



เส้นทางสุขภาพ ประจำเดือน กรกฎาคม ๒๕๖๗ “ไข้เลือดออก ระวัง ป้องกัน ลดเสียงรุนแรง”

ไข้เลือดออกเป็นโรคที่ต้องระวังในช่วงหน้าฝนของทุกปี เนื่องจากการเพิ่มจำนวนของยุงลายซึ่งเป็นพาหะของโรค ส่งผลให้เกิดการแพร่ระบาดอย่างรวดเร็ว โรคนี้อาจมีอันตรายถึงชีวิต จึงไม่แปลกที่ในแต่ละปีจะมีผู้เสียชีวิตจากไข้เลือดออกเป็นจำนวนมาก เพราะฉะนั้นการรู้เท่าทันโรคและป้องกันอย่างถูกวิธี รวมถึงการฉีดวัคซีนป้องกันไข้เลือดออกย่อมช่วยลดความเสี่ยงและความรุนแรงจากโรคไข้เลือดออกได้

ไข้เลือดออกคืออะไร

โรคไข้เลือดออก (Dengue Fever) คือ โรคติดต่อที่เกิดจากการติดเชื้อไวรัสเดงกี (Dengue Virus) โดยมียุงลายตัวเมียเป็นพาหะนำโรค ซึ่งมี ๔ สายพันธุ์ ได้แก่ DENV-๑, DENV-๒, DENV-๓ และ DENV-๔ เมื่อยุงลายดูดเลือดจากผู้ป่วยที่อยู่ในระยะเป็นไข้และมีเชื้อไวรัสในกระแสเลือดจะฟักตัวภายใน ๘ - ๑๒ วัน เมื่อยุงที่มีเชื้อไวรัสเดงกีไปกัดคน เชื้อไวรัสในตัวยุงจะเข้าสู่กระแสเลือดของผู้ที่ถูกกัด ทำให้ติดเชื้อและป่วยเป็นโรคไข้เลือดออกได้ภายใน ๓ - ๑๕ วัน

ไข้เลือดออกมีกี่ระยะ โรคไข้เลือดออกแบ่งออกเป็น ๓ ระยะ ได้แก่

๑. ระยะไข้ (๒ - ๗ วัน) ผู้ป่วยจะมีไข้สูงเฉียบพลันตลอดเวลา ปวดศีรษะ ปวดกระบอกตา ปวดกล้ามเนื้อ ปวดกระดูก ไม่มีน้ำมูกหรือไอ มีจุดเลือดเล็กบริเวณแขน ขา ลำตัว รักแร้ อาจเบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ถ่ายอุจจาระสีดำร่วมด้วย

๒. ระยะวิกฤติ (๒๔ - ๔๘ ชั่วโมง) ระยะนี้ไข้ที่สูงจะเริ่มลดลง แต่อาการจะทรงตัว ถ้าไม่มีภาวะแทรกซ้อน อาการจะเริ่มดีขึ้น แต่ถ้ามีภาวะแทรกซ้อนอาการจะแย่ลง อาจมีมือเท้าเย็น ชีพจรเต้นเบาลง ความดันต่ำ เลือดออกง่าย อาเจียนเป็นเลือด ฯลฯ อาจร้ายแรงถึงขั้นช็อกจนเสียชีวิต ดังนั้นหากมีไข้สูงติดต่อกันเกิน ๒ วันแล้วอาการยังไม่ดีขึ้น แนะนำให้รีบพบแพทย์ทันที

๓. ระยะฟื้นตัว (หลังไข้ลด ๒๔ - ๔๘ ชั่วโมง) เมื่ออาการพ้นระยะวิกฤติและเริ่มดีขึ้น ผู้ป่วยจะกลับมามีความดันปกติ ชีพจรเต้นตามปกติ รับประทานอาหารได้มากขึ้น แต่อาจมีผื่นแดง คัน และจุดเลือดเล็กตามลำตัว ซึ่งจะค่อย ๆ หายไปเอง

แนวทางการรักษาไข้เลือดออก การรักษาโรคไข้เลือดออกไม่มียารักษา แต่เป็นการรักษาตามอาการและความรุนแรง หากสังเกตได้เร็ว รู้เร็ว ดูแลตัวเองได้เร็ว ย่อมช่วยให้หายได้ในเวลาไม่นาน และป้องกันอันตรายร้ายแรงถึงชีวิต

๑. เช็ดตัวเพื่อลดไข้ โดยใช้ผ้าชุบน้ำอุณหภูมิปกติบิดหมาด ๆ เช็ดที่ใบหน้า ซอกคอ รักแร้ ข้อพับ ขาหนีบ

๒. รับประทานยาลดไข้ ต้องเป็นยาพาราเซตามอลในกรณีที่มีไข้สูงเท่านั้น ห้ามรับประทานยาแอสไพรินหรือไอบูโพรเฟนเด็ดขาด และไม่ควรรับประทานมากเกินไปเพราะอาจเป็นพิษต่อดับ

๓. ดื่มน้ำให้มาก เพราะการมีไข้สูงหรืออาเจียน ทำให้ร่างกายขาดน้ำและโซเดียม อาจจิบน้ำเกลือแร่ครั้งละน้อย ๆ แต่บ่อย เพื่อชดเชยน้ำที่ร่างกายเสียไป

๔. พบแพทย์ทันที ถ้ามีอาการรุนแรง อาทิ อาเจียนมาก ปวดท้องมากบริเวณชายโครงขวา กดแล้วเจ็บ ตัวเย็น มือเท้าเย็น กระสับกระส่าย เลือดออกตามเยื่อぶต่าง ๆ ซึมลง หายใจเหนื่อย ไม่รู้สึกตัว ควรนำส่งโรงพยาบาลโดยเร็วที่สุด

วิธีป้องกันไข้เลือดออก

การป้องกันโรคไข้เลือดออกสามารถทำได้โดยป้องกันไม่ให้ยุงกัด สวมเสื้อผ้าให้มิดชิด ทาโลชั่นหรือพ่นสเปรย์กันยุง เก็บของให้เป็นระเบียบ กำจัดแหล่งเพาะ ภาชนะเก็บน้ำมีฝาปิดเสมอ เปลี่ยนน้ำในแจกันหรือกระถางทุก ๆ ๗ วัน และฉีดวัคซีนป้องกันไข้เลือดออกตามคำแนะนำของแพทย์

กลุ่มเสี่ยงที่จะเป็นไข้เลือดออกแล้วอาการรุนแรง

คนทุกเพศทุกวัยสามารถเป็นไข้เลือดออกได้ แต่กลุ่มเสี่ยงที่เมื่อเป็นแล้วอาการจะรุนแรงมากกว่ากลุ่มอื่น ได้แก่ ผู้สูงอายุ เพราะภูมิคุ้มกันต่ำและมีโรคประจำตัวหลายโรค ผู้ที่เป็นโรคอ้วน และผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น เบาหวาน หัวใจ ความดันโลหิตสูง ธาลัสซีเมีย เป็นต้น

ไข้เลือดออกเป็นซ้ำได้กี่ครั้ง

ไวรัสเดงกีมีถึง ๔ สายพันธุ์ ได้แก่ DENV-๑, DENV-๒, DENV-๓ และ DENV-๔ ซึ่งมีความแตกต่างกันจึงมีความเป็นไปได้ที่จะเป็นไข้เลือดออกซ้ำได้ถึง ๔ ครั้ง เมื่อเป็นไข้เลือดออกครั้งแรกแล้วจะมีภูมิคุ้มกันต่อสายพันธุ์นั้นเท่านั้น แต่อีก ๓ สายพันธุ์ยังมีโอกาสที่จะเป็นได้ ถึงแม้จะมีภูมิคุ้มกันก็ยังมีโอกาสเป็นไข้เลือดออกจากสายพันธุ์เดิมได้ เพียงแต่อาการและความรุนแรงจะลดลง แต่หากเป็นไข้เลือดออกซ้ำจากเชื้อไวรัสเดงกีสายพันธุ์ใหม่อาการและความรุนแรงจะเพิ่มขึ้น ซึ่งอันตรายถึงขั้นเสียชีวิตได้

โดย ฝ่ายประชาสัมพันธ์ กองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่
เทศบาลตำบลสันผีเสื้อ