

โรคมือ เท้า ปาก

Hand, Foot and Mouth Disease



สำนักโรคติดต่อทั่วไป
กรมควบคุมโรค
กระทรวงสาธารณสุข

<http://thaigcd.ddc.moph.go.th>

โรคมือ เท้า ปาก

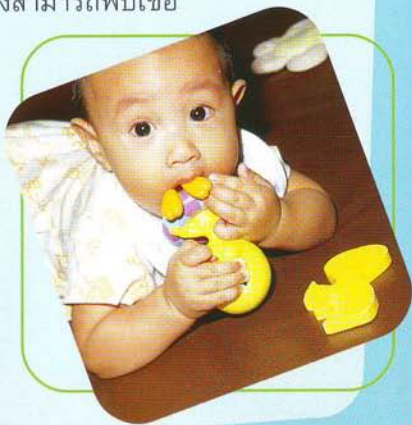
เกิดจากเชื้อไวรัสลำไส้หรือเอนเทอโรไวรัสหลายชนิด พบได้บ่อยในกลุ่มเด็กทารกและเด็กเล็กอายุต่ำกว่า 5 ปี โรคเกิดประปรายตลอดปี แต่จะเพิ่มมากขึ้นในหน้าฝน ซึ่งอากาศมักเย็นและชื้น โดยทั่วไปโรคนี้มีอาการไม่รุนแรง

การแพร่ติดต่อของโรค

มือ เท้า ปาก

การติดต่อส่วนใหญ่เกิดจากได้รับเชื้อไวรัสเข้าสู่ปากโดยตรง โรคแพร่ติดต่อง่ายในช่วงสัปดาห์แรกของการป่วย โดยเชื้อไวรัสจะติดมากับมือหรือของเล่นที่เปื้อนน้ำลาย น้ำมูก น้ำจากแผลตุ่มพองหรืออุจจาระของผู้ป่วย และอาจเกิดจากการไอจามรดกัน ในระยะที่เด็กมีอาการตุเลาหรือหายป่วยแล้ว ยังสามารถพบเชื้อ

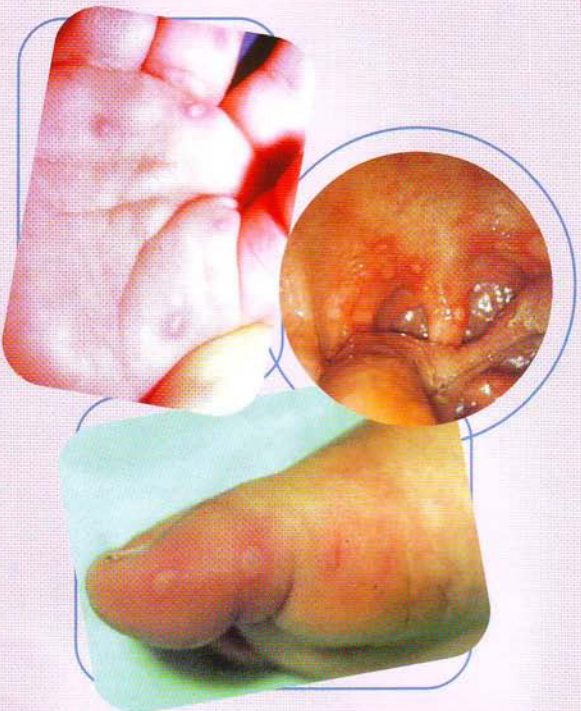
ในอุจจาระได้นานเป็นเดือน แต่การติดต่อในระยะนี้จะเกิดขึ้นได้น้อยกว่า



อาการของโรค

มือ เท้า ปาก

หลังจากได้รับเชื้อ 3-6 วัน ผู้ติดเชื้อจะเริ่มแสดงอาการป่วย เริ่มด้วยมีไข้ต่ำ ๆ อ่อนเพลีย ต่อมาอีก 1-2 วัน มีอาการเจ็บปากและไม่ยอมทานอาหาร เนื่องจากมีตุ่มแดงที่ลิ้น เหงือก และกระพุ้งแก้ม ตุ่มนี้จะกลายเป็นตุ่มพองใส ซึ่งบริเวณรอบ ๆ จะอักเสบและแดง ต่อมาตุ่มจะแตกออกเป็นแผลหลุมตื้น ๆ จะพบตุ่มหรือผื่น (มักไม่คัน) ที่ฝ่ามือ นิ้วมือ ฝ่าเท้า และอาจพบที่ก้นด้วย อาการจะทุเลาและหายเป็นปกติ ภายใน 7-10 วัน



การรักษา

มือ เท้า ปาก

โรคนี้ไม่มียารักษาโดยเฉพาะ แพทย์จะให้ยา รักษาตามอาการ เช่น ยาลดไข้ ยาชาแก้เจ็บแผล ในปาก ควรนอนพักผ่อนมาก ๆ เช็ดตัวเพื่อลดไข้ เป็นระยะ และให้ผู้ป่วยรับประทานทานอาหารอ่อน ๆ ไม่ร้อนจัด ต้ม น้ำ นม และน้ำผลไม้แช่เย็น เพื่อช่วยลดอาการเจ็บแผลในปากและรับประทานอาหาร ได้มากขึ้น ถ้าเป็นเด็กอ่อนอาจต้องป้อนนมให้ แทนการดูดจากขวด

ตามปกติโรคมักไม่รุนแรงและไม่มีอาการ แทรกซ้อน แต่เชื้อไวรัสบางชนิด เช่น เอนเทอโรไวรัส 71 อาจทำให้มีอาการรุนแรงได้ จึงควร สังเกตอาการของเด็กอย่างใกล้ชิด หากพบมีไข้สูง ซึม ไม่ยอมดื่มนมหรือทานอาหาร อาเจียนบ่อย หอบ แขนขาอ่อนแรง ชัก อาจเกิดภาวะสมอง อักเสบ กล้ามเนื้อหัวใจอักเสบหรือน้ำท่วมปอด ซึ่งอาจรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิตได้ ต้องรีบพาไป โรงพยาบาลทันที



การป้องกันโรค

มือ เท้า ปาก

โรคนี้อย่างไม่มีวัคซีนป้องกัน แต่ป้องกันได้โดยการรักษาสุขอนามัย ผู้ปกครองควรแนะนำบุตรหลานและผู้เลี้ยงดูเด็กให้รักษาความสะอาด ตัดเล็บให้สั้น หมั่นล้างมือบ่อย ๆ (ด้วยน้ำและสบู่) โดยเฉพาะหลังการขับถ่าย เปลี่ยนผ้าอ้อม หลังดูแลเด็กป่วย และก่อนรับประทานอาหาร รวมทั้งการใช้ช้อนกลาง หลีกเลี่ยงการใช้สิ่งของร่วมกัน เช่น แก้วน้ำ หลอดดูด ผ้าเช็ดหน้า และผ้าเช็ดมือ เป็นต้น หากผู้ดูแลเด็กป่วย แม้มีอาการเล็กน้อยก็ไม่ควรให้ดูแลเด็ก

สถานรับเลี้ยงเด็กและโรงเรียน ควรจัดให้มีอ่างล้างมือและส่งเสริมให้มีการล้างมือให้ถูกต้องอย่างสม่ำเสมอ หมั่นรักษาความสะอาดของเล่น อุปกรณ์เครื่องใช้ สถานที่ และส้วมอยู่เสมอ รวมถึงการกำจัดอุจจาระเด็กให้ถูกต้องด้วย ควรเปิดห้องให้อากาศถ่ายเทและแสงแดดส่องในบางช่วงของวัน

หากพบเด็กป่วย ต้องรีบป้องกันไม่ให้เชื้อแพร่ไปยังเด็กคนอื่น ๆ ควรแนะนำผู้ปกครองให้รีบพาเด็กไปพบแพทย์และหยุดรักษาตัวที่บ้านประมาณ 7 วัน หรือจนกว่าจะหายเป็นปกติ ระหว่างนี้ไม่ควรพาเด็กไปในสถานที่แออัด หรือสนามเด็กเล่น

การควบคุมโรค

มือ เท้า ปาก

หากมีเด็กป่วยจำนวนมาก อาจจำเป็นต้องปิดห้องเรียนหรือชั้นเรียน ประมาณ 1 สัปดาห์ และทำความสะอาดฆ่าเชื้อ โดยใช้สารละลายเจือจางของน้ำยาฟอกขาว (20 มิลลิลิตร ต่อน้ำ 1 ลิตร) หรือน้ำยาทำความสะอาดที่ใช้ตามบ้านเรือน



แจ้งการระบาดได้ที่

กรุงเทพมหานคร

- สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร
โทร 0-2245-8106, 0-2246-0358
และศูนย์บริการสาธารณสุขทุกแห่ง

ต่างจังหวัด

- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ และสถานีอนามัยทุกแห่ง

ขอคำแนะนำและติดตามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่

ศูนย์ปฏิบัติการกรมควบคุมโรค
โทร 0-2590-3333