

โรคที่มากับหน้าฝน

ช่วงหน้าฝน อากาศเปลี่ยนแปลงบ่อย เชื้อโรคเจริญเติบโตได้ดี ดูแลสุขภาพให้แข็งแรง ห่างไกลโรคภัย

1 โรคไข้หวัดใหญ่ (Influenza)



สาเหตุ
เกิดจากเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่ ติดผ่านละอองฝอยจากการไอ จาม หรือสัมผัสสิ่งของที่ปนเปื้อนเชื้อ



อาการ

- ไข้สูง
- ไอ เจ็บคอ
- น้ำมูกไหล
- ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามตัว
- อ่อนเพลีย



การรักษา
พักผ่อนให้เพียงพอ ดื่มน้ำมากๆ ทานยาลดไข้ ยาแก้ปวดตามอาการ หากอาการรุนแรง หรือมีภาวะแทรกซ้อน ควรรีบพบแพทย์



2 ไวรัส RSV (Respiratory Syncytial Virus)



สาเหตุ
เกิดจากเชื้อไวรัส RSV ติดผ่านละอองฝอย น้ำมูก น้ำลาย หรือการสัมผัสสิ่งของที่ปนเปื้อนเชื้อ



อาการ

- ไข้ ไอ จาม
- น้ำมูกไหล
- หายใจเร็ว หอบเหนื่อย
- เสียงหวีดในลำคอ (ในเด็กเล็กอาจกรอกรุนแรง)



การรักษา
รักษาตามอาการ เช่น ยาลดไข้ เช็ดตัวลดไข้ ดื่มน้ำมากๆ หากหายใจลำบาก อาการไม่ดีขึ้น ควรรีบพบแพทย์ทันที



3 โรคมือเท้าปาก

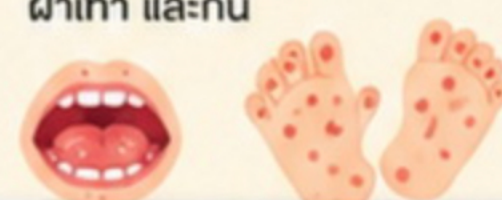


สาเหตุ
เกิดจากเชื้อไวรัส Enterovirus (มักเป็น Coxsackie virus) ติดผ่านการสัมผัสน้ำลาย อุจจาระ ตุ่มน้ำ หรือของเล่นที่ปนเปื้อนเชื้อ



อาการ

- ไข้
- เจ็บคอ เบื่ออาหาร
- มีแผลในปาก
- มีผื่นหรือตุ่มน้ำที่ฝ่ามือ ฝ่าเท้า และก้น



การรักษา
รักษาตามอาการ เช่น ยาลดไข้ ให้ดื่มน้ำมากๆ ทานอาหารอ่อน หากมีภาวะขาดน้ำ หรืออาการรุนแรง ควรรีบพบแพทย์



4 โรคไข้เลือดออก



สาเหตุ
เกิดจากเชื้อไวรัสเดงกี (Dengue virus) มียุงลายเป็นพาหะนำโรค พบมากในแหล่งน้ำขัง



อาการ

- ไข้สูงเฉียบพลัน
- ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามตัว
- ปวดกระบอกตา
- มีผื่นแดง
- เบื่ออาหาร อาเจียน (อาการรุนแรงอาจมีภาวะช็อก)



การรักษา
ไม่มีตัวยาดับไวรัส รักษาตามอาการ เช่น ยาลดไข้ (ห้ามใช้แอสไพริน) ดื่มน้ำมากๆ หากมีอาการเตือนภัย เช่น ปวดท้องรุนแรง อาเจียนมาก เลือดออกผิดปกติ ชิมลง ควรรีบไปโรงพยาบาลทันที



ป้องกันไว้
ปลอดภัยกว่า



ล้างมือบ่อยๆ ด้วยสบู่หรือเจลแอลกอฮอล์



สวมหน้ากากอนามัย เมื่อต้องอยู่ในที่แออัด



ทานอาหารสุกสะอาด ดื่มน้ำที่สะอาด



รักษาความสะอาด บ้านเรือน ของใช้ ของเล่น



กำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลาย ปิดฝาภาชนะใส่น้ำ เปลี่ยนน้ำในแจกันทุกสัปดาห์