



ข่าวออนไลน์ประจำวันพุธที่ ๕ มิถุนายน ๒๕๖๗
ที่มา : <https://www.thairath.co.th/home>



5 โรคในหน้าฝน ที่ผู้สูงอายุต้องระวัง พร้อมวิธีป้องกัน

หน้าฝนเป็นฤดูที่มาพร้อมกับความชุ่มฉ่ำของสายฝนที่ช่วยคลายร้อนได้เป็นอย่างดี แต่ก็มาพร้อมกับโรคภัยไข้เจ็บด้วยเช่นกัน โรคในหน้าฝนที่ผู้สูงอายุควรระวังมีอะไรบ้าง และต้องป้องกันอย่างไร

โรคในหน้าฝนที่ผู้สูงอายุต้องระวัง

1. โรคไข้หวัดใหญ่

โรคไข้หวัดใหญ่ เป็นโรคในหน้าฝนที่ผู้สูงอายุต้องระวัง ซึ่งเป็นการติดเชื้อไวรัสที่ระบบทางเดินหายใจแบบเฉียบพลัน อาการคือ มีไข้สูงแบบทันทีทันใด ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ อ่อนเพลีย ผู้ที่มีอาการไม่รุนแรง สามารถหายได้เองภายใน 3-5 วัน แต่ในผู้สูงอายุ หรือผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น ปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรคหอบหืด โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง โรคไตเรื้อรัง โรคเบาหวาน มักมีความเสี่ยงเกิดอาการแทรกซ้อนรุนแรงก็ถึงขั้นเสียชีวิตได้



ข่าวออนไลน์ประจำวันพุธที่ ๕ มิถุนายน ๒๕๖๗

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

โรคไข้หวัดใหญ่ สามารถป้องกันได้ด้วยการฉีดวัคซีนป้องกันเป็นประจำทุกปี เพราะในแต่ละปีจะมีการพัฒนาวัคซีนให้เหมาะสมกับเชื้อโรคที่มีการระบาดในช่วงเวลานั้น สามารถฉีดได้ตลอดทั้งปี ช่วงเวลาที่เหมาะสมคือก่อนฤดูฝนและฤดูหนาว ซึ่งเป็นช่วงที่มีการแพร่ระบาดของไข้หวัดใหญ่มากที่สุด

วัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่ที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุคือ วัคซีนไข้หวัดใหญ่ 4 สายพันธุ์ สำหรับผู้สูงอายุ 65 ปีขึ้นไป ซึ่งจากการศึกษาพบว่าสามารถช่วยป้องกันการติดเชื้อ ลดความรุนแรง และลดอัตราการเกิดภาวะแทรกซ้อนต่างๆ ได้ดีกว่าวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่สูตรมาตรฐาน

2. โรคปอดอักเสบ หรือปอดบวม

โรคปอดอักเสบ หรือปอดบวม คือหนึ่งในโรคในหน้าฝนที่ผู้สูงอายุต้องระวัง และเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับหนึ่งของโรคติดเชื้อทั้งหมด มักเป็นอาการแทรกซ้อนจากไข้หวัด ไข้หวัดใหญ่ หรือโรคหัด เกิดจากการติดเชื้อทั้งแบคทีเรีย ไวรัส พบบ่อยในเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี และผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจ โรคปอดเรื้อรัง โรคเบาหวาน หรือผู้ที่มีภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่อง อาการที่พบคือ



ข่าวออนไลน์ประจำวันพุธที่ ๕ มิถุนายน ๒๕๖๗

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

- มีไข้สูง ตัวร้อน หน้าแดง เหงื่อออก หนาวสั่น
- ไอ มีเสมหะ
- เจ็บหน้าอก หายใจเร็ว หายใจลำบาก หอบเหนื่อย
- คลื่นไส้ อาเจียน หรือท้องเสีย
- อ่อนเพลีย ปวดเมื่อยตัว ปวดตามข้อ
- ผู้สูงอายุอาจมีอาการซึม รู้สึกสับสน
- ในทารก หรือเด็กเล็ก อาจมีอาการปวดท้อง ท้องอืด อาเจียน ซึม ไม่ดูดนม หรือน้ำ บางรายอาจมีอาการชักจากไข้

3. โรคไข้เลือดออก

โรคไข้เลือดออก เป็นโรคในหน้าฝนที่ผู้สูงอายุต้องระวัง ซึ่งเกิดจากเชื้อไวรัสเดงกี (Dengue virus) เป็นโรคที่มีุงลายเป็นแมลงนำโรค โรคไข้เลือดออกเดงกี ติดต่อกันได้โดยมีุงลายบ้านเป็นแมลงนำโรคที่สำคัญ และในชนบทบางพื้นที่จะมีุงลายสวนเป็นแมลงนำโรคร่วมกับุงลายบ้าน เมื่อุงลายตัวเมียกัดและดูดเลือดผู้ป่วยที่อยู่ในระยะไข้ ซึ่งเป็นระยะที่มีไวรัสอยู่ในกระแสเลือดมาก เชื้อไวรัสจะเข้าสู่กระเพาะุง และเพิ่มจำนวนมากขึ้น แล้วเดินทางเข้าสู่ต่อมน้ำลาย พร้อมที่จะเข้าสู่คนที่ถูกกัดต่อไป เมื่อุงที่มีเชื้อไวรัสเดงกีไปกัดคนอื่นก็จะปล่อยเชื้อไปยังคนที่ถูกกัด ทำให้คนนั้นป่วยได้ โรคนี้กลายเป็นโรคประจำถิ่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งจะพบมากในประเทศเขตร้อนและเขตอบอุ่น



ข่าวออนไลน์ประจำวันพุธที่ ๕ มิถุนายน ๒๕๖๗

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

4. โรคฉี่หนู

โรคฉี่หนู เป็นโรคในหน้าฝนที่ผู้สูงอายุต้องระวัง มีพาหะนำโรคคือหนูและสัตว์เลื้อยคลานด้วยนมหลายชนิด เชื้อนี้จะอยู่ในระบบทางเดินปัสสาวะของสัตว์ เมื่อสัตว์ปัสสาวะลงในน้ำ คนที่เดินย่ำน้ำ หรือทำนา ก็มีโอกาสที่เชื้อจะเข้าสู่ร่างกายทางผิวหนัง

5. โรคท้องร่วง

โรคท้องร่วง หรืออาหารเป็นพิษ เกิดจากการรับประทานอาหาร หรือดื่มน้ำที่มีการปนเปื้อนของเชื้อแบคทีเรีย ไวรัส อาหารกระป๋อง อาหารทะเลที่ปรุงไม่สุกพอ หรืออาหารที่ค้างไว้หลายชั่วโมง

ผู้ที่ได้รับเชื้อโรคท้องร่วงส่วนใหญ่จะแสดงอาการคลื่นไส้ อาเจียน ท้องเสีย ปวดท้อง มีอาการสูญเสียน้ำภายใน 1-2 วัน หรือภายในไม่กี่ชั่วโมง ขึ้นอยู่กับชนิด ประเภท ปริมาณของเชื้อโรค และสารพิษที่ได้รับ แต่หากเกิดอาการรุนแรงขึ้น เช่น ท้องเสียมาก อาเจียนมาก มีเลือดปนในอาเจียนหรืออุจจาระ แขนขาอ่อนแรง หายใจลำบาก ตามัวมองเห็นไม่ชัด ปวดท้องอย่างรุนแรงร่วมกับมีไข้สูง ควรรีบพบแพทย์ทันที ไม่ควรซื้อยามารับประทานเอง เพราะอาจทำให้ร่างกายเสียน้ำ และเกลือแร่จนเป็นอันตรายได้