

# การป้องกัน

1. ควบคุมสิ่งแวดล้อม โดยการกำจัดและลดแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลาย โดยใช้หลัก 5ป. 1ข.

ปิด



ปิดภาชนะใส่น้ำให้มิดชิด

เปลี่ยน



เปลี่ยนน้ำในภาชนะต่างๆอยู่เสมอ

ปล่อย



ปล่อยปลากินลูกน้ำในภาชนะที่ไม่สามารถปิดฝาได้

ปรับ



ปรับปรุงสิ่งแวดล้อมให้ปลอดแหล่งเพาะพันธุ์ยุง

ปฏิบัติ



ปฏิบัติเป็นประจำ

ขัด



ขัดภาชนะทุกครั้งที่เปลี่ยนน้ำเพื่อทำลายไข่ยุงลาย

2. การใช้สารเคมี เติมทรายกำจัดลูกน้ำยุงลาย ใช้สารเคมีพ่น หรือจุดยากันยุงเพื่อกำจัดยุงตัวเต็มวัย



3. การป้องกันส่วนบุคคล โดยการระมัดระวังอย่าให้ยุงกัด



สวมเสื้อแขนยาว กางเกงขายาว



นอนกางมุ้ง



การใช้ไม้ตียุง



ทายากันยุง



ติดต่อ

งานส่งเสริมสุขภาพและงานสาธารณสุข  
สำนักปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลท่าก้อ  
179 หมู่ที่ 26 ตำบลท่าก้อ อำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย 57180  
โทร 0-5372-4217-8, โทรสาร 0-5372-4217-8



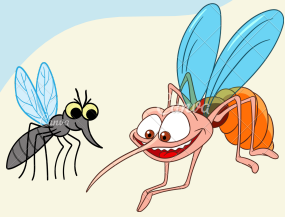
คู่มือประชาชนเพื่อป้องกัน

## โรคไข้เลือดออก



โดย

งานส่งเสริมสุขภาพและงานสาธารณสุข  
องค์การบริหารส่วนตำบลท่าก้อ อำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย



## รู้จักโรคไข้เลือดออกหรือไม่ ?

โรคไข้เลือดออกเกิดจากเชื้อไวรัสเดงกี โดยมี ยุงลายเป็นพาหะนำโรคมารสู่มักพบในประเทศเขตร้อนและระบอบในช่วงฤดูฝนของทุกปี ซึ่งมีอยู่ 4 สายพันธุ์ คือ DENV-1, DENV-2, DENV-3 DENV-4 การติดเชื้อมากครั้งแรกมักจะมีอาการไม่รุนแรง แต่ถ้าติดเชื้อมากครั้งที่ 2 โดยเชื้อที่ต่างสายพันธุ์กับครั้งแรก อาการมักจะรุนแรงถึงขั้นเลือดออกหรือช็อกหรือเสียชีวิต

## การแพร่พันธุ์ยุงลาย

เมื่อยุงลายดูดเลือดผู้ป่วยที่มีเชื้อไวรัสเดงกี เชื้อจะเข้าไปฝังตัวภายในกระเพาะและต่อมน้ำลายของยุงโดยมีระยะฟักตัวประมาณ 8-12 วัน เมื่อยุงที่มีเชื้อไวรัสไปกัดคนอื่น ๆ ต่อ เชื้อไวรัสก็จะเข้าสู่กระแสเลือดของผู้ที่โดนกัด ก่อให้เกิดการแพร่ระบาดของโรคไข้เลือดออกตามมา

## วงจรการเกิดไข้เลือดออก



## รู้ได้อย่างไรว่าเป็นไข้เลือดออก ?



## อาการจะต่างกัน โดยส่วนใหญ่ที่พบ คือ

- มีไข้สูงเฉียบพลันเกิน 38 องศาเซลเซียส ประมาณ 2-7 วัน
- คลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร
- หน้าแดง พบจุดแดงเล็กๆ ตามผิวหนัง
- มีเลือดออกบริเวณอื่น เช่น เลือดกำเดาไหล เลือดออกตามไรฟัน ปัสสาวะ
- ถ่ายอุจจาระเป็นเลือด ซึ่งมักจะเป็นสีดำ (melena) อาการเลือดออกในทางเดินอุจจาระมีเลือดปน
- ปวดท้องอย่างรุนแรง กดเจ็บชายโครงด้านขวา
- บางรายอาจเกิดภาวะช็อก โดยจะมีอาการ กระสับกระส่าย ปลายมือปลายเท้าเย็น ปัสสาวะน้อยลง ไข้ลดลงอย่างรวดเร็ว ความดันโลหิตลดต่ำ วัดชีพจรไม่ได้
- ผู้ป่วยที่ไม่มีภาวะช็อก หลังจากมีไข้สูง 2-7 วัน ไข้จะเริ่มลดลง เมื่อผ่านไป 2-3 วัน จึงเข้าสู่ระยะหายเป็นปกติ

## การดูแลรักษาโรคไข้เลือดออก

ปัจจุบันยังไม่มียาต้านเชื้อไวรัสโรคไข้เลือดออกโดยตรง โดยทั่วไปจะรักษาตามอาการและความรุนแรง ถ้าอาการไม่รุนแรงจะหายได้เองโดยไม่ต้องใช้ยารักษา

## สำหรับการดูแลอาการเบื้องต้น



ผู้ป่วยควรดื่มน้ำผลไม้หรือน้ำเกลือแร่เพื่อป้องกันภาวะขาดน้ำ



เช็ดตัวด้วยน้ำอุ่นเพื่อลดไข้เป็นระยะๆ



รับประทานอาหารอ่อน งดอาหารหรือเครื่องดื่มที่มีสีคล้ายเลือดเพื่อไม่ให้เกิดการวินิจฉัยคลาดเคลื่อน



อาจรับประทานยาลดไข้ เช่น ยาพาราเซตามอลได้ในปริมาณที่แพทย์สั่งเท่านั้น



**ห้าม** รับประทานยาแอสไพรินและยากลุ่ม NSAID เด็ดขาด เพราะอาจทำให้เลือดออกง่ายและมากขึ้น

DENGUE HEMORRHAGIC FEVER

