกว่า 2,000 ล้านคนทั่วโลก และพบว่า มีผู้ป่วยรายใหม่เกิดขึ้นประมาณ 12 ล้านคนในแต่ละปี ซึ่งถ้านับรวมผู้ป่วยวัณโรคทั้งหมดในช่วงเวลาหนึ่งๆ อาจมีจำนวนมากถึง 16 ล้านคน นอกจากนี้อัตราการเสียชีวิตของผู้ป่วยวัณโรคประมาณปีละ 2-3 ล้านคน จะเห็นได้ว่าวัณโรคจึงเป็นสาเหตุการตายจากโรคติดเชื้อที่สำคัญที่สุดโรคหนึ่ง

**สาเหตุ วัณโรคเกิดจากเชื้อวัณโรค** ซึ่งเป็นแบคทีเรียที่มีชื่อว่า ไมโคแบคทีเรียม ทูเบอร์คูโลซิส (Mycobacterium tuberculosis) บางครั้งเรียกว่า เชื้อเอเอฟบี ( AFB/Acid Fast Bacilli) เชื้อวัณโรคติดต่อจากคนไปคนผ่านทางละอองเสมหะที่เกิดจากการไอ จาม หรือ การใช้เสียง เชื้อวัณโรคที่ตกลงสู่พื้นหรือติดอยู่กับผิวสัมผัสของวัตถุอื่นๆ จะถูกทำลายไปโดยง่ายโดยแสงสว่างและอากาศที่ถ่ายเทสะดวก วัณโรคแพร่ได้ด้วยการสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วย เช่น อยู่อาศัยร่วมบ้านเดียวกัน การที่ผู้ป่วยภูมิคุ้มกันร่างกายอ่อนแอ เช่น เบาหวาน ติดเชื้อเอชไอวี หรือได้รับยากดภูมิคุ้มกัน เช่น ยารักษาโรคมะเร็ง หรือยาถูกกลอนที่มีส่วนผสมของสเตียรอยด์ จะทำให้มีโอกาสเป็นวัณโรคได้ง่าย

**อาการ** วัณโรค อาการนำของวัณโรคปอดที่สำคัญคือ อาการไอติดต่อกันเกิน 3 สัปดาห์ ในบางรายอาจมีไข้ อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร หรือ ไอมีเลือดออก ร่วมด้วยได้ อย่างไรก็ตามผู้ป่วยวัณโรคในระยะแรกๆ มักจะไม่ปรากฏอาการให้เห็นชัดเจน

**อาการแทรกซ้อนที่สำคัญคือ** เยื่อหุ้มสมองอักเสบ , ฝีในปอด , ภาวะมีน้ำในช่องหุ้มปอด , วัณโรคต่อมน้ำเหลือง พบบ่อยที่ข้างคอ อาจโตเป็นก้อนร่วมกับไข้เรื้อรัง หรือโตต่อกันเป็นสาย เรียกว่า ฝีประคำร้อย , ไอออกเป็นเลือดถึงซีก ที่พบได้น้อยลงไป ได้แก่ วัณโรคกระดูก มักพบที่กระดูกสันหลัง มีอาการปวดหลังเรื้อรัง หลังคดโก่ง และกดเจ็บ, วัณโรคลำไส้ มีอาการไข้ ปวดท้อง ท้องอืด ท้องเดินเรื้อรัง ชูบผอม ถ้าลุกลามไปที่เยื่อหุ้มช่องท้องที่ทำให้ท้องมานได้ , วัณโรคไต, วัณโรคกล่องเสียง เสียงแหบ เป็นต้น

**การรักษาวัณโรค** โดยการให้ยารักษาวัณโรคอย่างน้อย 2 ชนิดขึ้นไป โดยมีไอเอ็นเอช เป็นยาหลัก 1 ชนิด แล้วให้ยาอื่นร่วมด้วยอีก 1-3 ชนิด การใช้ยาเพียงชนิดเดียวมักจะรักษาไม่ได้ผล ยาที่ใช้รักษาวัณโรคจึงมีสูตรให้เลือกอยู่หลายแบบ

**ผู้ที่เป็นวัณโรคในระยะที่เริ่มการรักษา** โดยเฉพาะ 2 สัปดาห์แรก จึงควรหลีกเลี่ยงการคลุกคลีใกล้ชิดผู้อื่น โดยเฉพาะเด็กและคนชรา และควรหลีกเลี่ยงการเดินทางไปในที่สาธารณะที่ผู้คนแออัด เช่น โรงภาพยนตร์ ห้างสรรพสินค้า เป็นต้น รวมทั้งควรหลีกเลี่ยงการเดินทางด้วยยานพาหนะร่วมกับผู้อื่นเป็นเวลานาน โดยเฉพาะถ้าเกิน 8 ชั่วโมงขึ้นไป แต่ไม่จำเป็นต้องแยกข้าวของเครื่องใช้ในกิจวัตรประจำตัวจากคนอื่น หลังจากทำการรักษาจนอาการไอหายไปแล้ว

