



เตือน!

ในช่วงเทศกาลสงกรานต์

ระวัง...โรคติดต่อ

ทางอาหารและน้ำ

แพร่ระบาดเป็นกลุ่มก้อน



สงกรานต์

ระวัง...โรคติดต่อทางอาหารและน้ำ



กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control



กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control

ช่วงเทศกาลสงกรานต์
มีการเดินทางและรวมกลุ่มของประชาชนจำนวนมาก
อาจเพิ่มความเสี่ยงต่อการแพร่กระจาย
ของโรคติดต่อทางอาหารและน้ำ



เช่น

- โรคอุจจาระร่วง
- โรคอาหารเป็นพิษ
- อหิวาตกโรค



- 2 -

>> คำแนะนำสำหรับประชาชนทั่วไป <<

1. ยึดหลัก **“สุก ร้อน สะอาด”** รับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ หลีกเลี่ยงอาหารที่ไม่ผ่านความร้อนอย่างเพียงพอ รวมถึงอาหารที่อาจปนเปื้อน เช่น หมูดิบ ลาบดิบ หรือเนื้อสัตว์สุก ๆ ดิบ ๆ อาหารทะเลดิบหรือปรุงไม่สุก เป็นต้น
2. หลีกเลี่ยงการใช้มีดและเขียงหั่นอาหารดิบและอาหารสุกร่วมกัน เพื่อไม่ให้เกิดการปนเปื้อนเชื้อโรคในอาหาร
3. ดื่มน้ำและใช้น้ำแข็งที่สะอาด ได้มาตรฐาน
4. **ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ทุกครั้ง** ก่อนรับประทานอาหาร ก่อนและหลังการเตรียมอาหาร และหลังขับถ่าย
5. เก็บอาหารให้มิดชิด ป้องกันแมลงหรือสัตว์พาหะนำโรค
6. กำจัดขยะและสิ่งปฏิกูลอย่างถูกสุขลักษณะ และใช้ส้วมที่สะอาด ถูกสุขอนามัย





กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control



กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control

สงกรานต์

ระวัง...โรคติดต่อทางอาหารและน้ำ



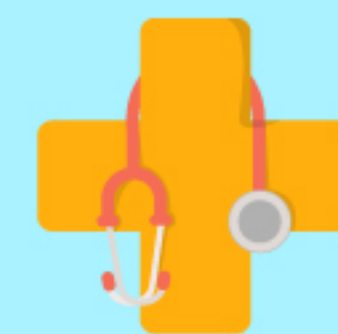
>> คำแนะนำสำหรับผู้ป่วย <<

หากมีอาการท้องเสีย
ควรดื่มสารละลายน้ำตาลเกลือแร่ (ORS)
เพื่อชดเชยน้ำและเกลือแร่ที่สูญเสียไป

หากอาการไม่ดีขึ้น

เช่น ไข้สูง อุจจาระมีมูกเลือดปน
ถ่ายบ่อย อ่อนเพลีย กินอาหารหรือน้ำไม่ได้
กระหายน้ำมากกว่าปกติ

ควรรีบไปพบแพทย์



สงกรานต์



กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control



กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control

ระวัง...โรคติดต่อทางอาหารและน้ำ

>> คำแนะนำสำหรับบุคลากรสาธารณสุข <<

1.

เฝ้าระวังและติดตามสถานการณ์โรคอย่างใกล้ชิด

โดยเฉพาะโรคอุจจาระร่วง โรคอาหารเป็นพิษ และอหิวาตกโรค
โดยเฉพาะในประชากรกลุ่มเสี่ยง ได้แก่
กลุ่มเด็กเล็ก และผู้สูงอายุ



2.

เน้นย้ำด้านสุขาภิบาลอาหารและน้ำ
โดยเฉพาะร้านอาหารและแผงลอย



3.

ประชาสัมพันธ์และแจ้งเตือนประชาชน
โดยเฉพาะในพื้นที่ที่มีนักท่องเที่ยวหนาแน่น
หรือมีการรวมกลุ่มของคนจำนวนมาก

