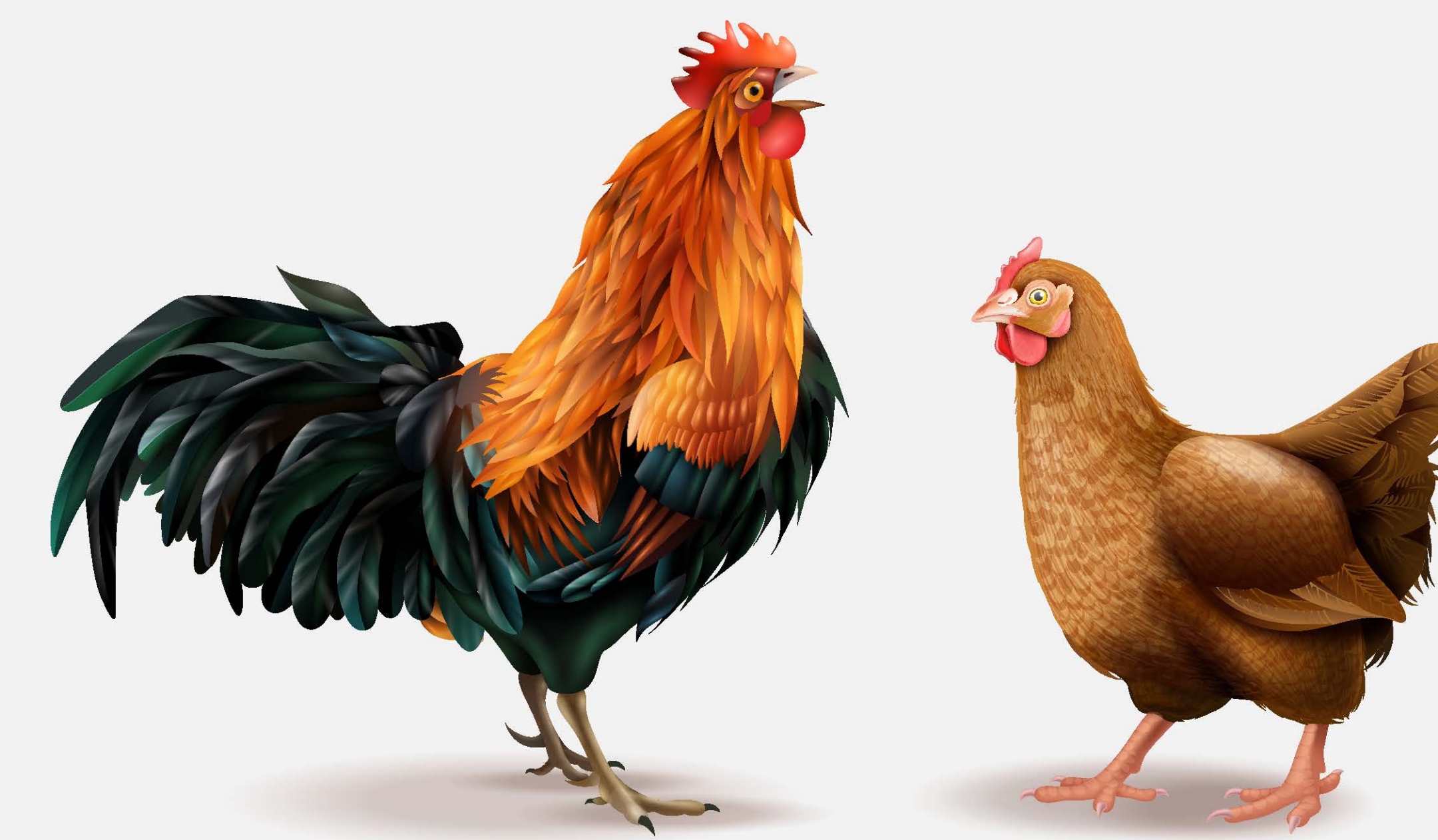


การป้องกัน "โรคไข้หวัดนก"

สำหรับประชาชน

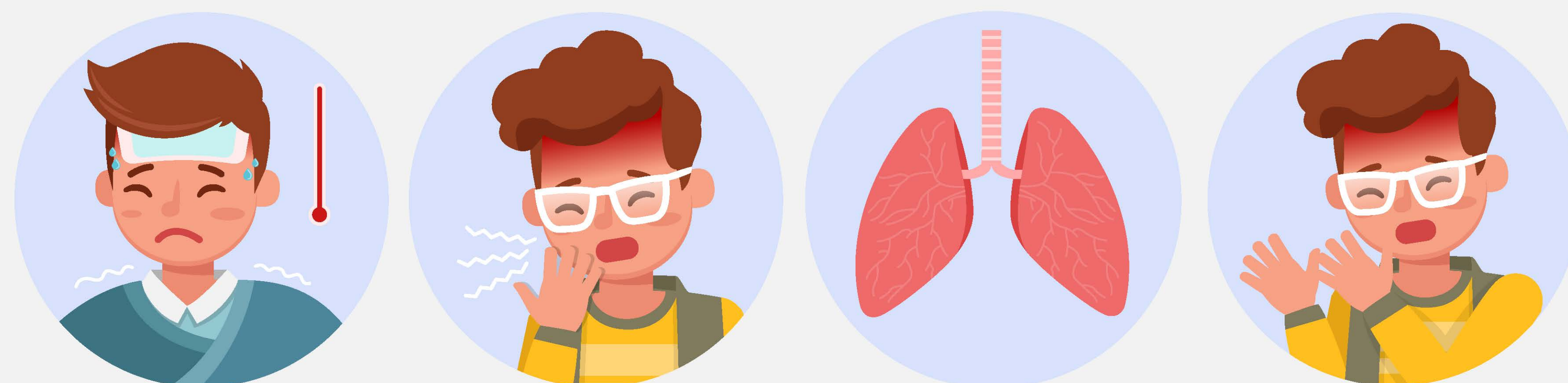


การติดเชื้อ

- ▲ เกิดจากการติดเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่ชนิดเอ (Influenza A) ที่พบในนกและสัตว์ปีก เชื้อมีหลายสายพันธุ์ บางสายพันธุ์สามารถติดต่อสู่มนุษย์และพบอาการรุนแรงได้ เช่น H5 และ H7
- ▲ พบเชื้อในสิ่งคัดหลั่งจากจมูก ปาก ตา และมูลของสัตว์ปีก
- ▲ ระยะฟักเชื้อ เฉลี่ย 2-5 วัน แต่อาจยาวนานได้ถึง 17 วันหลังได้รับเชื้อ
- ▲ ติดต่อจากการสัมผัสสัตว์ปีกที่มีเชื้อ และการสัมผัสสิ่งของ/สิ่งแวดล้อมที่ปนเปื้อนเชื้อ
- ▲ ประเทศไทย พบผู้ป่วยยืนยันสายพันธุ์ H5N1 ปี พ.ศ. 2547-2549 หลังจากปี พ.ศ. 2549 จนถึงปัจจุบัน ยังไม่พบรายงานในระบบเฝ้าระวังฯ
- ▲ การติดต่อจากคนสู่คน สามารถเกิดขึ้นได้ แต่มีโอกาสดังกล่าวเกิดขึ้นได้น้อยมาก และต้องสัมผัสใกล้ชิดมาก ๆ



อาการ



- ▲ ไข้สูง ไอ เจ็บคอ คัดจมูก ปวดเมื่อยตัว ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย หายใจลำบาก และอาจพบอาการท้องเสีย อาเจียน ปวดท้อง หรือชักเกร็ง
- ▲ อาการอื่น ๆ ที่พบได้ เช่น เยื่อตาขาวอักเสบอย่างอ่อน อาการทางเดินหายใจส่วนต้นคล้ายไข้หวัดใหญ่ จนถึงปอดอักเสบเสียชีวิต

การป้องกัน

- ✓ หากมี ไข้ ไอ ปวดเมื่อยร่างกาย และมีประวัติสัมผัสสัตว์ปีก/ผู้ป่วยปอดบวม รีบพบแพทย์ และแจ้งประวัติสัมผัสโรค/ประวัติการเดินทาง
- ✓ ล้างมือบ่อย ๆ ด้วยน้ำและสบู่ เลี่ยงการสัมผัสใบหน้า จมูก ตา และปาก
- ✓ รับประทานเนื้อไก่ เนื้อเป็ด ไข่ และอาหารปรุงสุก ความร้อนไม่ต่ำกว่า 70 องศา
- ✓ เลือกซื้อเนื้อไก่/เนื้อเป็ดสด ชั้นที่ไม่มีสีคล้ำ และจุดเลือดออก
- ✓ เลือกซื้อไข่ฟองที่ใหม่ ไม่มีมูลไก่/เป็ดติดเปลือกไข่ และทำความสะอาดก่อนนำมาปรุง
- ✓ หากไปตลาดค้าสัตว์ปีกมีชีวิต ควรเลี่ยงการสัมผัสสัตว์และพื้นผิวที่สัตว์อยู่ โดยเฉพาะในพื้นที่ที่มีการระบาดของโรค และสวมถุงมือ
- ✓ สวมหน้ากากอนามัย หากต้องสัมผัสกับสัตว์ปีกในพื้นที่ที่มีการระบาด
- ✓ เลี่ยงการดูผสมหะสัตว์ปีก เช่น ไก่ชน หากพบสัตว์ปีกอาการผิดปกติให้รีบแจ้งเจ้าหน้าที่ปศุสัตว์

