



## คู่มือประชาชนเพื่อป้องกัน โรคไข้เลือดออก



โดย

งานป้องกันและระบบรเทศาสาธารณสุข

สำนักปลัด

องค์การบริหารส่วนตำบลศรีบุญเรือง

อำเภอชนบท จังหวัดขอนแก่น

โทร 0-4300-9881

### ยุ่งลายแมลงร้ายคือตัวบรรพพืชฆ่ามนุษย์ได้

การแพร่ระบาดของโรค ไข้เลือดออก กำลังเป็นปัญหาใหญ่สร้างความหวาดกลัวให้กับผู้คนทุกเพศทุกวัย ขณะนี้พบว่ามีการระบาดอยู่ทั่วไปแทบทุกจังหวัด รองลงมาคือ ภาคใต้ ภาคเหนือ และภาคอีสาน จนเกิดความตื่นตระหนกกันว่าหากยังไม่สามารถควบคุมการแพร่ระบาดได้ อาจทำให้ผู้ป่วยไข้เลือดออกสูงสุดในรอบปีที่ผ่านมา

### การแพร่พันธุ์ของยุ่งลาย

ยุ่งลายเป็นยุงที่ไม่ชอบแสงแดดและลมแรง ดังนั้นจึงมักบินไปไม่เกิน 50 - 80 เมตร นอกจากนี้ยังพบว่ายุงลายชุกชุมในฤดูฝน เพราะมีอุณหภูมิและความชื้นเหมาะสมแก่การแพร่พันธุ์ ส่วนในฤดูอื่น ๆ พบความชุกชุมของยุงลายลดลงเล็กน้อย

### วงจรการเกิด ไข้เลือดออก



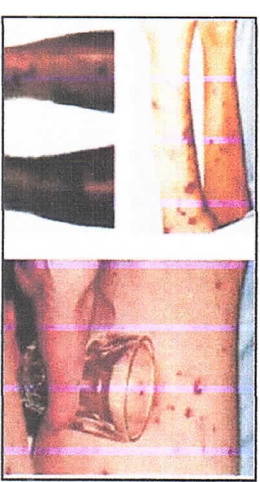
### ● แหล่งที่อยู่ของยุ่งลาย

โดยทั่วไป ยุงลายจะอาศัยและวางไข่ในแหล่งน้ำที่ใสและนิ่งส่วนใหญ่มักเป็นภาชนะเก็บกักน้ำในบ้านมากว่าแหล่งน้ำตามธรรมชาติ



### อาการผู้ป่วยโรค ไข้เลือดออก

ผู้ป่วยไข้เลือดออกจะมีไข้สูงลอยประมาณ 2-7 วัน ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามตัว ส่วนใหญ่จะมีอาการหน้าแดงมีจุดแดงๆ หรือจุดเลือดออกเล็กๆ ที่แขน ขา รักแร้ และตามลำตัวบางรายมีอาการคลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร กระสับกระส่ายมือเท้าเย็น ผู้ป่วยมีภาวะช็อคถ้าไม่ได้รับการรักษาอาจเสียชีวิตภายใน 12-24 ชั่วโมง



## การดูแลรักษาเมื่อเป็นไข้เลือดออก

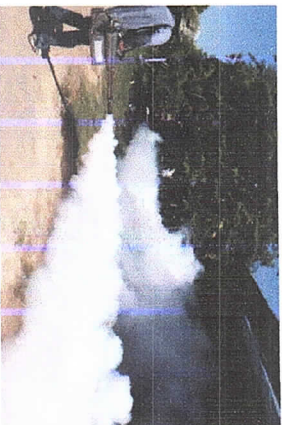
โดยทั่วไปจะรักษาตามอาการและความรุนแรง ถ้าอาการไม่รุนแรงจะหายไ้เอง โดยไม่ต้องใช้ยารักษา ในรายที่มีอาการรุนแรงให้รักษาตามอาการ ดังนี้

- ▶ ถ้าผู้ป่วยมีไข้สูง ควรให้ผ้าชุบน้ำเช็ดตัวเพื่อลดไข้ และป้องกันการชักจากไข้สูง
- ▶ หากจำเป็นต้องให้ยาคลดไข้ ควรใช้ยาพาราเซตามอล ห้ามให้ยาแอสไพริน เพราะจะทำให้เลือดออกง่ายและแตกง่าย
- ▶ ถ้าผู้ป่วยมีอาการอ่อนเพลียหรือขาดน้ำให้ดื่มน้ำผลไม้หรือน้ำตาลกลีโคแร่บ่อยๆ
- ▶ ให้รับประทานอาหารอ่อนๆ ย่อยง่าย เช่น ข้าวต้ม โจ๊ก นม น้ำหวาน
- ▶ ติดตามอาการอย่างใกล้ชิด ถ้าเกิดอาการนำช็อก คือ ปัสสาวะน้อยลง กระสับกระส่าย มือเท้าเย็น รอบปากเขียว หรือลมๆ กับ ไข้ลดลง ให้รีบนำส่งโรงพยาบาลทันที



## การป้องกันโรคไข้เลือดออก

- ▶ หลีกเลี่ยงไม่ให้ผู้ถูกกัด โดยให้เด็กนอนกางมุ้ง ในเวลากลางวันหรือไม่เข้าป่าอยู่ในพุ่มและอับชื้น
- ▶ ทำลายยุงตัวแก่โดยการพ่นหมอกควันและให้ความร่วมมือกับเจ้าหน้าที่
- ▶ ทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลายโดย
  1. ปิดฝาภาชนะเก็บน้ำให้มิดชิด
  2. ใส่ปลากินลูกน้ำ เช่น ปลาหางนกยูงหรือปลากัดในภาชนะเก็บน้ำที่ปิดฝาไม่มิด
  3. ทำลายภาชนะที่มีน้ำขังหรือไม่ใช้แล้ว
  4. ใส่ทรายอะเบท กลือ น้ำส้มสายชู หรือผงซักฟอก ลงในจานรองตู้กับข้าวหรือภาชนะที่มีน้ำขัง
  5. หมั่นตรวจดูลูกน้ำยุงลายในภาชนะที่มีน้ำขัง ทั้งในและนอกบ้านทุก 7 วัน ถ้าพบให้ทำลายทันที



## สาระน่ารู้

- ▶ สามารถดูว่าเป็นไข้เลือดออกตั้งแต่วันแรกหรือไม่
- ใน 1-2 วันแรกจะไม่สามารถแยกจากโรคอื่นๆได้ จำเป็นต้องนัดมาตรวจร่างกายและอาการที่ควรสงสัยคือ
- ▶ จะรู้ได้อย่างไรว่าเป็นไข้เลือดออก
- ผู้ป่วยจะมีไข้สูงลอย ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามตัว มีอาการหน้าแดง มีจุดแดงๆ หรือจุดเลือดออกเล็กๆ ตามแขน ขา รักแร้ และลำตัว
- ▶ หากรู้สึกแขนแล้วมีจุดเลือดจะเป็นไข้เลือดออกทุกรายหรือไม่
- ไม่จริงทุกราย มีเชื้อโรคมกมายที่ทำให้เกิดจุดเลือดออกแบบไข้เลือดออกได้เช่นกัน
- ▶ เมื่อทราบว่า เป็นไข้เลือดออกแล้วต้องดูแลอย่างไร
- รักษาตามอาการ เช่น ถ้ามีไข้สูงควรให้รับประทานยาพาราเซตามอล เช็ดตัวบ่อยๆ ด้วยน้ำอุ่น ให้รับประทานอาหารอ่อนๆ และเฝ้าติดตามอาการนำก่อนช็อกเพื่อช่วยเหลือได้ทันเวลา