

กรมควบคุมโรค พยากรณ์โรคและภัยสุขภาพ รายสัปดาห์ ฉบับที่ 43 (วันที่ 5 - 11 ธันวาคม 2564)

จากการเฝ้าระวังของกรมควบคุมโรค

สถานการณ์โรคปอดอักเสบ หรือโรคปอดบวม (Pneumonia) ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม - 1 ธันวาคม 2564 พบผู้ป่วย 138,606 ราย เสียชีวิต 392 ราย กลุ่มอายุที่พบอัตราป่วยมากที่สุด 3 อันดับ คือ กลุ่มอายุมากกว่า 65 ปี รองลงมาคือ อายุ 55-64 ปี และอายุ 35-44 ปี ตามลำดับ ซึ่งส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มผู้สูงอายุและวัยทำงาน โดยพบมากที่สุดในพื้นที่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ รองลงมาคือภาคเหนือ และภาคใต้ ตามลำดับ



กรมควบคุมโรค
Office design co.,ltd.
★★★★★

FREE

หน้า 1/2

การพยากรณ์โรคและภัยสุขภาพประจำสัปดาห์นี้ คาดว่าอาจพบผู้ป่วยโรคปอดอักเสบหรือโรคปอดบวมได้ เนื่องจากในช่วงนี้ประเทศไทยโดยเฉพาะภาคเหนือ และภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีอากาศหนาวเย็น ส่วนภาคกลาง และภาคตะวันออก อุณหภูมิเริ่มลดลง ซึ่งสภาพอากาศที่หนาวเย็นและอุณหภูมิเปลี่ยนแปลง ทำให้ประชาชนป่วยด้วยโรคระบบทางเดินหายใจ เช่น โรคไข้หวัดใหญ่ โรคปอดบวม

โรคปอดบวมมีสาเหตุจากเชื้อหลายชนิด ทั้งไวรัส แบคทีเรีย หรือเกิดจากการสำลักสิ่งแปลกปลอมเข้าปอด เช่น การหายใจเอาฝุ่น ควัน หรือสารเคมีที่ระเหยทำให้เกิดการระคายเคืองต่อระบบหายใจ เมื่อผู้ป่วยรับเชื้อเข้าสู่ร่างกายผ่านทางระบบทางเดินหายใจ จะมีอาการภายใน 1-2 วัน เริ่มจากมีไข้ หนาวสั่น ไอมีเสมหะสีเขียว สีเหลือง หรือไอมีเลือดปน บางคนมีอาการเหนื่อยหอบ และหายใจลำบากร่วมด้วย เวลาไอหรือแม้แต่หายใจเข้า-ออก ลึก จะรู้สึกเจ็บหน้าอก

กรมควบคุมโรค ขอแนะนำวิธีป้องกันโรคปอดอักเสบ หรือโรคปอดบวม ดังนี้ 1.ดูแลสุขอนามัยส่วนตัวโดยล้างมือบ่อยๆ 2.หลีกเลี่ยงการไปอยู่ในที่มีผู้คนหนาแน่น 3.หลีกเลี่ยงการสัมผัสอากาศที่หนาวเย็นและการอยู่ท่ามกลางสายฝน 4.หลีกเลี่ยงฝุ่นและควัน เช่น ควันบุหรี ควันไฟ ควันจากท่อไอเสียรถยนต์ เป็นต้น นอกจากนี้ ขอให้ประชาชนออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์โดยเฉพาะการรับประทานผักและผลไม้ให้มากขึ้น ซึ่งในผักและผลไม้จะมีวิตามินซี ช่วยสร้างภูมิคุ้มกันโรคได้ ไม่ไปคลุกคลีกับผู้ป่วย ล้างมือบ่อยๆ สวมใส่เสื้อผ้ารักษาความอบอุ่นให้ร่างกายเสมอ และสวมใส่หน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้าเมื่อออกจากบ้าน สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมที่สายด่วนกรมควบคุมโรค โทร. 1422

