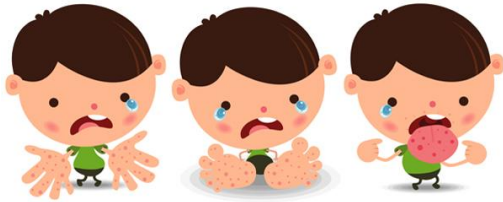


# โรคมือ เท้า ปาก

(Hand, Foot and Mouth Disease)



**โรคมือ เท้า ปาก** : โรคนี้พบบ่อยในเด็กทารกและเด็กเล็ก ในเขตร้อนชื้นพบโรคนี้ตลอดปี ไม่มีฤดูกาลที่ชัดเจน และมักเกิดบ่อยขึ้นในช่วงอากาศเย็น และขึ้นในเขตหนาวพบมากในช่วงฤดูร้อน และต้นฤดูใบไม้ร่วง ในประเทศไทยไม่พบลักษณะการระบาดตามฤดูกาลที่ชัดเจน แต่สังเกตว่าพบผู้ป่วยมากขึ้นตั้งแต่ต้นฤดูฝนจนถึงฤดูหนาว โดยเริ่มพบผู้ป่วยมากตั้งแต่เดือนมิถุนายนและมีแนวโน้ม

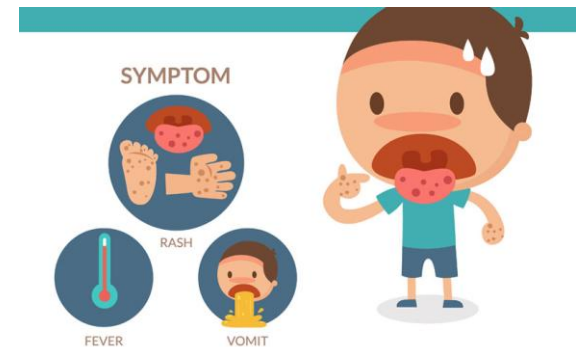
เพิ่มขึ้นสูงสุดในเดือนธันวาคม ผู้ป่วยส่วนใหญ่มีอาการไม่รุนแรง และแทบไม่มีผู้เสียชีวิตเลย ในประเทศไทย

**สาเหตุ** : เกิดจากเชื้อเอนเทอโรไวรัสหลายชนิด (Enter virus) ที่พบบ่อยคือ ไวรัสคอกแซกกี เอ 16 (Coxsackie viruses A16) ไวรัสคอกแซกกี เอ สายพันธุ์อื่น ไวรัสเอกโค (Echovirus) และ ไวรัสเอนเทอโร 71 (EV 71) เป็นต้น

**ระยะฟักตัว** : ประมาณ 3-6 วัน หลังได้รับเชื้อ

**การติดต่อ** : เชื้อไวรัสเข้าสู่ร่างกายทางปากจากการที่เชื้อติดอยู่บนมือที่ปนเปื้อนอุจจาระ น้ำลาย น้ำมูกน้ำในตุ่มพองหรือแผลของผู้ป่วย ผ่านทางเยื่อของคอหอย

และลำไส้ และจะขยาย เพิ่มจำนวนที่บริเวณคอหอยและต่อมน้ำเหลืองบริเวณใกล้เคียง ต่อมาจะเพิ่มจำนวนในลำไส้ จากนั้น เชื้อจะเข้าสู่กระแสเลือด และทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่เยื่อในปาก ผิวหนังที่มือและเท้า เชื้อจะถูกขับออกมากับอุจจาระ อาจพบเชื้อในอุจจาระได้นานถึง 6-8 สัปดาห์ ส่วนการติดต่อทางน้ำหรืออาหารมีโอกาสเกิดได้น้อย





**อาการ :** เริ่มด้วยไข้ เบื่ออาหาร อ่อนเพลีย ต่อมาอีก 1 –2 วัน มีอาการเจ็บปาก และ เบื่ออาหาร เนื่องจากมีแผลอักเสบที่ลิ้น เหงือกและกระพุ้งแก้ม ต่อมาจะเกิดผื่นแดง ซึ่งมักไม่คันที่ฝ่ามือ ฝ่าเท้า และอาจพบที่ ก้น หรือหัวเข้าได้ ผื่นนี้จะกลายเป็นตุ่มพอง ใสรอบๆ แดง และแตกออกเป็น หลุมตื้นๆ

**โรคแทรกซ้อน :** ผู้ป่วยส่วนใหญ่มีอาการ ไม่รุนแรง พบผู้ป่วยน้อยรายที่มีอาการแทรก ซ้อนรุนแรง เช่น สมออักเสบ อัมพาต กล้ามเนื้ออ่อนปวกเปียก เป็นต้น

### การป้องกันโรค

- การดูแลสุขอนามัยส่วนบุคคลที่ดี เช่น การล้างมือด้วยสบู่หรือเจลล้างมือ ทุกครั้ง ก่อน - หลัง การรับประทานอาหาร หลัง ขับถ่าย และการเล่นของเล่น หมั่นล้างมือ บ่อยๆ ตัดเล็บให้สั้น ซึ่งเป็นวิธี ป้องกันการ ติดเชื้อ และการแพร่เชื้อได้ดี
- การดูแลอนามัยสิ่งแวดล้อมที่ดี เช่น กำจัดขยะและสิ่งปฏิกูลที่ถูกต้อง ดูแลรักษา และ ทำความสะอาดอาคาร สถานที่ อุปกรณ์ เครื่องมือเครื่องใช้ และของเล่น ต่างๆ เป็นประจำและ สม่ำเสมอ ด้วยน้ำยา ทำความสะอาด หรือน้ำยาฆ่าเชื้อโรค
- ไม่ควรนำเด็กเล็กไปในที่ชุมชนในช่วงที่มี การระบาด เช่น สนามเด็กเล่น ห้างสรรพสินค้า ตลาด สระว่ายน้ำ ควรอยู่ ในที่มีอากาศถ่ายเทได้ดี
- เด็กที่ป่วยเป็นโรคมือ เท้า ปาก ควรหยุด พักรักษาตัวที่บ้านประมาณ 1 สัปดาห์ หรือ

จนกว่าจะหายเป็นปกติ เพื่อป้องกันการแพร่ เชื้อให้เด็กอื่นๆ



สำนักปลัด  
องค์การบริหารส่วนตำบลคลองพา  
อำเภอท่าชนะ จังหวัดสุราษฎร์ธานี