รู้จักโรคมือ เท้า ปาก
โรคมือ เท้า ปาก เกิดจากการติดเชื้อไวรัสในกลุ่มเอนเทอโรไวรัส (Enterovirus) และคอคซาคีไวรัส (Coxsackievirus) มักพบในเด็กอายุต่ำกว่า 10 ปี พบได้บ่อยในเด็กทารกและเด็กเล็ก ซึ่งมักมีอาการรุนแรงมากกว่าเด็กโต ในผู้ใหญ่พบโรคนี้ได้บ้าง

การติดต่อ
โรคมือ เท้า ปาก เป็นโรคที่ติดต่อกันได้จากการรับประทานอาหารหรือน้ำดื่มที่ปนเปื้อนเชื้อโรคที่มาจากน้ำมูก น้ำลาย และอุจจาระของผู้ป่วย รวมถึงการสัมผัสน้ำมูก น้ำลายจากการไอ จามของผู้ป่วย หรือการสัมผัสตุ่มพุพองหรือแผลของผู้ป่วย โดยโรคนี้จะมีระยะฟักตัว 3-6 วันหลังจากได้รับเชื้อ

ทั้งนี้ สถานที่ที่มักพบการระบาดของโรค ได้แก่ สถานรับเลี้ยงเด็ก และโรงเรียนอนุบาล



## **อาการของโรค**อาการเริ่มต้นของโรคมือ เท้า ปาก จะคล้าย

ไข้หวัด คือ มีไข้ประมาณ 2-4 วัน และปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ จากนั้นจะมีผื่นแดงอักเสบที่ลิ้น เหงือก และกระพุ้งแก้ม ต่อมาเกิดผื่นแดงที่ฝ่ามือและฝ่าเท้า ในบางรายอาจพบที่ก้นด้วย โดยผื่นที่เกิดขึ้นเหล่านี้จะกลายเป็นตุ่มพองใสและแตกออกเป็นแผลหลุมตื้นๆ



โรคมือ เท้า ปาก อาจทำให้เกิดอาการแทรกซ้อนที่รุนแรง เช่น เยื่อหุ้มสมองอักเสบ สมองอักเสบ อัมพาตกล้ามเนื้ออ่อนปวกเปียก หรือกล้ามเนื้อหัวใจอักเสบ ไปจนถึงเสียชีวิตได้

##

## ****การรักษา****[โรคมือ เท้า ปาก](https://www.bumrungrad.com/th/children-pediatric-health-care-surgery-center-bangkok-thailand/hand-foot-mouth) เนื่องจากในปัจจุบันยังไม่มียาที่มีฤทธิ์ต้านหรือทำลายเชื้อไวรัสนี้ และยังไม่มีวัคซีนที่จะได้ผลในการป้องกันเชื้อไวรัสในกลุ่มนี้ ดังนั้น การรักษาจึงเป็นการรักษาอาการทั่วๆไปตามแต่อาการของผู้ป่วย เช่น เจ็บคอมาก กินอะไรไม่ได้ เด็กดูเพลียจากการขาดอาหารและน้ำ ก็จะให้พยายามป้อนน้ำ นมและอาหารอ่อนที่กิน

##

##  ในรายที่เพลียมากอาจให้นอนรักษาตัวในโรงพยาบาลและให้น้ำเกลือทางหลอดเลือด ร่วมกับให้ยาลดไข้แก้ปวด และ/หรือหยอดยาชาในปากเพื่อลดอาการเจ็บแผลในปาก เฝ้าระวังสังเกตอาการของโรคแทรกซ้อนทางสมองและหัวใจ

##

## ****การรักษา (ต่อ)****

##  ส่วนรายที่เริ่มมีอาการทางสมอง เช่น ซึมลงมาก อาเจียนเยอะ มีอาการผวา สะดุ้งบ่อยๆ แม้เวลานอนอยู่เฉยๆ หรือในเด็กโตที่สามารถบอกได้ว่าปวดหัวมาก หรือมีอาการเพ้อ พูดจาสับสน ฯลฯ ก็จะต้องระวังมากขึ้น

##  ส่วนในกรณีที่เด็กมีกล้ามเนื้อหัวใจอักเสบ ซึ่งสังเกตได้จากเด็กมีอาการเหนื่อยง่าย เดินไม่ไหว ให้อุ้มตลอดหรือหายใจดูเหนื่อยๆ หายใจเร็ว ชีพจร (อัตราการเต้นของหัวใจ) เบาเร็ว ปลายมือปลายเท้าดูซีดๆ เย็นๆ ความดันโลหิตต่ำ ก็จะต้องรีบย้ายผู้ป่วยเข้าไอซียูเพื่อการติดตามดูแลอย่างใกล้ชิด

## **การป้องกัน**

##  ในปัจจุบันยังไม่มีวัคซีนเพื่อป้องกันโรคมือ เท้า ปาก อย่างไรก็ตามผู้ปกครองสามารถป้องกันโรคมือ เท้า ปาก รวมถึงป้องกันอาการแทรกซ้อนที่อาจรุนแรงถึงเสียชีวิตได้โดย

##

##  **การป้องกัน (ต่อ)**

* หลีกเลี่ยงการให้เด็กคลุกคลีหรือใกล้ชิดกับผู้ป่วย
* รักษาอนามัยส่วนบุคคล โดยเฉพาะผู้เลี้ยงดูเด็กเล็กควรล้างทำความสะอาดมือก่อนหยิบจับอาหารให้เด็กรับประทาน และรับประทานอาหารที่สุก สะอาด ปรุงใหม่ๆ ไม่มีแมลงวันตอม ดื่มน้ำสะอาด
* ไม่ใช้ภาชนะในการรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่น โดยเฉพาะช้อน จาน ชาม แก้วน้ำ ขวดนม
* เมื่อเช็ดน้ำมูกหรือน้ำลายให้เด็กแล้วต้องล้างมือให้สะอาดโดยเร็ว
* ผ้าอ้อมหรือเสื้อผ้าที่เปื้อนอุจจาระต้องรีบซักให้สะอาดโดยเร็ว และทิ้งน้ำลงในโถส้วม ห้ามทิ้งลงท่อระบายน้ำ





 โรคมือ เท้า ปาก ที่ต้องรู้

 องค์การบริหารส่วนตำบล

 ไผ่ใหญ่ อำเภอม่วงสามสิบ

 จังหวัดอุบลราชธานี