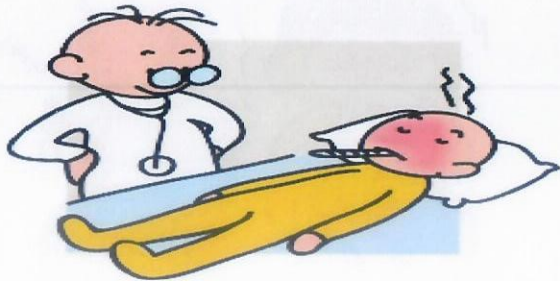


• ใครบ้างที่อาจเสียชีวิตเมื่อป่วยเป็นโรคไข้หวัดใหญ่

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

สามารถวินิจฉัยโดยการตรวจเสมหะ และน้ำมูกหากพบเชื้อไข้หวัดใหญ่ แพทย์จะทำการรักษาต่อไปในกรณีที่มีภาวะแทรกซ้อนเป็นปอดอักเสบ แพทย์จะทำการตรวจเอ็กซเรย์ปอดด้วย



• 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



โดย
กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
เทศบาลตำบลลานสกา

โรคไข้หวัดใหญ่ ป้องกันได้ง่ายนิดเดียว

ก่อนจะเข้าสู่ฤดูฝน เราจะขอแนะนำ
วิธีการเตรียมรับมือกับโรคที่มาในช่วงหน้า
ฝนและหน้าหนาวที่ระบาดกันทุกปี นั่นก็คือ
โรคไข้หวัดใหญ่นั่นเองค่ะ

• โรคไข้หวัดใหญ่คืออะไร

โรคไข้หวัดใหญ่ เกิดจากเชื้อไวรัสไข้หวัด
ใหญ่ (Influenza virus) โดยเชื้อไข้หวัดใหญ่
ตามฤดูกาล สามารถจำแนกออกเป็น 3 ชนิด
ได้แก่ ชนิดเอ บี และซี โดยที่พบมากที่สุด
คือ ไข้หวัดใหญ่ ชนิดเอ (H1N1) (H3N2)
รองลงมาได้แก่ ชนิด บี และชนิดซีพบการ
ระบาดได้น้อย โรคไข้หวัดใหญ่อาจมีอาการ
เริ่มต้นเหมือนไข้หวัดแต่อาจมีความรุนแรง
ทำให้เกิดปอดอักเสบ และเสียชีวิตได้



• ไข้หวัดใหญ่ติดต่ออย่างไร

เชื้อไวรัสที่อยู่ในเสมหะ น้ำมูก
น้ำลาย หรือเสมหะของผู้ป่วย แพร่ติดต่อ
ไปยังคนอื่น ๆ ได้ง่าย เช่น การไอหรือ
จามรดกัน หรือหายใจเอาฝอยละออง
เข้าไป หากอยู่ใกล้ผู้ป่วยในระยะ 1 เมตร
บางรายได้รับเชื้อทางอ้อมผ่านทางมือ
หรือสิ่งของเครื่องใช้ที่ปนเปื้อนเชื้อ เชื้อ
จะเข้าสู่ร่างกายทางจมูก ตา ปาก ใน
ผู้ใหญ่อาจแพร่เชื้อได้นานประมาณ 3-5
วัน นับจากเริ่มป่วย ในเด็กเล็กสามารถ
แพร่ได้นานกว่าผู้ใหญ่ อาจพบได้ 7-10
วัน และอาจนานขึ้นไปอีก ในผู้ป่วยที่มี
ภูมิคุ้มกันบกพร่องอย่างรุนแรง

สัมผัสสารคัดหลั่งของผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่



• อาการของโรคไข้หวัดใหญ่

มักจะเกิดขึ้นทันทีทันใดด้วยอาการ
ไข้สูง ตัวร้อน หนาว ปวดเมื่อยตาม
กล้ามเนื้อมาก โดยเฉพาะที่หลัง ต้นแขน
ต้นขา ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร
คัดจมูก มีน้ำมูกใสๆ ไอแห้งๆ โดยในเด็ก
อาจพบอาการคลื่นไส้ อาเจียน ท้องร่วง
ได้มากกว่าผู้ใหญ่ ส่วนอาการคัดจมูก
จาม เจ็บคอ พบเป็นบางครั้งในไข้หวัด
ใหญ่ แต่จะพบในไข้หวัดมากกว่าผู้ป่วย
ส่วนใหญ่มีอาการไม่รุนแรง หายป่วยได้
โดยไม่ต้องนอนรักษาตัวในโรงพยาบาล
อาการจะทุเลาและหายป่วยภายใน 5-7
วัน แต่บางรายที่มีอาการปอดอักเสบ
รุนแรง จะพบอาการหายใจเร็ว เหนื่อย
หอบ หายใจลำบาก ซึ่งอาจทำให้เสียชีวิต
ได้

