

ໂຮກ ມື, ຕີນ ແລະ ປາກ Hand, Foot and Mouth Disease

ໂຮກມື, ຕີນ ແລະ ປາກແມ່ນຫຍັງ?

ໂດຍທົ່ວໄປແລ້ວໂຮກມື, ຕີນ ແລະ ປາກ (hand, food and mouth disease) ແມ່ນພຍາດທີ່ບໍ່ຮ້າຍແຮງ ຊຶ່ງເກີດຂຶ້ນຈາກເຊື້ອໄວຣັສ ຊຶ່ງເອີ້ນວ່າ coxsackievirus ຫຼື enterovirus. ໂຮກນີ້ບໍ່ແມ່ນໂຮກຮ້າຍແຮງແລະບໍ່ມີຫຍັງກ່ຽວຂ້ອງກັບໂຮກຂອງສັດຊຶ່ງເອີ້ນວ່າໂຮກຕີນແລະປາກ (food and mouth disease). ໂຮກນີ້ສ່ວນໃຫຍ່ຈະເກີດກັບເດັກນ້ອຍອາຍຸຕໍ່າກວ່າ 10 ປີ ແຕ່ວ່າ ອາດເກີດກັບເດັກນ້ອຍທີ່ອາຍຸໃຫຍ່ກວ່ານັ້ນ ຫຼື ກັບຜູ້ໃຫຍ່ໄດ້ເຊັນກັນ.

ໂຮກນີ້ມີຜົນກະທົບຢ່າງໃດຕໍ່ທ່ານ?

ການຕິດເຊື້ອ Coxsackievirus ຫຼື enterovirus ອາດບໍ່ກໍ່ໃຫ້ເກີດອາການໃດໆທັງໝົດ ຫຼື ມີອາການພຽງເລັກນ້ອຍບໍ່ຮ້າຍແຮງ. ເມື່ອອາການເລີ່ມສະແດງ ຈະເຫັນວ່າມີຕຸ່ມໃສໆ ຊຶ່ງເລີ່ມຈາກຈຸດນ້ອຍໆ ແດງໆ ຊຶ່ງຕໍ່ມາກໍຈະກາຍເປັນຕຸ່ມໂພງ. ຕຸ່ມໃສໆຈະປາກົດພາຍໃນກະພິ່ງແກ້ມ, ເຫງືອກ, ແລະທາງຂ້າງຂອງລິ້ນ, ເຊັ່ນດຽວກັບຕາມມືແລະຕີນ. ຢູ່ໃນກໍລະນີຂອງເດັກນ້ອຍ, ບາງເທື່ອຕຸ່ມໃສກໍຈະເຫັນຕາມແຖວຜ້າອ້ອມ. ຕຸ່ມໃສຈະເປັນປະມານ ເຈັດ ຫາ 10 ມື້. ບາງເທື່ອ ເດັກນ້ອຍອາດຖືກຮ້າງໄຂ້ເລັກນ້ອຍ, ເຈັບຄໍ, ເມື່ອຍ, ມີສີຂີດ ແລະ ອາດຈະກິນບໍ່ໄດ້ປະມານມື້ນຶ່ງຫຼືສອງມື້. ນ້ອຍນັກນ້ອຍໜ້າ, ທີ່ເຊື້ອ coxsackieviruses ຈະເຮັດໃຫ້ເກີດອາການເຈັບປ່ວຍຢ່າງອື່ນຊຶ່ງໄປມີຜົນກະທົບຕໍ່ຫົວໃຈ, ສມອງ, ຫຼືເຍື່ອສມອງ (meningitis), ປອດ, ຫຼື ຕາ.

ໂຮກນີ້ເປັນກັນຫຼາຍບໍ?

ໂຮກ ມື, ຕີນ ແລະ ປາກ ແມ່ນພຍາດທີ່ເປັນກັນຫຼາຍ ແລະ ການຮະບາດອາດເກີດຂຶ້ນລະຫວ່າງກຸ່ມຂອງເດັກນ້ອຍ; ຕົວຢ່າງ, ໃນສູນດູແລເດັກ.

ໂຮກນີ້ແຜ່ຜາຍຢ່າງໃດ?

ຕາມປົກກະຕິ ໂຮກ ມື, ຕີນ ແລະ ປາກ ຈະແຜ່ຜາຍດ້ວຍການຕິດຕໍ່ທາກັນຈາກຄົນ. ເຊື້ອໄວຣັສແຜ່ຜາຍຈາກອາຈົມຂອງຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອໄປສູ່ປາກຂອງຄົນຕໍ່ໄປ ໂດຍຜ່ານມືທີ່ມີເຊື້ອໂຮກ. ນອກຈາກນັ້ນ ມັນຍັງແຜ່ຜາຍໂດຍນ້ຳຈາກປາກຫຼືລະບົບຫາຍໃຈ, ແລະຈາກການຕ້ອງຂູນນ້ຳຈາກຕຸ່ມໃສໂດຍຕົງ.

ຕາມປົກກະຕິຈະໃຊ້ເວລາລະຫວ່າງສາມຫາຫ້າມື້ຫຼັງຈາກຕິດຕໍ່ໃກ້ຊິດ ກັບຄືນທີ່ຕິດເຊື້ອ ກ່ອນທີ່ຕຸ່ມ ໃສະຈະປາກົດ. ຕາບໃດທີ່ຕຸ່ມຍັງມີນ້ຳໃສຢູ່ ມັນກໍຈະຍັງຢູ່ໃນສະພາບແຜ່ຜາຍເຊື້ອໄດ້. ເຊື້ອໄວຣັສນີ້ ສາມາດຢູ່ໃນອາຈົມເປັນເວລາຫຼາຍອາທິດ.

ຈະປິ່ນປົວຢ່າງໃດ?

ໂດຍທົ່ວໄປແລ້ວກໍບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງປິ່ນປົວຫຍັງ. ຢາ Paracetamol ຈະຊ່ວຍປິ່ນເທົາອາການຄືງຮ້ອນແລະບໍ່ສະບາຍໃນເນື້ອຕົວ. ຢາເອີ້ນຢາ aspirin ໃຫ້ເດັກນ້ອຍກິນ. ຖ້າປວດຫົວໜັກ, ຫຼື ໄຂ້ບໍ່ລົດ, ໃຫ້ໄປປຶກສາທ່ານໝໍ.

ຈະປ້ອງກັນໄດ້ຢ່າງໃດ?

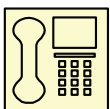
- ການຮັກສາຄວາມສະອາດແມ່ນການປ້ອງກັນທີ່ດີທີ່ສຸດ: ໃຫ້ລ້າງມືດ້ວຍສະບູແລະນ້ຳ ຫຼັງຈາກເຂົ້າຫ້ອງນ້ຳ, ກ່ອນກິນ, ຫຼັງຈາກເຊັດດັງ, ແລະຫຼັງຈາກປ່ຽນຜ້າອ້ອມຫຼືເຄື່ອງນຸ່ງເປື້ອນ.
- ໃຫ້ຫຼີກເວັ້ນການໃຊ້ຈອກ, ເຄື່ອງຕັກອາຫານ, ເຄື່ອງໃຊ້ອະນາມັຍສ່ວນຕົວ (ເຊັ່ນຜ້າເຊັດໂຕ, ຜ້າລ້າງໜ້າ ແລະ ແປງຄູແຂ້ວ), ແລະ ເຄື່ອງນຸ່ງ (ໂດຍສະເພາະ ເກີບແລະຖົງເທົ້າ) ຮ່ວມກັບຄົນອື່ນ.
- ໃຫ້ຊັກເຄື່ອງນຸ່ງເປື້ອນໃຫ້ສະອາດດີ.
- ຕ້ອງອັດປາກແລະດັງເວລາໄອຫຼືຈາມ. ໃຫ້ເຊັດດັງແລະປາກດ້ວຍເຈ້ຍທິຊຊູ, ເອົາເຈ້ຍນັ້ນ ຖິ້ມ ແລະ ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ລ້າງມື.

ຈະຄວບຄຸມການແຜ່ຜາຍຂອງພຍາດນີ້ໄດ້ຢ່າງໃດ?

ເດັກນ້ອຍທີ່ເປັນໂຣກ ມື, ຕີນ ແລະ ປາກ ບໍ່ຄວນໃຫ້ໄປໂຮງຮຽນຫຼືໄປສູນດູແລເດັກຈົນກ່ວາຕຸ່ມໃສເຂົາເຈົ້າຈະແທ້ງ.

ເມື່ອເປັນໂຣກນີ້ ຕ້ອງໄດ້ລາຍງານໃຫ້ຜູ້ອຳນວຍການຂອງສູນດູແລເດັກຫຼືຄູໂທຣ໌ຂອງໂຮງຮຽນໃຫ້ຮູ້.

ຮາຍລະອຽດເພີ່ມເຕີມ - ຜແນກສາທາຣະນະສຸກແຫ່ງຣັດ NSW



1300 066 055

www.health.nsw.gov.au