



การดูแลผู้ป่วยอหิวาตกโรค

สุขภาพดี
เริ่มต้นที่นี่



1. ให้ดื่มสารละลายน้ำตาลเกลือแร่

โอ อาร์ เอส (สูตรขององค์การเภสัชกรรม หรือองค์การอนามัยโลก) โดยให้ดื่มปริมาณเท่ากับปริมาณอุจจาระที่ถ่ายออกมาแต่ละครั้ง เพื่อป้องกันการขาดน้ำและเกลือแร่ ดังนี้



- อายุน้อยกว่า 2 ปี ให้ดื่มครั้งละ 1/2 - 1/4 แก้ว โดยใช้ช้อนค่อยๆ ป้อน 1 ช้อนชาทุก 1-2 นาที ไม่ต้องอดอาหาร หรือนม ควรให้อาหารเหลวบ่อยครั้ง เช่น น้ำข้าวต้ม น้ำแกงจืด รวมทั้งนมแม่ สำหรับเด็กที่มีนมผสมให้ผสมเหมือนเดิมแต่ปริมาณลดลง และให้สลับกับสารละลายน้ำตาลเกลือแร่

- อายุมากกว่า 2 ปี ให้ดื่ม 1/2 - 1 แก้ว โดยดื่มทีละน้อยๆ แต่บ่อยครั้ง เมื่ออาการดีขึ้น ให้หยุดดื่มสารละลายน้ำตาลเกลือแร่ และรับประทานอาหารอ่อน ย่อยง่าย ได้แก่ โจ๊ก ข้าวต้ม จะช่วยให้เด็กได้สารอาหาร และฟื้นตัวได้เร็วขึ้น

2. ให้ผู้ป่วยถ่ายอุจจาระในส้วมที่ถูกสุขลักษณะ และล้างมือ

ให้สะอาดด้วยน้ำสบู่ทุกครั้งหลังขับถ่าย

3. กำจัดอาเจียนของผู้ป่วย โดยเททิ้งลงในส้วมรดน้ำให้สะอาด แล้วใช้น้ำยาฆ่าเชื้อหรือน้ำยาฟอกขาวหรือน้ำผสมผงซักฟอกราดซ้ำ

4. รักษาความสะอาดของสิ่งของ เครื่องใช้ของผู้ป่วยรวมทั้งซักเสื้อผ้าให้สะอาด และนำไปตากแดด



5. ผู้ดูแลใกล้ชิดผู้ป่วย ให้หมั่นล้างมือ ฟอกสบู่ให้สะอาดอยู่เสมอ

6. หากดื่มสารละลายน้ำตาลเกลือแร่ไปแล้วภายใน 8-12 ชั่วโมง หรือให้การดูแลที่บ้าน แล้วอาการไม่ดีขึ้น เช่น ยังคงถ่ายเป็นน้ำจำนวนมาก อาเจียนบ่อย รับประทานอาหารหรือดื่มน้ำไม่ได้ กระหายน้ำมากกว่าปกติ อ่อนเพลียมาก ตาโหลลึก ให้รีบพาไปพบแพทย์โดยด่วน

อหิวาตกโรค



สำนักโรคติดต่อทั่วไป
กรมควบคุมโรค
02-590-3183

DDC
1422
สายด่วนกรมควบคุมโรค

กินสุก ร้อน สะอาด ปราศจากอหิวาตกโรค



อหิวาตกโรค

เป็นโรคติดต่อทางอาหารและน้ำ ทำให้เกิดอาการ อูจจาระร่วงอย่างรุนแรง จนถึงขั้นเสียชีวิต

สาเหตุ

เกิดจากเชื้อแบคทีเรียชื่อ vibrio คอเลอเร (Vibrio Cholerae) ที่อยู่ในอุจจาระ อาเจียนของผู้ป่วยหรือผู้ที่ เป็นพาหะ แล้วแพร่กระจายไปสู่สิ่งแวดล้อม ปนเปื้อนในอาหารและ น้ำดื่ม โดยมีมือของผู้ป่วย ผู้สัมผัส รวมทั้งมีแมลงวันเป็นพาหะ นำโรค ระยะฟักตัว 1-5 วัน (เฉลี่ยประมาณ 1-2 วัน)



อาการ

อาการมีได้ตั้งแต่ไม่มีอาการจนถึงรุนแรง ผู้ที่ไม่มีอาการ เป็นแหล่งสะสมและแพร่เชื้อโรคไปสู่ผู้อื่น เรียกว่าเป็น **พาหะ**

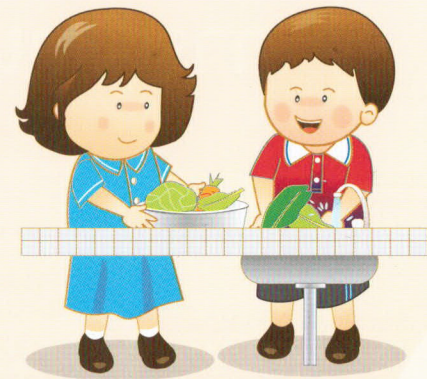
ผู้ที่มีอาการอย่างอ่อน จะปวดท้อง ถ่ายอุจจาระเหลว วันละหลายครั้ง อาการคล้ายโรคอุจจาระร่วงหรือท้องร่วง อาจหายเป็นปกติภายใน 1-2 วัน

ผู้ที่มีอาการรุนแรง จะถ่ายอุจจาระเป็นน้ำสีขุ่น คล้ายน้ำ ชาวข้าว กลิ่นเหม็นคาวจัด อาจมีอาเจียน

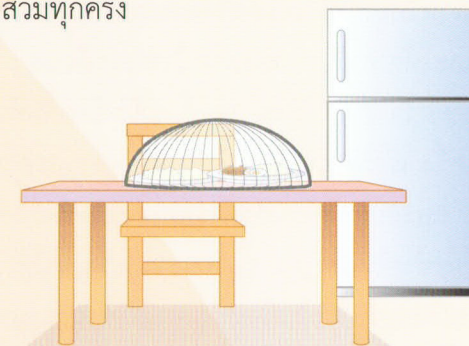
ถ้าไม่รักษา การถ่ายบ่อยจะทำให้ร่างกายสูญเสีย น้ำ และเกลือแร่ เกิดอาการอ่อนเพลีย ปากแห้ง กระหายน้ำ กระสับกระส่าย ตาลึกโหล ซีพจรเต้นเบาและเสียชีวิตได้

การป้องกัน

1. รับประทานอาหารที่สะอาด ปรุงสุกใหม่ๆ ไม่มีแมลงวันตอม สำหรับอาหารค้ำมือ ควรอุ่นให้ร้อนจัดก่อนรับประทาน ทุกครั้ง หลีกเลี่ยงอาหารดิบ หรือดิบๆ สุกๆ โดยเฉพาะ อาหารทะเล เช่น หอยแครง หอยแมลงภู่ ต้องล้างให้สะอาด ก่อนปรุงทุกครั้ง และทำให้สุกก่อนรับประทาน



- 2. ล้างผักสด ผลไม้ ให้สะอาดก่อนรับประทาน
- 3. ดื่มน้ำสะอาด เช่น น้ำต้มสุก น้ำดื่มบรรจุขวด น้ำที่ผ่าน เครื่องกรองน้ำที่ได้มาตรฐาน และเลือกน้ำแข็งที่ถูกต้องหลัก อนามัยรับประทาน
- 4. ภาชนะที่ใช้ในการกินและดื่มต้องสะอาด และเก็บไว้ในที่ มิดชิดป้องกันแมลง หนู จิ้งจก ไต้ตอม
- 5. ล้างมือฟอกสบู่ให้สะอาด ก่อนปรุงอาหาร ก่อนรับประทาน อาหาร ก่อนใช้มือหยิบอาหารป้อนเด็ก และหลังใช้ห้องน้ำ น้ำ ห้องส้วมทุกครั้ง



- 6. ใช้ฝาชีครอบอาหารหรือใส่ตู้กับข้าวหรือตู้เย็นป้องกัน แมลงวันตอมอาหาร และต้องอุ่นให้ร้อนก่อนรับประทาน
- 7. ถ่ายอุจจาระในห้องส้วมที่ถูกสุขลักษณะ
- 8. ถังขยะควรมีฝาปิด และกำจัดขยะมูลฝอย สิ่งปฏิกูลอย่าง ถูกวิธี เพื่อไม่ให้แหล่งเพาะพันธุ์ของแมลงวัน