



# ข่าวเพื่อสื่อมวลชน

กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข โทร 02 590 3859 โทรสาร 02 590 3386



## กรมควบคุมโรค ชวน “กินสุก-ร้อน-สะอาด” ป้องกันป่วยอุจจาระร่วงเฉียบพลัน จากเชื้อโนโรไวรัส

กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข เตือนประชาชนให้ระวังการรับประทานอาหารและน้ำร่วมกัน หลังพบการระบาดของโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันจากเชื้อโนโรไวรัส ในโรงเรียน พร้อมแนะนำให้ยึดหลัก “กินสุก-ร้อน-สะอาด” ป้องกันการเจ็บป่วยด้วยโรคติดต่อทางอาหารและน้ำ

วันนี้ (10 พฤศจิกายน 2566) นายแพทย์ธงชัย กีรติหัตถยากร รักษาราชการแทนอธิบดีกรมควบคุมโรค กล่าวว่า ขณะนี้โรงเรียนเปิดเทอม เป็นช่วงที่เด็กนักเรียนได้รวมกลุ่มทำกิจกรรม และมีการรับประทานอาหารและน้ำร่วมกัน หากอาหารและน้ำไม่สะอาด ปนเปื้อนเชื้อก่อโรคติดต่อทางอาหารและน้ำ ทั้งแบคทีเรีย ไวรัส พยาธิ ประกอบกับสภาพอากาศที่มีความชื้นและเย็น เหมาะสมต่อการเจริญเติบโตของเชื้อก่อโรคบางชนิด โดยเฉพาะไวรัส จึงเป็นสาเหตุให้เกิดการเจ็บป่วยด้วยโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันได้

ข้อมูลจากกองระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค สถานการณ์โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน ตั้งแต่วันที่ 1 ม.ค. - 31 ต.ค. 66 พบผู้ป่วยทั่วประเทศ 610,362 ราย เสียชีวิต 1 ราย และสัปดาห์ที่ผ่านมา ข้อมูลจากโปรแกรมตรวจสอบข่าวการระบาด เมื่อวันที่ 3 พ.ย. 66 ได้รับแจ้งพบเหตุการณ์ระบาดของโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันเป็นกลุ่มก้อนในโรงเรียนจากเชื้อโนโรไวรัส มีผู้ป่วย 103 ราย เป็นนักเรียน 88 ราย และเจ้าหน้าที่ 15 ราย ส่วนใหญ่มีอาการอาเจียน ไข้ ถ่ายเหลว ซึ่งเชือนี้พบบ่อยในช่วงฤดูหนาว สามารถติดต่อจากการสัมผัสกับผู้ป่วยโดยตรง การรับประทานอาหารและน้ำที่ปนเปื้อน การสัมผัสพื้นผิวหรือวัตถุที่ปนเปื้อนเชื้อและน้ำเข้าปาก โดยไม่ได้ล้างมือ ทำให้เกิดอาการปวดท้อง ถ่ายเหลว คลื่นไส้ อาเจียน โดยมักพบการปนเปื้อนในน้ำดื่ม น้ำแข็ง และอาหารที่ไม่ผ่านความร้อน เช่น ผักผลไม้สด เป็นต้น ดังนั้น จึงควรเน้นย้ำครู ผู้ปรุงประกอบอาหาร นักเรียน และประชาชน ให้ปฏิบัติตามหลักสุขอนามัย โดยเฉพาะในโรงเรียนหรือสถานที่ที่มีการรวมกลุ่มคนจำนวนมาก เนื่องจากมีความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยด้วยโรคติดต่อทางอาหารและน้ำ

นายแพทย์โสภณ เอี่ยมศิริถาวร รองอธิบดีกรมควบคุมโรค กล่าวเพิ่มเติมว่า เมื่อมีอาการป่วยด้วยโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน แนะนำให้รักษาเบื้องต้น โดยดื่มน้ำสะอาดละลายเกลือแร่ (ORS) เพื่อป้องกันภาวะขาดน้ำที่อาจส่งผลให้เกิดภาวะช็อกและเสียชีวิตได้ หากอาการไม่ดีขึ้น หรือมีอาการรุนแรง เช่น ถ่ายอุจจาระเป็นน้ำหรือถ่ายอุจจาระเป็นมูกเลือด หรืออาเจียนจำนวนมาก ปากแห้ง ปัสสาวะออกน้อยหรือปัสสาวะไม่ออก หายใจหอบเหนื่อย เป็นต้น ควรรีบไปสถานบริการสาธารณสุขทันที

ทั้งนี้ มาตรการป้องกันให้ยึดหลัก “กินสุก-ร้อน-สะอาด” ดังนี้ 1) สุก รับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ ไม่รับประทานอาหารดิบหรือสุก ๆ ดิบ ๆ 2) ร้อน อาหารปรุงสุกที่เก็บไว้นานเกิน 2 ชั่วโมง ต้องนำมาอุ่นร้อนให้ทั่วถึงก่อนรับประทานทุกครั้ง 3) สะอาด ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ให้สะอาดทุกครั้งก่อนปรุงประกอบ ก่อนรับประทาน อาหาร และหลังเข้าห้องน้ำหรือสัมผัสสิ่งสกปรก รวมถึงเลือกบริโภคน้ำดื่ม น้ำแข็งที่สะอาดได้มาตรฐาน มีเครื่องหมาย อย. หรือ GMP หรือดื่มน้ำต้มสุก สำหรับน้ำดื่มตู้กรองหมั่นทำความสะอาดและตรวจสอบคุณภาพไส้กรองเป็นประจำเพื่อความปลอดภัย สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่สายด่วนกรมควบคุมโรค โทร.1422

\*\*\*\*\*

ข้อมูลจาก : กองระบาดวิทยา/กองโรคติดต่อทั่วไป/สำนักสื่อสารความเสี่ยงฯ กรมควบคุมโรค  
วันที่ 10 พฤศจิกายน 2566