



ข่าวที่...15../2566

“สคร.11 เตือนหน้าร้อน ระวังป่วยโรคอาหารเป็นพิษ แนะยึดหลัก สุก ร้อน สะอาด”

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 11 จังหวัดนครศรีธรรมราช เตือนประชาชนระวังป่วยโรคอาหารเป็นพิษ คาดอาจจะพบผู้ป่วยเพิ่มขึ้น เนื่องจากเป็นช่วงอากาศร้อน อาจทำให้อาหารบูดหรือเน่าเสียได้ง่าย แนะนำยึดหลัก “กินสุก ร้อน สะอาด” รับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ ไม่รับประทานอาหารดิบ หรือสุกๆ ดิบๆ อาหารที่ปรุงไว้นานเกิน 2 ชั่วโมง ต้องนำมาอุ่นร้อนให้ทั่วถึงก่อนรับประทานทุกครั้ง

นายแพทย์ไกรสร โตทับเที่ยง ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 11 จังหวัดนครศรีธรรมราช กล่าวว่า ช่วงนี้อาจพบผู้ป่วยโรคอาหารเป็นพิษเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะเดือนเมษายน มีวันหยุดยาวหลายวัน และมีการจัดเลี้ยงในบ้าน หรือชุมชน ประกอบกับช่วงนี้อุณหภูมิสูงขึ้นและมีอากาศร้อนอย่างต่อเนื่อง ทำให้อาหารบูดเสียได้ง่าย โดยผู้ป่วยจะมีอาการคลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ถ่ายอุจจาระเหลว ถ่ายเป็นน้ำหรือมีมูกเลือด ร่วมกับอาการอื่นๆ เช่น ปวดศีรษะ คอแห้ง กระหายน้ำ และอาจมีไข้ได้ โดยสามารถแพร่เชื้อไปสู่ผู้อื่นได้ผ่านทางอุจจาระและอาเจียน ส่วนใหญ่มักเกิดการระบาดเป็นกลุ่มก้อนในกลุ่มคนที่มีการรับประทานอาหารและน้ำร่วมกัน การช่วยเหลือเบื้องต้นควรให้จิบสารละลายเกลือแร่ โอ อาร์ เอส บ่อยๆ เพื่อป้องกันไม่ให้ร่างกายขาดน้ำ ถ้าอาการไม่ดีขึ้นให้รีบไปพบแพทย์ทันที

สถานการณ์โรคอาหารเป็นพิษ ในเขตสุขภาพที่ 11 ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม - 1 เมษายน 2566 พบผู้ป่วยจำนวน 861 ราย กลุ่มอายุที่พบสูงสุดคือ กลุ่มอายุ 5 - 9 ปี รองลงมาคือ กลุ่มอายุ 0 - 4 ปี จังหวัดที่มีอัตราป่วยต่อประชากรแสนคนสูงสุด คือ จังหวัดระนอง อัตราป่วยเท่ากับ 92.08 ต่อประชากรแสนคน รองลงมาคือ จังหวัดพังงา จังหวัดกระบี่ จังหวัดภูเก็ต จังหวัดนครศรีธรรมราช จังหวัดสุราษฎร์ธานี และจังหวัดชุมพร

นายแพทย์ไกรสร กล่าวเพิ่มเติม ควรเลือกซื้ออาหารที่สด สะอาด รูป รส กลิ่น สี ไม่ผิดปกติ และล้างทำความสะอาดก่อนนำมาปรุงประกอบด้วยความร้อนให้สุกอย่างทั่วถึง ที่สำคัญขอให้ยึดหลัก “สุก ร้อน สะอาด” รับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ ไม่รับประทานอาหารดิบ หรือสุกๆ ดิบๆ อาหารที่ปรุงไว้นานเกิน 2 ชั่วโมง ต้องนำมาอุ่นร้อนให้ทั่วถึงก่อนรับประทานทุกครั้ง เลือกบริโภคอาหาร น้ำดื่มและน้ำแข็งที่สะอาดได้มาตรฐาน ล้างมือด้วยสบู่และน้ำให้สะอาดทุกครั้งก่อนปรุง ประกอบและรับประทานอาหาร หลังเข้าห้องน้ำหรือสัมผัสสิ่งสกปรก หากอาหารที่รับประทานมีรูป รส กลิ่น สี เปลี่ยนไป ไม่ควรนำมารับประทานต่อ สำหรับผู้ประกอบการ ควรยึดหลักสุขอนามัยของผู้ปรุงและสุขาภิบาลอาหาร หากมีข้อสงสัย สามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่สายด่วนกรมควบคุมโรค โทร. 1422

ผู้เขียนข่าว...ธัญญธร...แฉาวยอด...
วันที่...7...เมษายน...2566...

..... ผู้ตรวจ
..... ผู้อนุมัติ