



ข่าวเพื่อสื่อมวลชน

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 11 นครศรีธรรมราช

The Office of Disease Prevention and Control 11, Nakhon Si Thammarat
478/74 ถนนเทวบุรี ตำบลโพธิ์เสด็จ อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช 80000

ข่าวที่ 10 / 2567

สคร.11 เตือนประชาชน ระวังโรคอุจจาระร่วง แนะย็ดหลัก “กินสุก ร้อน สะอาด”

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 11 จังหวัดนครศรีธรรมราช เตือนประชาชนระวังป่วยอุจจาระร่วง โดยเฉพาะในเด็กวัยเรียน ขอให้รับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ๆ ดื่มน้ำ น้ำแข็ง ที่สะอาดปลอดภัยต่อสุขภาพ มีเครื่องหมายรับรองมาตรฐาน แนะย็ดหลัก “กินสุก ร้อน สะอาด” ป้องกันการเจ็บป่วยด้วยโรคติดต่อทางอาหารและน้ำ

นายแพทย์ไกรสร โตทับเที่ยง ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 11 จังหวัดนครศรีธรรมราช กล่าวว่า ช่วงนี้โรงเรียนเปิดเทอม เด็กนักเรียนจะรวมกลุ่มกันทำกิจกรรม มีการรับประทานอาหารและน้ำร่วมกัน หากอาหาร น้ำ หรือน้ำแข็งไม่สะอาด อาจเกิดการปนเปื้อนของเชื้อโรคต่างๆ ได้ ประกอบกับช่วงนี้สภาพอากาศมีความชื้นและเย็น ทำให้เชื้อโรคหลายชนิดเจริญเติบโตได้ดี โดยเฉพาะเชื้อโนโรไวรัสและโรต้าไวรัส ซึ่งเป็นสาเหตุทำให้เกิดอาการอุจจาระร่วงรุนแรงในเด็กเล็กและผู้สูงอายุ เนื่องจากร่างกายมีภูมิคุ้มกันต่ำกว่าวัยอื่น

ข้อมูลสถานการณ์โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน ในเขตสุขภาพที่ 11 ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม – 5 พฤศจิกายน 2566 พบผู้ป่วยทั้งสิ้นจำนวน 41,835 ราย ไม่มีรายงานผู้เสียชีวิต กลุ่มอายุที่พบสูงสุดคือ กลุ่มอายุ 0 - 4 ปี รองลงมาคือ 5 - 9 ปี และ 15 - 24 ปี จังหวัดที่มีอัตราป่วยต่อประชากรแสนคนสูงสุดคือ จังหวัดภูเก็ต รองลงมาคือ ระนอง พังงา นครศรีธรรมราช กระบี่ ชุมพร และสุราษฎร์ธานี โดยจังหวัดภูเก็ตมีอัตราป่วยสูงสุดทุกปี และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง

นายแพทย์ไกรสร กล่าวเพิ่ม โรคอุจจาระร่วงเป็นโรคติดต่อทางอาหารและน้ำ สามารถพบได้ในทุกฤดูกาล โดยเชื้อโรคจะเข้าสู่ร่างกายโดยตรงผ่านการรับประทานอาหารและดื่มน้ำหรือน้ำแข็งที่ปนเปื้อนเชื้อ ทำให้เกิดอาการปวดท้อง ถ่ายเหลว คลื่นไส้ อาเจียน โดยมักพบการปนเปื้อนในน้ำดื่ม น้ำแข็ง และอาหารที่ไม่ผ่านความร้อน เช่น ผัก ผลไม้สด เป็นต้น หากมีอาการป่วยด้วยโรคอุจจาระร่วง แนะนำให้รักษาเบื้องต้น โดยดื่มสารละลายเกลือแร่ (ORS) เพื่อป้องกันภาวะขาดน้ำที่อาจส่งผลให้เกิดภาวะช็อกและเสียชีวิตได้ หากอาการไม่ดีขึ้น หรือมีอาการรุนแรง เช่น ถ่ายอุจจาระเป็นน้ำหรือถ่ายอุจจาระเป็นมูกเลือดหรืออาเจียนจำนวนมาก ปากแห้ง ปัสสาวะออกน้อยหรือปัสสาวะไม่ออก หายใจหอบเหนื่อย ควรรีบไปพบแพทย์ทันที

ทั้งนี้ มาตรการในการป้องกันให้ย็ดหลัก “กินสุก ร้อน สะอาด” กินสุก คือ รับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ ไม่รับประทานอาหารดิบหรือสุก ๆ ดิบ ๆ ร้อน คือ อาหารปรุงสุกที่เก็บไว้นานเกิน 2 ชั่วโมง ต้องนำมาอุ่นร้อนให้ทั่วถึงก่อนรับประทานทุกครั้ง สะอาด คือ ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ให้สะอาดทุกครั้งก่อนปรุงประกอบ ก่อนรับประทานอาหาร และหลังเข้าห้องน้ำหรือสัมผัสสิ่งสกปรก รวมถึงเลือกบริโภคน้ำดื่ม น้ำแข็งที่สะอาดได้มาตรฐาน มีเครื่องหมาย อย. หรือ GMP หรือดื่มน้ำต้มสุก สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่สายด่วนกรมควบคุมโรค โทร.1422

ผู้เขียนข่าว ธัญญธร เยาวยอด
วันที่ 15 พฤศจิกายน 2566

ผู้ตรวจ
ผู้อนุมัติ



โทรศัพท์ 0-753-41151 โทรสาร 0-753-42328

