

การป้องกัน



- ♥ ทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลาย
 - ทำจัดขยะที่มียุง
 - ใช้ทรายอะเบทใส่บ่อน้ำ หรือปล่อยปลาหางนกยูง เพื่อกำจัดลูกน้ำ
 - ใช้สารเคมีพ่นกำจัด
- ♥ ป้องกันการถูกยุงกัด
 - จุดยากันยุง, กาโลชั่นกันยุง
 - ปกป้องร่างกายด้วยเสื้อผ้าแขนยาว ขายาว

สสส

๗ วิธีป้องกันโรคไข้เลือดออก

ช่วงรอยต่อระหว่างหน้าร้อนและหน้าฝนจะมีฝนฟ้าคะนองเป็นพัก ๆ ช่วงนี้แหละที่มักจะเป็นช่วงระบาดของของหลายโรค หนึ่งในนั้นก็คือ โรคไข้เลือดออก ซึ่งไม่มีใครอยากเป็น โดยเฉพาะกับเด็ก ๆ ดังนั้นเรามาหาวิธีป้องกันกันดีกว่า และเป้าหมายหลักของเราก็คือการกำจัดยุงลายที่เป็นพาหะของโรคนั้นนั่นเอง

๑. **กำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลาย** แน่นนอนว่าผลของฝนที่ตกลงมาแค่บางวัน หรือบางช่วง ทำให้มีน้ำท่วมขังในหลาย ๆ แห่ง ไม่ว่าจะเป็นในภาชนะต่าง ๆ บ่อ หรือหลุมตามพื้น ดังนั้นเมื่อฝนเริ่มตกคุณควร

๑. ควรเทน้ำที่ขังอยู่ในภาชนะต่าง ๆ รอบบ้านลงพื้นดิน และคว่ำภาชนะไว้
๒. ปิดฝาอ่าง หรือโอ่งที่รองน้ำไว้ใช้
๓. หากมีหลุมที่น้ำสามารถท่วมขังได้ ให้กลับทำลาย

๔. จุดที่จำเป็นต้องหล่อน้ำไว้ ให้นำทรายอะเบทเทใส่ลงไปใต้น้ำ และควรเปลี่ยนน้ำบ่อยๆ
๕. สำหรับอ่างบัว หรือพืชน้ำต่าง ๆ ควรเลี้ยงปลาหางนกยูง ปลากัดไว้ช่วยกำจัดลูกน้ำ

๒. **ฉีดพ่นหมอกควันกำจัดยุง** การฉีดพ่นหมอกควันกำจัดยุงจะช่วยลดปริมาณยุงได้ ๓-๗ วัน และเป็นการตัดวงจรการระบาดในที่ ๆ มีผู้ป่วยไข้เลือดออก เพราะหากพื้นที่นั้นมีคนเป็นไข้เลือดออก แปลว่ายุงในบริเวณนั้นมีเชื้ออยู่

๓. **ใส่เสื้อผ้ามิดชิด** หากบริเวณที่พักอาศัย หรือที่ทำงานมียุง การแต่งกายด้วยเสื้อแขนยาว กางเกงขายาวจะช่วยให้ยุงกัดเราได้ยากขึ้น

๔. **นอนในมุ้ง** อาจฟังดูโบราณ แต่หากพื้นที่บ้านมียุงมาก การนอนในมุ้งก็ช่วยให้อุ่นใจว่ายุงจะไม่มากัด หรือสร้างความรำคาญตอนนอนได้

๕. **ใช้สเปรย์ หรือโลชั่นกันยุง** ฉีดสเปรย์ หรือทาโลชั่นกันยุงลงบนผิวเพื่อช่วยไล่ยุง ไม่ให้มากัด

๖. **ปรับปรุงบ้าน** สำรวจดูตามรอยต่อประตูหน้าต่างว่ามีรูที่ยุงสามารถบินเข้ามาได้หรือไม่ หากมีควรซ่อมแซมให้เรียบร้อย และควรติดตั้งมุ้งลวดที่ประตูหน้าต่างเพื่อกันยุงและแมลงต่าง ๆ

๗. **ปลูกพืชช่วยไล่ยุง** หากพอมมีพื้นที่ พืชสวนครัวหลายชนิดก็ช่วยไล่ยุงได้เช่นกัน เพียงแค่คอยขยี้ใบให้กลิ่นจากใบออกมา ไม่ว่าจะเป็น ตะไคร้หอม โหระพา สะระแหน่ ใบแมงลัก นอกจากนี้ยังมีเจอรานิยม ลาเวนเดอร์ และโรสแมรี่ ฯลฯ

สุดท้ายอย่าลืมดูแลสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง หมั่นออกกำลังกาย และกินอาหารที่มีประโยชน์ด้วยนะ



องค์การบริหารส่วนตำบลปากทาง



รู้ทันภัยร้าย ไข้เลือดออก

๑. สาเหตุ
๒. อาการ
๓. การรักษา
๔. การป้องกัน
๕. วิธีป้องกันโรคไข้เลือดออก

สอบถามรายละเอียดที่ อบต. ปากทาง
โทร. ๐-๕๖๖๐-๘๘๘๘
โทรสาร. ๐-๕๖๖๐-๘๘๘๘ ต่อ ๑๐๗

รู้ทันภัยร้าย ใช้เลือดออก

ภัยร้ายที่ระบวมมากในหน้าฝนคงหนีไม่พ้นโรคไข้เลือดออก โดยจากสถานการณ์โรคไข้เลือดออกในปี ๒๕๖๒ นี้ พบผู้ป่วยแล้ว ๒๖,๔๓๐ ราย เสียชีวิต ๔๑ ราย (ข้อมูลจากสำนักกระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค ณ วันที่ ๕ มิถุนายน ๒๕๖๒) นับเป็นอีกโรคที่อันตรายมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเด็กที่มีภูมิคุ้มกันต่ำกว่าผู้ใหญ่

สาเหตุ



- ♥ เกิดจากเชื้อไวรัสเดงกี (dengue virus) ที่มียุงเป็นพาหะนำเชื้อ
- ♥ เนื่องจากมีถึง 4 สายพันธุ์ จึงมีโอกาสเป็นซ้ำได้อีกครั้ง

สโลส

สาเหตุ

ยุงลาย เป็นพาหะตัวร้ายที่เราควรหลีกเลี่ยง ส่วนใหญ่แล้วคนปกติที่มีร่างกายแข็งแรงจะมีภูมิคุ้มกันโรค แต่เด็กหรือคนที่มีสภาพร่างกายไม่แข็งแรง เชื้อไข้เลือดออกจะเข้าทำลายระบบการไหลเวียนของเลือดได้ง่าย

อาการ

39-40 °C
ไข้สูง 2-7 วัน

เบื่ออาหาร
คลื่นไส้ อาเจียน

ปวด
เมื่อยตามข้อ
ชายช่โครงขวา

มีจุดเลือดตามตัวหนึ่ง

♥ **กรณีอาการรุนแรง (อันตรายถึงชีวิต)**

- มีเลือดกำเดาไหล ถ่ายหรืออาเจียนเป็นเลือด
- ทวารระบบไหลเวียนโลหิตล้มเหลวหรือภาวะช็อก ช่วงไข้ลด จะมียอาการกระสับกระส่าย มือเท้าเย็น ชีพจรเต้นเบาและเร็ว เกล็ดเลือดต่ำ

สโลส

อาการ

อาการเบื้องต้นที่พบหลังติดเชื้อไข้เลือดออกมักมีอาการเหมือนไข้หวัดทั่วไป แต่มีข้อสังเกตดังนี้

- มีไข้สูงฉับพลัน ๓๘.๕-๔๐ องศา ประมาณ ๒-๗ วัน ไม่ไอ ไม่มีน้ำมูก
- เบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน มีจุดเลือดตามตัว

กรณีอาการรุนแรง จะมีเลือดกำเดาไหล ถ่ายหรืออาเจียนเป็นเลือด มีอาการตบโด เมื่อกดจะเจ็บชายช่โครงขวา และหากรุนแรงมากจะเกิดภาวะระบบไหลเวียนโลหิตล้มเหลวหรือภาวะช็อก ช่วงไข้ลด จะมียอาการกระสับกระส่าย มือเท้าเย็น ชีพจรเต้นเบาและเร็ว เกล็ดเลือดต่ำ รวมไปถึงไตวาย ซึ่งนับเป็นอันตรายที่นำไปสู่การเสียชีวิตได้

การรักษา



ให้ยาลดไข้ พาราเซตามอล ห้าม ใช้ยาแอสไพริน หรือไอบูโพรเฟน เพราะจะทำให้เลือดออกง่ายขึ้น

ดื่มน้ำมากๆ

ที่สำคัญ!

- ♥ ควรปรึกษาแพทย์ทันทีเมื่อเริ่มมีอาการ
- ♥ ฝ้าดูอาการอย่างใกล้ชิด

สโลส

การรักษา

การรักษาเบื้องต้น คือ ให้ยาลดไข้ พาราเซตามอล ห้าม ใช้ยาแอสไพริน หรือไอบูโพรเฟน เพราะจะทำให้เลือดออกง่ายขึ้น ดื่มน้ำมากๆ และคอยเฝ้าดูอาการอย่างใกล้ชิด อย่างไรก็ตาม ผู้ป่วยควรไปพบแพทย์ทันที เมื่อเริ่มมีอาการ

การป้องกัน

การป้องกันที่ดีที่สุด คือการกำจัดและหลีกเลี่ยงการถูกยุงลายกัด ได้แก่

- ทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลาย โดย กำจัดภาชนะที่มีน้ำขัง, ใช้ทรายอะเบทใส่บ่อน้ำ หรือปล่อยปลาหางนกยูงเพื่อกำจัดลูกน้ำ
- ใช้สารเคมีพ่นกำจัด
- ป้องกันการถูกยุงกัด โดยจุดยากันยุง, ทาโลชั่นกันยุง และปกป้องกันร่างกายด้วยเสื้อผ้าแขนยาว ขายาว