

แนวทางการดูแลความปลอดภัย และป้องกันโรคที่มากับอุทกภัย



1 อุบัติภัยและโรคที่พบบ่อย



โรคไข้หวัดใหญ่



โรคอุจจาระร่วง



โรคไข้ฉี่หนู



โรคน้ำกัดเท้า, โรคเท้าเปื่อย



โรคตาแดง



แมลงหรือสัตว์มีพิษกัดต่อย



ไฟฟ้าดูด ไฟฟ้าช็อต



การจมน้ำ, พลัดตกน้ำ

3 การบริหารจัดการ

- จัดตั้งหน่วยสาธารณสุขในพื้นที่อพยพหรือหน่วยแพทย์ฉุกเฉินในพื้นที่อพยพ
- จัดหน่วยอาสาสมัครบริหารท้องถิ่นดูแลผู้มีภาวะพึ่งพิงและประสาน อสม. ดูแลกลุ่มเปราะบาง ผู้สูงอายุ/ ผู้พิการที่ประสบเหตุอุทกภัยในพื้นที่
- จัดตั้งสุขาเคลื่อนที่ให้เพียงพอ



2 การป้องกัน & การดูแลตัวเอง



ไม่ทิ้งขยะและขับถ่ายบริเวณน้ำท่วมขัง



อย่าปล่อยให้เด็กเล่นน้ำตามลำพัง
เสี่ยงจมน้ำ ควรมีผู้ใหญ่ดูแลใกล้ชิด



ล้างมือ ล้างเท้าด้วยน้ำและสบู่บ่อยๆ



รับประทานอาหารที่ปรุงสุก สะอาด
ไม่บูด เสีย



สวมรองเท้าบูทกันน้ำป้องกัน
น้ำเน่าเสีย



กาโลชั่นกันยุง กางมุ้งนอน



รักษาสุขอนามัย สวมหน้ากากอนามัย
ในที่แออัด



เก็บกวาดที่อยู่อาศัยให้สะอาดและโล่ง



เมื่อถูกสัตว์มีพิษกัดให้จดจำลักษณะสัตว์
ล้างแผลด้วยน้ำสะอาด หากมีไข้สูง
เจ็บพลง ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามตัว
รีบไปพบแพทย์



กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อมท้องถิ่น
กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น



โรคไข้หวัดใหญ่



สาเหตุ

เกิดจากเชื้อไวรัสอินฟลูเอนซ่า (Influenza virus) ที่อยู่ในน้ำมูก น้ำลาย และเสมหะของผู้ป่วย

อาการ

- ไข้สูง
- ปวดศีรษะ
- ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ
- คลื่นไส้ อาเจียน ท้องร่วง

การติดต่อ

ติดต่อจากทางเดินหายใจที่รับเอา เชื้อไวรัสในละอองฝอย น้ำมูก น้ำลาย ไอ จามที่ฟุ้งกระจายอยู่ในอากาศ หรือติดต่อทางอ้อมโดยการสัมผัสทางมือ และสิ่งของที่ปนเปื้อนเชื้อ

การป้องกัน



ออกกำลังกาย และพักผ่อนให้เพียงพอ



หลีกเลี่ยงการใกล้ชิดกับผู้ป่วย



รับประทานอาหาร ที่มีประโยชน์



ไม่ใช้สิ่งของร่วมกับผู้ป่วย



ฉีดวัคซีนป้องกัน โรคไข้หวัดใหญ่



หลีกเลี่ยงสถานที่ ที่มีคนแออัด



หมั่นล้างมือบ่อยๆ ด้วยน้ำและสบู่



เมื่อป่วยควรสวมหน้ากากอนามัย หรือใช้ผ้า/กระดาษทิชชูปิดปากเมื่อไอจาม

กลุ่มเสี่ยงที่ควรฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ทุกปี



ผู้สูงอายุ ตั้งแต่ 65 ปีขึ้นไป



เด็กอายุ 6 เดือน ถึง 2 ปี



หญิงที่มีอายุครรภ์ ตั้งแต่ 4 เดือนขึ้นไป



ผู้พิการทางสมอง ที่ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้



ผู้ป่วยโรคเรื้อรัง เช่น โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง หอบหืด หัวใจ เบาหวานหรือผู้ป่วยมะเร็ง ที่รับยาเคมีเพื่อบำบัด



โรคอ้วน คือ ผู้ป่วยที่มีน้ำหนัก ตั้งแต่ 100 กิโลกรัมขึ้นไป



ผู้ป่วยโรคธาลัสซีเมียหรือผู้ที่มี ภูมิคุ้มกันบกพร่อง (รวมถึงผู้ติดเชื้อ HIV ที่มีอาการ)

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่

☎ 033-265-599

อ้างอิง : กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข



facebook



Line



Website

MAKT

แพทย์เตือน

อุจจาระร่วงเฉียบพลัน

โรคที่ควรระวังในช่วงฤดูฝน



กรมการแพทย์
DEPARTMENT OF MEDICAL SERVICES



ช่วงฤดูฝนทำให้มีความชื้นในอากาศมาก เชื้อโรคเจริญเติบโตและแพร่เชื้อได้ดี ทำให้อาหารและน้ำดื่มมีโอกาสปนเปื้อนเชื้อโรคเพิ่มขึ้น ทำให้เกิดโรคของระบบทางเดินอาหารได้ง่าย โดยเฉพาะโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน



ควรปฏิบัติ

- ล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่และน้ำสะอาดทุกครั้ง ก่อนปรุงหรือรับประทานอาหารและหลังเข้าสุขาทุกครั้ง
- ดื่มน้ำสะอาด
- รับประทานอาหารที่สะอาด สุกใหม่ ๆ
- การบริโภคผัก ผลไม้สด ควรทำความสะอาดด้วยน้ำสะอาดหลาย ๆ ครั้ง
- ถังขยะควรมีฝาปิดมิดชิด และควรกำจัดสิ่งปฏิกูล ขยะมูลฝอย เพื่อไม่ให้ปนเปื้อนแหล่งเพาะพันธุ์ของแมลงวัน



ไม่ควรปฏิบัติ



- ไม่ล้างมือให้สะอาดก่อนปรุงหรือรับประทานอาหารและหลังเข้าสุขาทุกครั้ง
- ใช้สุขาไม่ถูกสุขลักษณะ
- รับประทานอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ
- วางอาหารไว้โดยไม่มีการห่อหุ้ม
- หมักหมมขยะมูลฝอย จนเป็นแหล่งเพาะพันธุ์ของแมลงวัน

อาการ

ถ่ายอุจจาระเหลว
มากกว่า 3 ครั้ง / วัน



คลื่นไส้อาเจียน



ปวดท้อง



38.5

อาจมีไข้

หากผู้ป่วยมีอาการ

ไข้ขึ้นสูง อาเจียนมาก ถ่ายเหลวเกิน 2 วัน

ควรพบแพทย์ทันที

ไม่ควรทาน

ยาหยุดถ่าย

จะทำให้เชื้อโรคตกค้างในร่างกาย

การดูแล ผู้ป่วย

เด็ก ทานอาหารเหลวบด ๆ
วัยทั่วไป / ผู้สูงอายุ
ทานอาหารที่อ่อนและย่อยง่าย

“ ดื่มน้ำสะอาดหรือน้ำตาลกลูโคส ”

ทำความรู้จัก โรคเลปโตสไปโรซิส

เลปโตสไปโรซิส (โรคไข้ฉี่หนู) เป็นโรคติดต่อจากสัตว์สู่คน อันตรายถึงชีวิต สาเหตุจากเชื้อ *Leptospira Interrogans* โดยคนได้รับเชื้อจากการสัมผัสโดยตรงกับ ปัสสาวะหรือเลือดของสัตว์ที่ติดเชื้อ หรือน้ำ และดินที่ปนเปื้อนเชื้อผ่านรอยถลอกหรือบาดแผลของผิวหนัง

พบเชื้อได้ในสัตว์ป่า สัตว์เลี้ยง ฟาร์มสัตว์หลายชนิด เช่น หนู หมู โค กระบือ สุกร แมว ฯลฯ โดยเชื้อจะถูกขับออกมากับ ปัสสาวะสัตว์ แล้วปนเปื้อนอยู่ในสิ่งแวดล้อม

อาการ

เบื้องต้นมีไข้เฉียบพลัน ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อโดยเฉพาะน่อง มีเลือดออกที่เยื่อぶตา ไข

ในรายที่มีอาการแทรกซ้อนรุนแรง จะมีอาการดีซ่าน ตับวายไตวายเฉียบพลัน มีเลือดออกในปอด และเสียชีวิตในเวลารวดเร็ว

การป้องกัน

- ลดจำนวนสัตว์ติดเชื้อโดยตรง และให้การรักษาป้องกันการติดเชื้อของสัตว์เลี้ยงโดยให้วัคซีน
- เลี่ยงการสัมผัสแหล่งน้ำที่มีสัตว์ป่า และสัตว์เลี้ยงที่เป็นรังโรค
- ลดแหล่งแพร่เชื้อโดยกำจัดหนู สัตว์รังโรค และกำจัดขยะมูลฝอย
- ลดการสัมผัสเขื่อนปนเปื้อนโดยสวมถุงมือและรองเท้าขณะทำงานสัมผัสดินหรือลูยน้ำลูยโคลน

กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ ผลิตชุดตรวจโรคเลปโตสไปโรซิส สนับสนุนและจำหน่ายให้กับหน่วยงานสาธารณสุข ภาครัฐและเอกชน



@dmscnews



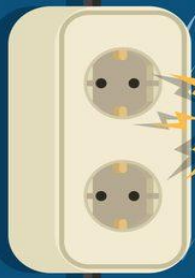
กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์



www.dmsc.moph.go.th



0 2589 9850-7



การป้องกันอันตรายจาก



ไฟฟ้าดูด ไฟฟ้าช็อต

กรณีเกิดน้ำท่วม



เสี่ยงเดินลุยน้ำ
ใกล้ปลั๊กไฟ



โดย... กองป้องกันการบาดเจ็บ

1. ดารตัดการจ่ายไฟ และงดใช้อุปกรณ์ไฟฟ้าทุกชนิด กรณีน้ำท่วมภายในบ้าน เพราะอาจเกิดกระแสไฟฟ้ารั่วได้



2. หลีกเลี่ยงการเดินลุยน้ำเข้าใกล้ปลั๊กไฟ สายไฟ อุปกรณ์ที่เป็นสื่อไฟฟ้า หรือเสาไฟฟ้า เนื่องจากเมื่อเกิดไฟฟ้ารั่วจะมีกระแสไฟฟ้ากระจาย เป็นวงกว้างไม่ต่ำกว่า 3 เมตรขึ้นไป

3. อย่าแตะสวิตช์ไฟ ปลั๊กไฟ สายไฟ หลอดไฟ หรือเครื่องใช้ไฟฟ้าที่เสียบปลั๊กอยู่ในขณะที่ร่างกายเปียกชื้นหรือกำลังยืนอยู่บนพื้นเปียกหรือเท้าแฉวยในน้ำ

การป้องกัน

- ดารย้ายปลั๊กไฟ อุปกรณ์ไฟฟ้าขึ้นที่สูง ให้อยู่เหนือบริเวณที่มีโอกาสน้ำท่วมถึง
- ตรวจสอบเครื่องใช้ไฟฟ้าภายในบ้านอยู่เป็นประจำ หากพบชำรุดให้เรียกช่างมาซ่อม หรือเลิกใช้เครื่องไฟฟ้าเหล่านั้น
- ห้ามใช้อุปกรณ์ไฟฟ้าที่โดนน้ำท่วมแล้ว หรือดาร์ตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญก่อนใช้งาน

ตัวเปียกน้ำ
อย่าแตะสวิตช์ไฟ



กรณีที่ช่วยคนที่ถูกไฟดูด

- ดัดกระแสไฟที่เกิดเหตุทันที
- ห้ามสัมผัสตัวผู้ถูกไฟดูดด้วยมือเปล่าเด็ดขาด ดาร์ใช้วัสดุที่ไม่เป็นตัวนำไฟฟ้า เช่น กุ้งมือยาง ผ้าแห้ง พลาสติกแห้ง

