



กรมควบคุมโรค

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 12 จังหวัดสงขลา

ข่าวประชาสัมพันธ์

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 12 จังหวัดสงขลา
The Office of Disease Prevention and Control Region 12 Songkhla

สคร.12 สงขลา แนะนำวิธีป้องกันไข้หวัดใหญ่ ยึดหลัก “ปิด ล้าง เลี่ยง หยุด”

สถานการณ์โรคไข้หวัดใหญ่ในพื้นที่ภาคใต้ตอนล่าง ตั้งแต่ต้นปีแม้มีแนวโน้มเพิ่มขึ้น แต่ยังไม่มียางานการระบาด และยังไม่มียางานผู้เสียชีวิต ผู้ป่วยส่วนใหญ่เป็นกลุ่มเด็กเล็กที่มีภูมิคุ้มกันยังไม่ดี เน้นย้ำประชาชนชนทั่วไปดูแลสุขภาพอนามัยป้องกันการเจ็บป่วย ปิดปากปิดจมูกเวลาไอจาม หมั่นล้างมือให้สะอาด หลีกเลี่ยงผู้ที่มีการป่วยและพื้นที่ที่มีผู้คนอยู่หนาแน่น และหยุดเรียนหยุดงาน จนกว่าอาการจะหายเป็นปกติ

นายแพทย์เฉลิมพล โอสถพรมมา รักษาการแทนผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 12 สงขลา กล่าวถึง สถานการณ์โรคไข้หวัดใหญ่ในภาคใต้ตอนล่าง ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม – 24 ตุลาคม 2562 ว่าได้รับรายงานผู้ป่วยโรคไข้หวัดใหญ่ จำนวน 6,535 ราย ไม่มีรายงานผู้ป่วยเสียชีวิต ส่วนสถานการณ์โรคไข้หวัดใหญ่ในจังหวัดสงขลา พบว่าอัตราป่วยของโรคไข้หวัดใหญ่ เป็นอันดับที่ 4 ของพื้นที่ภาคใต้ตอนล่าง มีรายงานผู้ป่วย 1,469 ราย และไม่มีรายงานผู้ป่วยเสียชีวิต ผู้ป่วยส่วนใหญ่เป็นเด็กเล็กอายุ ตั้งแต่ 0 – 4 ปี เด็กวัยเรียนอายุ 5 - 9 ปี และ 10 - 14 ปี โดยพบว่าอำเภอคลองหอยโข่งมีอัตราป่วยสูงสุด รองลงมาได้แก่ สิงหนคร, เมืองสงขลา, ควนเนียง, สะเดา และหาดใหญ่ สำหรับอำเภอหาดใหญ่ซึ่งเป็นแหล่งท่องเที่ยวสำคัญของจังหวัดสงขลา มีรายงานผู้ป่วย ไข้หวัดใหญ่ 348 ราย (อัตราป่วย 86.25 ต่อประชากรแสนคน) และไม่มีรายงานผู้ป่วยเสียชีวิต ทั้งนี้ส่วนใหญ่เป็นไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ เอ จากสถานการณ์โรคไข้หวัดใหญ่ ปัจจุบันพบว่ามีแนวโน้มการป่วยเพิ่มขึ้น แต่พบอัตราการเสียชีวิตลดลงและไม่พบผู้เสียชีวิตในพื้นที่ ภาคใต้ตอนล่าง

นายแพทย์เฉลิมพล กล่าวต่อว่า สำหรับมาตรการป้องกันไข้หวัดใหญ่ในพื้นที่จังหวัดสงขลา ได้แก่การให้บริการฉีดวัคซีน ครอบคลุมใน 7 กลุ่มเสี่ยง การเฝ้าระวังและตรวจจับเหตุการณ์การระบาด รวมทั้งการเฝ้าระวังผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่และผู้ป่วยกลุ่มอาการ คล้ายไข้หวัดใหญ่ ในสถานบริการสาธารณสุขทุกแห่ง ดำเนินการควบคุมโรคในพื้นที่ที่มีการระบาดเป็นกลุ่มก้อนอย่างรวดเร็ว รวมทั้ง สื่อสารความเสี่ยงเกี่ยวกับการป้องกัน ให้คำแนะนำประชาชนทั่วไปและประชาชนกลุ่มเสี่ยง ในการดูแลตนเองเมื่อเจ็บป่วย

ทั้งนี้ขอให้ประชาชนดูแลสุขภาพและป้องกันตนเองจากโรคไข้หวัดใหญ่หลีกเลี่ยงสถานที่แออัดหรือที่มีผู้คนจำนวนมาก เพราะโรคไข้หวัดใหญ่ สามารถติดต่อจากการสัมผัสสารคัดหลั่ง (น้ำมูก น้ำลาย หรือเสมหะ) ของผู้ป่วย ผ่านการไอหรือจามรดกัน โดยหลังจากได้รับเชื้อจะมีไข้สูง อาการคล้ายไข้หวัด แต่จะมีอาการปวดกล้ามเนื้อมากและปวดศีรษะ อ่อนเพลีย แต่สามารถหายเองได้ ใน 5-7 วัน กลุ่มเสี่ยงอาจเกิดภาวะแทรกซ้อนได้ เช่น ปอดบวม หายใจลำบาก และอาจทำให้เสียชีวิตได้ ขอให้ยึดหลัก “ปิด ล้าง เลี่ยง หยุด” ปิด คือปิดปากปิดจมูก เมื่อไอจาม ต้องใช้หน้ากากอนามัยหรือกระดาษทิชชูปิดปากและจมูกทุกครั้ง ล้าง คือล้างมือบ่อยๆด้วย น้ำและสบู่หรือใช้เจลแอลกอฮอล์ เมื่อสัมผัสสิ่งของ กลอนประตู ราวบันได ราวบันรูดโดยสาร เลี่ยง คือหลีกเลี่ยงการคลุกคลีกับผู้ป่วย หยุด คือเมื่อป่วย ควรหยุดเรียน หยุดงานแม้จะมีอาการไม่มากก็ควรหยุดพักรักษาตัวอยู่ที่บ้านจนกว่าจะหายเป็นปกติ โดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยง เช่น เด็กเล็ก หญิงตั้งครรภ์ ผู้สูงอายุ ผู้มีโรคประจำตัว หอบหืด ผู้ที่มีโรคอ้วน เป็นต้น หากมีอาการป่วยหรืออาการไม่ดีขึ้นภายใน 48 ชั่วโมง ควรพบแพทย์ทันทีหรือ สอบถามข้อมูลได้ที่สายด่วนกรมควบคุมโรค โทร.1422



168 ถนนสงขลา-นาทวี ต.เขารูปช้าง อ.เมือง จ.สงขลา



0 7433 6080 ต่อ 29 /โทรสาร 0 74336080

