



ข่าวออนไลน์ประจำวันจันทร์ที่ ๑ กรกฎาคม ๒๕๖๗

ที่มา : <https://www.thairath.co.th/home>

วิธีเลือกใช้ น้ำตาเทียม ให้ปลอดภัยต่อสุขภาพดวงตา

น้ำตาเทียม เป็นหนึ่งในอุปกรณ์ที่ช่วยบรรเทาความเหนียวล้าของดวงตาจากการใช้สายตาในชีวิตประจำวันเป็นเวลานาน จนทำให้เกิดอาการตาแห้ง ระคายเคืองดวงตา แต่การเลือกใช้น้ำตาเทียมก็ควรระมัดระวัง ถ้าหากเลือกผิดอาจก่อให้เกิดผลเสียต่อดวงตาในระยะยาวได้

ประโยชน์ของน้ำตาเทียม

น้ำตาเทียม คือ ผลิตภัณฑ์ที่ใช้สำหรับทดแทนน้ำตาจริงของมนุษย์ โดยจะให้ความชุ่มชื้นและหล่อลื่นดวงตา เหมาะกับผู้ที่มีการตาแห้ง ผู้ที่ผลิตน้ำตาได้น้อย ผู้ที่ผ่านการผ่าตัดดวงตามา รวมถึงผู้ที่ต้องการเพิ่มความชุ่มชื้นให้ดวงตา น้ำตาเทียมเป็นผลิตภัณฑ์ที่ใช้กับดวงตา ซึ่งมีความบอบบาง จึงควรเลือกใช้ผลิตภัณฑ์ที่เชื่อมั่นได้ว่าปลอดภัยและมีคุณภาพ โดยมีแนวทางการเลือกผลิตภัณฑ์น้ำตาเทียม ดังนี้

- ตรวจสอบเลขทะเบียนตำรับยาของผลิตภัณฑ์น้ำตาเทียม
- เลือกซื้อจากแหล่งที่น่าเชื่อถือ เช่น ร้านขายยาที่มีเภสัชกรประจำ
- เลือกรูปแบบผลิตภัณฑ์น้ำตาเทียมให้เหมาะสมกับตนเอง



ข่าวออนไลน์ประจำวันจันทร์ที่ ๑ กรกฎาคม ๒๕๖๗

ที่มา : <https://www.thairath.co.th/home>

น้ำตาเทียม มีกี่ประเภท

น้ำตาเทียมแบ่งตามอายุการใช้งานได้ 3 ประเภท ได้แก่

1. น้ำตาเทียมแบบรายวัน

- รูปแบบเป็นของเหลวในหลอดเล็ก หรือเป็นกระเปาะ
- ไม่มีสารกันเสีย
- เหมาะกับผู้ที่ใช้น้ำตาเทียมเป็นเวลานาน ใช้เป็นประจำ และผู้ที่ใส่คอนแทคเลนส์
- มีอายุการใช้งาน 12-24 ชั่วโมงหลังเปิดใช้

2. น้ำตาเทียมแบบรายเดือน

- มีรูปแบบของเหลวในขวด
- มีสารกันเสีย
- เหมาะกับผู้ที่ต้องการใช้น้ำตาเทียมในระยะเวลาสั้นๆ หรือใช้ไม่บ่อย
- มีอายุการใช้งาน 1 เดือนหลังเปิดใช้



ข่าวออนไลน์ประจำวันจันทร์ที่ ๑ กรกฎาคม ๒๕๖๗

ที่มา : <https://www.thairath.co.th/home>

3. น้ำตาเทียมชนิดเจลซีผึ้ง

- รูปแบบเจล ซีผึ้งในหลอด
- มีสารกันเสีย
- เหมาะกับผู้ที่มีตาแห้งมาก
- หลังใช้อาจทำให้สายตารำมัวชั่วคราว ควรรอให้สายตาหายพรำมัวก่อนทำกิจกรรมต่างๆ เพื่อลดโอกาสเกิดอุบัติเหตุ
- มีอายุการใช้งาน 1 เดือนหลังเปิดใช้งาน

อย่างไรก็ตาม หากได้รับสารกันเสียในน้ำตาเทียมเป็นเวลานาน หรือบ่อยครั้ง อาจทำให้ระคายเคืองต่อเยื่อบุดวงตา และอาจทำให้คอนแทคเลนส์เสียหายได้ หรือในบางคนอาจแพ้สารกันเสียในน้ำตาเทียม ดังนั้นน้ำตาเทียมแบบรายเดือน จึงอาจไม่เหมาะสมกับคนบางกลุ่ม นอกจากนี้หากใช้น้ำตาเทียมแล้วเกิดอาการระคายเคืองตา หรือมีความผิดปกติใดๆ ให้หยุดใช้ทันที และรีบปรึกษาจักษุแพทย์



ข่าวออนไลน์ประจำวันจันทร์ที่ ๑ กรกฎาคม ๒๕๖๗

ที่มา : <https://www.hfocus.org/>

สร.เตือน! หน้าฝน ไวรัส RSV ระบาด เด็กต่ำกว่า 6 เดือน เสี่ยงอาการรุนแรง

สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี กรมการแพทย์ เผยไวรัส RSV ติดเชื้อได้ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ ยังไม่มียารักษาจำเพาะ-ไม่มีวัคซีนป้องกัน เด็กต่ำกว่า 6 เดือน ทารกคลอดก่อนกำหนด กลุ่มเด็กที่มีโรคปอดเรื้อรัง โรคหัวใจ ภูมิคุ้มกันบกพร่อง อาจมีอาการรุนแรง

เมื่อวันที่ 1 ก.ค. 2567 นพ.ไพโรจน์ สุรัตนวนิช รองอธิบดีกรมการแพทย์ เผยว่า RSV (Respiratory Syncytial Virus) เป็นเชื้อไวรัสชนิดหนึ่งที่ทำให้เกิดการติดเชื้อทางเดินหายใจ สามารถเกิดการติดเชื้อได้ทั้งในเด็กและผู้ใหญ่ มักพบระบาดในฤดูฝน ไวรัสเข้าสู่ร่างกายได้หลายทาง ได้แก่

- ผ่านทางตา จมูก ปาก
- ผ่านการสัมผัสฝอยละอองจากการไอ จามของผู้ป่วยที่ติดเชื้อ RSV
- การสัมผัสสิ่งแวดล้อมที่ปนเปื้อนสารคัดหลั่ง

ทั้งนี้ เชื้อสามารถมีชีวิตอยู่ในสิ่งแวดล้อมได้นานหลายชั่วโมง อยู่ที่มือได้นานประมาณ 30 นาที ผู้ปกครองควรเน้นย้ำให้บุตรหลานล้างมือบ่อย ๆ

สำหรับอาการของผู้ที่ติดเชื้อไวรัส RSV มักจะมีอาการน้อยคล้ายไข้หวัดธรรมดา น้ำมูกไหล ไอ จาม มีไข้ แต่ในเด็กเล็กที่อายุน้อยกว่า 1 ปี หรือ ทารกคลอดก่อนกำหนด หรือ ในกลุ่มเด็กที่มีโรคปอดเรื้อรัง โรคหัวใจ ภูมิคุ้มกันบกพร่อง อาจมีอาการรุนแรงเป็นหลอดลมฝอยอักเสบ และปอดบวม ไข้สูง ไอมีเสมหะ หายใจหอบจนอกบวม หายใจแรง หายใจลำบาก หรือหายใจมีเสียงวี๊ดซึม ตัวเขียว ใบเหลืองตาขาวโอบมากจนอาเจียน ไม่สามารถรับประทานอาหารได้ ผู้ปกครองจึงควรสังเกตอาการของลูกอย่างใกล้ชิด



ข่าวออนไลน์ประจำวันจันทร์ที่ ๑ กรกฎาคม ๒๕๖๗

ที่มา : <https://www.hfocus.org/>

ด้าน นพ.อัครฐาน จิตนุยานนท์ ผู้ช่วยอธิบดีกรมการแพทย์ ผู้อำนวยการสถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี เพิ่มเติมว่า ผู้ป่วยเด็กที่มีความเสี่ยงเกิดอาการรุนแรง ได้แก่ เด็กเล็กอายุน้อยกว่า 6 เดือน เนื่องจากระบบภูมิคุ้มกันยังพัฒนาไม่เต็มที่ เด็กที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจพิการแต่กำเนิด โรคปอดเรื้อรัง เด็กที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่อง หรือภาวะทุพโภชนาการ

ประเทศไทยยังไม่มียารักษาจำเพาะต่อเชื้อไวรัสชนิดนี้ การรักษาจึงเป็นรักษาตามอาการ ในรายที่มีอาการรุนแรง เช่น กินได้น้อย มีอาการขาดน้ำอาจต้องให้สารน้ำทางหลอดเลือดดำ หรือในรายที่มีภาวะพร่องออกซิเจน จำเป็นต้องรับไว้รักษาในโรงพยาบาล ปัจจุบันยังไม่มีวัคซีนป้องกัน RSV โดยตรง ผู้ปกครองสามารถลดความเสี่ยงและป้องกันการติดเชื้อไวรัส RSV ในลูกน้อยได้โดยดูแลสุขภาพให้แข็งแรง หมั่นล้างมือให้สะอาด แยกผู้ป่วย RSV เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อให้ผู้อื่น ทำความสะอาดบ้าน อยู่เสมอ เพื่อลดการแพร่กระจายของเชื้อ สวมหน้ากากอนามัยขณะอยู่ในที่แออัดหรือในที่สาธารณะ ล้างจมูกด้วยน้ำเกลือเมื่อมีน้ำมูกคั่งในโพรงจมูก ดื่มน้ำที่สะอาดในปริมาณที่ควรได้รับ ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอและพักผ่อนให้เพียงพอ