



สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา
PRAHSAKON SI ANUTTHAYA PROVINCIAL PUBLIC HEALTH OFFICE

หมอใหญ่กรุงเทพฯ : แนะนำอากาศเปลี่ยนแปลง “ระวังไข้หวัดใหญ่”

นายพิระ อารีรัตน์ นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา กล่าวว่า ช่วงนี้อากาศเปลี่ยนแปลง มีอากาศร้อนและเย็น แม้ในบางพื้นที่สภาพอากาศค่อนข้างร้อน แต่พบว่าสภาพอากาศในช่วงเวลาของแต่ละวัน มีความแตกต่างกันมากพอสมควร ซึ่งส่งผลกระทบต่อทำให้อุณหภูมิในร่างกายมีความแตกต่างกันไปด้วยก่อให้เกิดโรคต่างๆได้ง่าย เช่น ไข้หวัดใหญ่

จากข้อมูลกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข พบว่า ในปี ๒๕๖๑ พบผู้ป่วยโรคไข้หวัดใหญ่จำนวน ๑๕๙,๔๐๕ ราย เสียชีวิต ๓๑ ราย พบผู้ป่วยอยู่ในกลุ่มอายุ ๐ - ๔ ปี มีอัตราป่วยสูงสุด รองลงมาคือ กลุ่มอายุ ๕ - ๙ ปี และกลุ่มอายุ ๑๐ - ๑๔ ปี ตามลำดับ จะเห็นได้ว่ากลุ่มผู้ป่วยที่มีอัตราป่วยสูงจะอยู่ในช่วงวัยเด็ก และวัยรุ่น จึงต้องมีการให้ความสำคัญต่อการป้องกันควบคุมโรคในกลุ่มเด็ก และในสถานที่ที่มีการรวมตัวกันของคนหมู่มาก

โรคไข้หวัดใหญ่ เป็นโรคที่เกิดจากเชื้อ Influenza Virus เป็นการติดเชื้อระบบทางเดินหายใจ พบได้บ่อยในคนทุกเพศทุกวัย พบได้เกือบทั้งปี แต่จะเป็นมากในช่วงฤดูฝน แพทย์มักจะให้การวินิจฉัยผู้ป่วยที่มีอาการตัวร้อนมา ๒ - ๓ วัน โดยไม่มีอาการอย่างอื่นชัดเจนว่าเป็นไข้หวัดใหญ่ ผู้ป่วยจะมีไข้สูง ปวดศีรษะ ปวดตามตัว ปวดกล้ามเนื้อ

การติดต่อ เชื้อไข้หวัดใหญ่นี้จะอยู่ในน้ำมูก น้ำลาย หรือเสมหะของผู้ป่วย ติดต่อดี้ง่ายโดยทางเดินหายใจ จากการไอหรือจาม เชื้อจะเข้าทางปากและเยื่อเมือก สัมผัสเสมหะของผู้ป่วยทางแก้วน้ำ ผ้า จูบ หรือสัมผัสทางมือที่ปนเปื้อนเชื้อโรค

อาการของโรคไข้หวัดใหญ่ มักจะเกิดขึ้นทันทีทันใดด้วยอาการไข้สูง ตัวร้อน หนาวปวดเมื่อยตามกล้ามเนื้อ โดยเฉพาะที่หลัง ต้นแขนต้นขา ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร ขมในคอ คัดจมูก มีน้ำมูกใสๆ ไอแห้งๆ จุกแน่นท้อง มีข้อสังเกตว่าไข้หวัดใหญ่มักเป็นหวัดน้อย แต่ไข้หวัดธรรมดาเป็นหวัดมาก ไข้มักเป็นอยู่ ๒-๔ วัน หากอาการไม่ดีขึ้นควรพบแพทย์ทันที

นพ.พิระ อารีรัตน์ กล่าวต่อว่า ขอให้ประชาชนใส่ใจสุขภาพตนเองและคนในครอบครัวมากขึ้น และปฏิบัติตนเองให้ห่างไกลโรคดังต่อไปนี้

๑. ออกกำลังกาย และนอนพักผ่อนให้เพียงพอ
๒. รับประทานอาหารที่มีประโยชน์
๓. ล้างมือด้วยน้ำและสบู่บ่อยๆ
๔. อาหารควรปรุงสุกใหม่และใช้ช้อนกลางเมื่อรับประทานอาหาร
๕. หลีกเลี่ยงการคลุกคลีผู้ป่วยหรือป้องกันโดยการใส่หน้ากากอนามัย

และหากพบว่าตนเองหรือคนในบ้านมีอาการสงสัยว่าป่วยให้รีบพบแพทย์ในสถานบริการใกล้บ้าน เพื่อทำการวินิจฉัยและรับการรักษา