

## โรคไข้เลือดออก

ไข้เลือดออก เป็นโรคที่เกิดจากการติดเชื้อไวรัสชนิดหนึ่ง พบมากในฤดูฝนเพราะมียุงเพิ่มมากขึ้น ทำให้มีไข้ร่วมกับมีเลือดออกตามจุดต่างๆ ของร่างกาย โรคนี้เกิดขึ้นได้ทั้งในเด็กและผู้ใหญ่



### รู้ได้อย่างไรว่าเป็นโรคไข้เลือดออก

อาการของไข้เลือดออกไม่จำเพาะ อาการมีได้หลายอย่าง ในเด็กอาจจะมีเพียงอาการไข้และผื่น ในผู้ใหญ่อาจจะมีไข้สูง ปวดศีรษะ ปวดตามตัว ปวดกระบอกตา ปวดกล้ามเนื้อ หากไม่คิดโรคนี้ อาจจะทำให้การรักษาช้า ผู้ป่วยอาจจะเสียชีวิต ลักษณะที่สำคัญของไข้เลือดออกคือ

- ไข้สูงเฉียบพลัน ประมาณ 2-7 วัน
- เบื่ออาหาร หน้าแดง ปวดศีรษะ ร่วมกับอาการคลื่นไส้ อาเจียน และอาจมีอาการปวดท้องร่วมด้วย

- บางรายอาจมีจุดเลือดสีแดงขึ้นตามลำตัว แขน ขา อาจมีกำเดาออก หรือเลือดออกตามไรฟัน และถ่ายอุจจาระดำเนื่องจากเลือดออก และอาจทำให้เกิดอาการช็อกได้
- ในรายที่ช็อกจะสังเกตได้จากการที่ไข้ลดแต่ผู้ป่วยซึมลง ตัวเย็น หมดสติและเสียชีวิตได้



### วิธีรักษาผู้ป่วยโรคไข้เลือดออกเบื้องต้น

1. ในระยะไข้สูง โดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กที่มีประวัติเคยชัก หรือในรายที่ปวดศีรษะและปวดเมื่อยตามตัว อาจให้ยาลดไข้ ควรใช้ยาพาราเซตามอลและยาพาราเซตามอล เพราะจะทำให้เกล็ดเลือดเสียการทำงาน และเลือดออกได้ง่ายขึ้น ควรให้ยาลดไข้เป็นครั้งคราวเวลาที่ไข้สูงเท่านั้น

2. ให้ผู้ป่วยดื่มน้ำชดเชย เพราะผู้ป่วยส่วนใหญ่มีไข้สูง เบื่ออาหาร และอาเจียนทำให้ขาดน้ำและขาดเกลือโซเดียมด้วย ควรให้ผู้ป่วยดื่มน้ำผลไม้หรือสารละลายผงน้ำตาลเกลือแร่

(ไอ อาร์ เอส) ในรายที่อาเจียนควรให้ดื่มครั้งละน้อย ๆ และดื่มบ่อย ๆ

3. จะต้องติดตามดูอาการผู้ป่วยอย่างใกล้ชิด เพื่อจะได้ตรวจพบและป้องกันภาวะช็อกได้ทันเวลา ภาวะช็อกมักจะเกิดพร้อมกับไข้ลดลง หรือภายใน 24 - 48 ชั่วโมง หลังจากไข้ลด มักเกิดประมาณตั้งแต่วันที่ 3 ของการป่วย

### ป้องกันตนเองจากยุงลาย

เมื่อโดนยุงลายจู่โจมเข้าให้แล้ว สิ่งสำคัญที่ต้องทำ คือ หาวิธีต่าง ๆ ที่จะป้องกันตนเองไม่ให้ถูกยุงกัด ซึ่งทำได้หลายวิธี

- ตรวจสอบหน้าต่าง ประตู และช่องมดด้วยมุ้งลวดตรวจตราซ่อมแซมผ้าบ้าน ฝาเพดาน อย่าให้มีร่อง ช่องโหว่หรือรอยแตก เพื่อป้องกันไม่ให้ยุงลายเข้ามาในบ้าน
- เวลาเข้า - ออกควรใช้ผ้าปิดประตูมุ้งลวดก่อน เพื่อไล่ยุงลายที่อาจจะเกาะอยู่ตามหน้าต่าง ๆ
- เก็บของในบ้านให้เป็นระเบียบเรียบร้อยอยู่เสมอ เพราะยุงลายชอบไปหลบซ่อนตามมุมมืดของห้องและเครื่องเรือนต่าง ๆ ที่รก ๆ

- ขณะอยู่ในบ้านควรอยู่ในบริเวณที่มีลมพัดผ่านและมีแสงสว่างเพียงพอ
- ยุงลายจะชอบกัดตอนกลางวัน และมักเป็นช่วงที่คนหลับ ดังนั้นเวลาหลับควรกางมุ้งหรือนอนในห้องที่มีมุ้งลวด เปิดพัดลมส่ายเบาๆ ก็ช่วยไล่ยุงได้หรือถ้าหากที่บ้านมียุงมากจริงๆ ก็ต้องพิถีพิถันในการเลือกเสื้อผ้าสวมใส่สักหน่อย ซึ่งควรใส่กางเกงขายาว เสื้อผ้ามีแขน เพื่อให้เหลือพื้นที่เปลือยน้อยที่สุด และเสี่ยงต่อการถูกยุงกัดน้อยที่สุด



### การกำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลาย

1. ควรปิดปากภาชนะเก็บน้ำด้วย ฝาตาข่ายใน ล่อนอะลูมิเนียม หรือวัสดุอื่นที่สามารถปิดปากภาชนะเก็บน้ำนั้นได้อย่างมิดชิด จนยุงไม่สามารถเล็ดลอดเข้าไปวางไข่ได้



2. การเก็บทำลายเศษวัสดุ เช่น ขวด โห่ กระจบอง และยางรถยนต์เก่าที่ไม่ใช้ หรือคลุมให้มิดชิดเพื่อไม่ให้ ร่องรับน้ำได้ การนำยางรถยนต์เก่ามาตัดแปลงให้เป็นประโยชน์แทนการวางทิ้งไว้เฉยๆ จะช่วยกำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ยุงได้ดี เช่น นำมาทำเป็นที่ปลูกต้นไม้ ที่ปลูกพืชผัก สวนครัว



+++++



ความรู้เรื่อง

# โรคไข้เลือดออก



กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม  
เทศบาลตำบลเขื่อนบางลาง  
อำเภอบันนังสตา จังหวัดยะลา  
[www.banglangdamcity.go.th](http://www.banglangdamcity.go.th)