

## การป้องกัน

① รับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ๆ และดื่มน้ำสะอาด เช่น น้ำต้มสุก ภาชนะที่ได้ อาหารควรล้างสะอาด ทุกครั้งก่อนใช้ หลีกเลียงอาหารหมักดอง สุกๆ ดิบๆ อาหารที่ปรุงทิ้งไว้นานๆ อาหารที่มีแมลงวันตอม



② ล้างมือฟอกสบู่ให้สะอาด ทุกครั้งก่อนกินอาหาร หรือก่อนปรุงอาหาร และหลังเข้าส้วม



③ ไม่เหตุจําจํา ปล่อยส้วมและสิ่งปฏิกูลลงในแม่น้ำลำคลอง หรือทิ้งเรี่ยราด ต้องถ่ายลงในส้วมที่ถูกต้อง สุขลักษณะ และกำจัดสิ่งปฏิกูลโดยการเผาหรือฝังดิน เพื่อป้องกันการแพร่ของเชื้อโรค

④ ระวังไม่ให้น้ำเข้าปาก เมื่อลงเล่นหรืออาบน้ำในลำคลอง



## นำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลเมื่อรักษาเบื้องต้นแล้วยังมีอาการเหล่านี้

① กระจายน้ำ อ่อนเพลีย

ตาลึกโหล ในเด็กถ้ามีพฤติกรรม

ไม่ยอมกิน ไม่ยอมนอน

ร้องปლობไม่นิ่ง



② อาเจียน ตื่นน้ำและกินอาหารไม่ได้



③ ยังคงถ่ายอุจจาระอยู่ตลอดเวลา

ถ่ายจำนวนมากและบ่อยกว่า 1 ครั้งต่อ 2 ชั่วโมง



④ มีไข้สูงและถ่ายอุจจาระเป็นมูกเลือด



# โรคอหิวาตกโรค



# โรคอหิวาตกโรค



โรคติดต่อที่เกิดขึ้นจากเชื้อแบคทีเรีย (เชื่อก่อนโรค vibrio cholerae) เข้าสู่ร่างกายโดยการกิน เพื่อจะไปอยู่บริเวณลำไส้ และจะสร้างพิษออกมา ทำปฏิกิริยากับเยื่อผนังลำไส้เล็ก ผู้ที่ได้รับเชื้อ จะเกิดอาการอุจจาระร่วงได้ตั้งแต่ 24 ชั่วโมง ถึง 5 วัน แต่โดยเฉลี่ยแล้วจะเกิดอาการภายใน 1-2 วัน

## สาเหตุ

กินอาหารหรือน้ำที่มีเชื้ออหิวาตกโรค หรือพิษของเชื้ออหิวาตกโรคปะปนอยู่ เช่น อาหารที่มีแมลงวันตอม อาหารสุกๆ ดิบๆ อาหารกระป๋องที่เสียแล้ว



## อาการ

① เป็นอย่าง**ไม่รุนแรง** มักหายภายใน 1 วัน หรืออย่างช้า 5 วัน มีอาการถ่ายอุจจาระเหลวเป็นน้ำวันละหลายครั้ง แต่จำนวนอุจจาระไม่เกินวันละ 1 ลิตร ในผู้ใหญ่อาจมีปวดท้องหรือ คลื่นไส้อาเจียน

② เป็นอย่าง**รุนแรง**อาการระยะแรก มีอุจจาระร่วง

มีเนื้ออุจจาระมาก ต่อมามีลักษณะเป็น

น้ำขาวขุ่น เพราะว่ามีมูกมาก

มีกลิ่นเหม็นคาว ถ่ายอุจจาระได้

โดยมักไม่มีอาการปวดท้อง

บางครั้งไหลพุ่งออกมาโดยไม่รู้สึกรู้ตัว มีอาเจียน

โดยไม่คลื่นไส้ อุจจาระออกมากถึง 1 ลิตร ต่อชั่วโมง

และจะหยุดเองใน 1 - 6 วัน ถ้าได้น้ำ และเกลือแร่

ชดเชยอย่างเพียงพอ แต่ถ้าได้น้ำและ เกลือแร่ทดแทน

ไม่ทันกับที่เสียไป จะมีอาการ ขาดน้ำอย่างมาก

ลูกหนังไม่ไหว บัสสาวะน้อย หรือไม่มีเลย อาจมีอาการ

เป็นลม หน้ามืด จนถึงช็อค ซึ่งเป็นอันตรายถึงชีวิตได้



## ข้อควรปฏิบัติเบื้องต้นเมื่อท้องเสีย

① งดอาหารที่มีรสจัดหรือเผ็ดร้อน หรือ ของหมักดอง

② ป้องกันภาวะขาดน้ำและทดแทนน้ำ และ

อิเล็กโทรลัยท์ ที่เสียไปจากการถ่ายอุจจาระ

2.1) เด็กทารกที่กินนม :

ทารกที่กินนมแม่ให้กินนมแม่

ต่อไป ทารกกินผสมให้ผสมปกติ

แต่ให้ลดปริมาณลงครึ่งหนึ่งแล้ว

ให้กินผงน้ำตาลเกลือแร่

(ORS) แทนอีกครึ่งหนึ่งสลับกัน

ทุก 2 ชั่วโมง ในวันแรก วันต่อไปค่อยเพิ่มปริมาณนมขึ้น

และลดปริมาณ ORS ลง ให้กินอาหารพวก ข้าวต้ม โจ๊ก

มื้อ มื้อละน้อยๆก่อนและเพิ่มอีกวันละ 1 มื้อ



2.2) เด็กโตและผู้ใหญ่ :

กินของเหลวที่มีอยู่ที่บ้าน

น้ำข้าวใสเกลือ น้ำแกงจืด

น้ำตาลและเกลือแร่ที่เตรียมเอง

(เกลือ 1 ช้อนชา น้ำตาลทราย 2 ช้อนโต๊ะ ผสมน้ำต้มสุก

ประมาณ 1 ขวดน้ำปลา) หรือผงน้ำตาลเกลือแร่(ORS)

ผสมกับน้ำต้มสุก ตามที่ระบุ

ข้างซอง และให้ผู้ป่วยจิบ

สารละลาย ORS ในปริมาณน้อยๆ

ไปเรื่อยๆ แต่จิบบ่อยๆ และควรเตรียมสารละลาย ORS

ใช้ใหม่ หากเตรียมแล้ว ใช้ไม่หมดภายใน 24 ชั่วโมง

