

การป้องกันโรค

โรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 แม้จะเป็นสายพันธุ์ใหม่ แต่ไม่ได้เกี่ยวข้องกับหมูโดยตรงเพราะเป็นไข้หวัดใหญ่ที่ติดต่อจากคนสู่คน

ดังนั้นจึงสามารถรับประทานหมูได้ หากไม่แน่ใจให้ปรุงเนื้อหมูให้สุกเสียก่อน คือ ผ่านความร้อนที่อุณหภูมิ 70 องศาเซลเซียสขึ้นไปหรือต้มในน้ำเดือดก็จะสามารถทำลายเชื้อให้หมดไปได้



วิธีการป้องกันการติดต่อของโรคได้ดีที่สุด คือ

- 1.การรักษาสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงอยู่เสมอ โดยการออกกำลังกาย
- 2.ล้างมือด้วยน้ำและสบู่
- 3.รับประทานอาหารที่มีประโยชน์
- 4.นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ
- 5.หลีกเลี่ยงการไปในที่ชุมชน หรือสถานที่แออัด



คำแนะนำเพิ่มเติมในการป้องกันโรค

- 1.เมื่อเป็นหวัดเวลาจามจะต้องใช้ผ้าเช็ดหน้าปิดเพื่อป้องกันการติดต่อ
- 2.หมั่นล้างมือบ่อยๆ ทั้งก่อนรับประทานอาหาร หลังเข้าห้องน้ำ หรือถ้าเห็นว่ามีสัมผัสสิ่งสกปรกต่างๆ
- 3.หากมีอาการรุนแรง ใช้ไม่ลดภายใน 2 วัน ควรรีบปรึกษาแพทย์ทันที โดยเฉพาะผู้ที่เดินทางกลับจากประเทศที่มีการระบาด
- 4.สำหรับผู้ป่วยควรใส่หน้ากากอนามัย และทิ้งกระดาษชำระที่เปื้อนลงถังขยะ

ข้อควรปฏิบัติอย่างเคร่งครัด

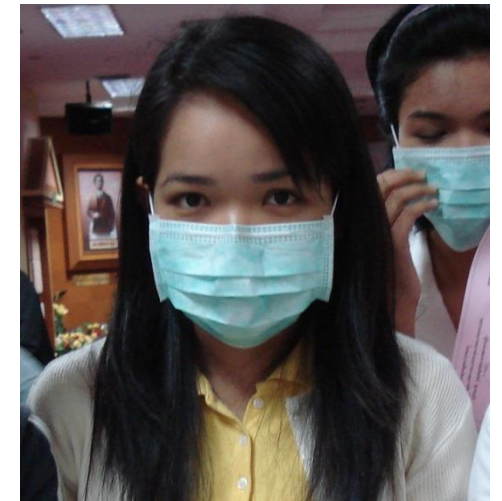
- 1.ล้างมือเป็นประจำ
- 2.ไม่แคะ แกะ เกา จมูก
- 3.ไอ จาม ปิดปาก ด้วยผ้าเช็ดหน้า หรือกระดาษทิชชู



ด้วยความปรารถนาดีจาก

คณะกรรมการสาธารณสุขระดับอำเภอบางกะทุ่ม

มารู้จัก.....
โรคไข้หวัดใหญ่
สายพันธุ์ใหม่ 2009



- งานสุขศึกษาและประชาสัมพันธ์
- โรงพยาบาลบางกะทุ่ม



บารุจิกโรค

"โรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009"



"โรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009"

เป็นไข้หวัดใหญ่ชนิดเอ สามารถพบได้ทั้งในหมู่มนุษย์และหมู่นก ซึ่งมีหลากหลายสายพันธุ์ ทั้ง H1N1 (เอช 1 เอ็น 1), H1N2 (เอช 1 เอ็น 2) , H3N1 (เอช 3 เอ็น 1) และ H3N2 (เอช 3 เอ็น 2) โรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 ส่วนใหญ่มักแพร่ระบาดฤดูหนาว แต่สามารถพบเชื้อได้ตลอดทั้งปี สำหรับโรคโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 ที่กำลังแพร่ระบาดในประเทศเม็กซิโก และสหรัฐอเมริกา นั้น เกิดจากเชื้อไข้หวัดใหญ่ **ชนิดเอ สายพันธุ์ H1N1(เอช 1 เอ็น 1)** ซึ่งเป็นไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ของคน ซึ่งไม่เคยพบมาก่อน เนื่องจากเป็นการผสมกันของสารพันธุกรรมไข้หวัดใหญ่ในมนุษย์, ไข้หวัดนกที่พบในทวีปอเมริกาเหนือ และโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 ที่พบในทวีปเอเชีย และยุโรป ทำให้องค์การอนามัยโลกต้องเฝ้าระวังการแพร่ระบาดของโรคอย่างใกล้ชิด เนื่องจากหวั่นวิตกว่า เชื้อ H1N1 (เอช 1 เอ็น 1) อาจจะกลายพันธุ์เป็นสายพันธุ์ที่อันตรายยิ่งขึ้น

กลุ่มเสี่ยงติดเชื้อ

กลุ่มเสี่ยงติดเชื้อ โรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 คือ

-ผู้ที่เดินทางมาจากประเทศ เม็กซิโก แคนนาดา สเปน นิวซีแลนด์ สกอตแลนด์ อิสราเอล และอเมริกา

การติดต่อของโรค



โรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 นั้นจะมีการติดต่อเหมือนกับโรคไข้หวัดใหญ่ในคนทั่วไป และ เชื้อจะมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ตามปกติคนจะไม่ติดเชื้อโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 ยกเว้นผู้ที่ไปสัมผัสใกล้ชิดกับหมู ก็อาจติดเชื้อโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 มาได้ แต่มักไม่ค่อยพบกรณีนี้ทั้งยังไม่ค่อยพบกรณีโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 ระบาดจากคนสู่คนอีกด้วย แต่กรณีโรคไข้หวัดใหญ่ที่ระบาดในเม็กซิโก อยู่ขณะนี้ เป็นที่ชัดเจนว่า มีการติดต่อจากคนสู่คน เพราะผู้ป่วยบางรายไม่เคยมีประวัติสัมผัสหมูแต่อย่างใด

การแพร่เชื้อ

มีการแพร่เชื้อติดต่อเช่นเดียวกับ โรคไข้หวัดใหญ่

1. แพร่ไปยังผู้อื่นโดยการไอ หรือ จามรดกัน (เชื้อจะอยู่ในเสมหะ น้ำมูก น้ำลาย)
2. ติดจากมือและสิ่งของที่มีเชื้อปนเปื้อนอยู่ และ เชื้อจะเข้าสู่ร่างกายทางจมูก และตา หากนำมือที่มีเชื้อไปสัมผัส

อาการของโรค

เมื่อเชื้อโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 เข้าสู่ร่างกายจะมีระยะฟักตัวประมาณ 1 สัปดาห์ ก่อนจะปรากฏอาการที่คล้ายกับผู้ป่วยโรคไข้หวัดใหญ่ธรรมดา แต่มีอาการรุนแรงกว่า และรวดเร็วกว่า นั่นคือ มีไข้สูง ปวดเมื่อยตามร่างกาย ไอ มีน้ำมูก มีเสมหะ ปวดบวม คลื่นไส้ อาเจียน จากนั้นเชื้อจะแพร่เข้าสู่กระแสโลหิต จึงทำให้เกิดเยื่อหุ้มสมองอักเสบ ผู้ป่วยจะมีการทรงตัวผิดปกติ เดินเอนไปเอนมา เหมือนคนเมาสุรา นอกจากนี้อาจสูญเสียการได้ยิน จนถึงขั้นหูหนวกได้ และอาจเป็นอันตรายถึงชีวิตหากไม่ได้รับการรักษาอย่างทัน่วงที

