

รวมອີຕໂຣດົນ-ເດັກເສື່ອງເປັນມາກທີ່ສຸດໃນຫນ້າຝນ!

ນໍາເສນອເມື່ອ : 30 ພ.ຍ. 2552

ຈາກສາງພວກເຮົາໃນຮະຍະນີ້ ປະເທດໄທຍັງຄອງຢູ່ໃນຊ່າງຄຸຟນພໍາຮ່າ ທີ່ກະຈາຍຄວາມເປົ້າໃນໄສ່ຖຸກພື້ນທີ່ຂອງປະເທດ ບຸລະຄືອື່ນຄຸດເງິນຈົ່າງຂອງເຊື້ອໄວ້ສ ແລະແບບທີ່ເຮັດວຽກຊີ່ມີດ ເປັນສາຫຼຸດຫຼັກຂອງການເກີດໂຣດົນໆ ຕາມໆມາ ໂດຍເຈັ້ນພາະໃນເດືອນ ຍອມມີຄວາມເສື່ອງທີ່ຈະເກີດໂຣດົນທີ່ສຸດ ເພື່ອຮັບບຸນກົມືຕານທານໃນຮ່າງກວຍຍິ່ງໃນແຂ້ງແຮງ ມະສມບູຮັນອາຈນໍາມາເຊື່ອການຕິດເຊື້ອ ແລະເກີດໂຣດົນໆ ໄດ້ຍ່າ ສັງເກດໄຈຈາກໂຮງພຍາລຫລາຍແທງ ຈະມີເດັກເຫັນກຳໄຈໂຣດົນໃນຫນ້າຝນຈໍານວນຫຼາຍ ແລະ ໂຣດົນເຊື້ອທາງເດີນຫຍາຍໃຈ

ດ້ວຍຄວາມເສື່ອງດັ່ງກ່າວໆ ຖາງທີ່ມີຈາກ Life and Family ຈຶ່ງຮຸດຫັນໄປສັນກຸາຍົນ “ນພ.ພຣເທພ ສວນດອກ” ກຸມາຮັບພົບສາຂາໂຣດົນເຊື້ອສູນຍາກພະຍານາລກຮູງເທິງ ໃນປະເທດໃນຫນ້າຝນທີ່ເດັກເສື່ອງເປັນມາກທີ່ສຸດ ເພື່ອເປັນຂໍ້ມູນລການປັ້ງກັນ ໃຫ້ກັບຄຸນພອ ແລະຄຸນແມ່ ໄດ້ຮູ້ທາຫັນ ແລະລດຄວາມເສື່ອງຂອງໂຣດົນທີ່ຈະເກີດໃນນັ້ນກັບລູກທລານຕາມມາໄດ້ຍ່າງເຂົາໃຈ

ກັນເຮືອງນີ້ “ນພ.ພຣເທພ” ກ່າວ້າກັນທີ່ມີຈາກ ຊ່ວງຫນ້າຝນ ເດັກຈະປ່ວຍຄ່ອນຂ້າງມາກ ທີ່ເປັນເຮືອງປົກຕິ ແຕ່ລື່ງທີ່ເປັນຫ່ວງກີ້ອີ້ນ ບໍ່ຈະບັນເຂົ້ອໄວ້ສ ອ້າວ ອົ່ວໂມງ ໄດ້ມີກົງກລາຍພັນຫຼຸ ກັງຈາກໂຣດົນທີ່ກັບມູນເປັນໄທ່ມ ທີ່ມີຄວາມຮູນແຮງ ແລະການດ້ອຍມາກີ້ອີ້ນ ທີ່ເກີດຈາກເຮືອເດີມ ແລະເຂົ້ອໄໝທີ່ເກີດຈາກກາລາຍພັນຫຼຸ ເປັນດັນ

ອໍຍ່າງໄວ້ຮູ້ຕີ ຄຸນໜ່າມພຣເທພໄດ້ແຈ້ງໂຣດົນທີ່ເດັກເປັນມາກທີ່ສຸດໃນຫນ້າຝນພວ່ອມທັງອົບງາຍຄວາມສຳຄັງ ສາເຫຼຸ ແລະວິທີການປັ້ງກັນໂຣດົນ ເພື່ອໃຫ້ຄຸນພ່ອຄຸນແມ່ປັ້ງກັນໄດ້ທັນທວງທີ່ ແລະສັງເກດອາການໄດ້ຍ່າງເທົາຫັນ ໂດຍມີໂຣດົນໃນຫນ້າຝນດັ່ງຕອໄປນີ້ ເຮັມຈາກ

1. โรคไข้หวัดใหญ่-โรคอิตในหน้าฝน

โรคไข้หวัดใหญ่ หรือ Influenza เป็นโรคที่พบบ่อยในคนทุกเพศทุกวัย พบรดูเกือบทั้งปี เพราะไข้ใหญ่ในเขตต้อนชี้นี้ แต่จะเป็นมากในช่วงฤดูฝน ซึ่งมานับปีอาจจะพบการระบาด ซึ่งเป็นสาเหตุอันดับต้นๆ ของอาการไข้ที่เกิดขึ้นเฉียบพลัน แพทย์มักจะให้การวินิจฉัยเด็กที่มีอาการตัวร้อนมา 2-3 วัน โดยไม่มีอาการอย่างอื่นซักระยะเป็นไข้หวัดใหญ่ ซึ่งบางครั้งก็อาจพบการผิดพลาดได้

“ไข้หวัดใหญ่แตกต่างจากไข้หวัดธรรมดาตรงที่เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดโรคแทรกซ้อน และอาจเป็นอันตรายถึงชีวิตได้ อาการหลักๆ เด็กจะมีไข้ ปวดหัว ปวดเมื่อยตามตัว และกล้ามเนื้อ ไอ หรือเจ็บคอ ซึ่งเด็กอายุน้อยกว่า 5 ขวบ ผู้สูงวัยที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป หรือผู้ที่มีภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่อง จะมีอาการเสียง และมีอาการรุนแรงมากกว่ากลุ่มอื่น” คุณหมอเล่าถึงอาการ

ปัจจุบันประเทศไทยพบรดูไข้หวัดสายพันธุ์ใหม่อย่างต่อเนื่อง ไม่ว่าจะเป็นไข้หวัดนก และไข้หวัดใหญ่ 2009 โดยเฉพาะนิदูลังที่คุณพ่อคุณแม่มักกังวล และกลัวจะเกิดกับลูก ในเรื่องที่คุณหมูแจ้งว่า เป็นไข้พิษโรคที่กล้ายกูมารจากเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาลทุกๆ ปี เพียงแต่วันเชื้อมากจากสัตว์ เช่นนก หรือหมู ขณะนี้ความรุนแรงของโรคไม่แตกต่างกันมากนัก แต่จะติดเร็วกว่าเด็กนั้น เนื่องจากการภายในคนไม่เคยมีภูมิคุ้มกันต่อโรคตั้งแต่แรกเกิด ทำให้ติดและเป็นกันง่าย

อย่างไรก็ดี การฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ ควรฉีดประมาณ 1-2 เดือนก่อนฤดูหนาวมาของโลกในทุกๆ ปี และสามารถฉีดได้ในเด็กอายุตั้งแต่ 6 เดือนขึ้นไป การป้องกันที่ดีที่สุด คือ คนป่วยพวยยามหนักเลี้ยงไม่ให้เชื้อแพร่กระจายไปสู่คนอื่น รวมถึงใส่หน้ากาก ล้างมือ และทานอาหารให้ถูกสุขอนามัย จะเป็นการป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ที่จะเกิดขึ้นได้เป็นอย่างดี

2. โรคมือเท้าปาก (Hand-Foot and Mouth disease)

เกิดจากเชื้อไวรัส (Enterovirus 71, Coxsackie) พบรดูประจำตตลอดทั้งปี แต่จะพบมากในฤดูฝน สำหรับกลุ่มอาการของโรคเด็กจะมีไข้ ผื่น ตุ่มน้ำใส่สามารถฝ่ามือ ฝ่าเท้า แผ่นในปาก กระเพงแกม ลิ้น เหือก บางรายอาจมีผื่นที่ขา และกันร่วมด้วย พบรดูในเด็กอายุ 6 ถึง 3 ปี (อนุบาลถึงประถม) อาการมักหายได้เองภายใน 3-10 วัน ติดต่อทางการไอจาม น้ำลาย หรืออุจจาระ มีระยะฟักตัว 3-6 วัน พบรดูทางน้ำลาย 2-3 วัน ก่อนมีอาการ จนถึง 1-2 สัปดาห์หลังมีอาการ

“ถ้าเป็นแล้ว เด็กบางคนจะรับประทานอาหาร และเข้าไม่ค่อยได้ เพราะเจ็บปากมาก ซึ่งแม้แต่ถ้วยก็ไม่ยอมกิน ทำให้เกิดภาวะขาดน้ำ ดังนั้นอย่าให้เด็กมีไข้สูงเกินไป เพราะอาจจะชักได้ บางรายอาจมีภาวะแทรกซ้อนตามมา โดยเฉพาะเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี เช่น สมองอักเสบ เยื่อหุ้มสมองอักเสบ คุณพ่อคุณแม่ต้องสังเกตอาการ เมื่อผิดปกติต้องรีบพาพบแพทย์ทันที” คุณหมอออกถึงอาการ

สำหรับการป้องกัน ผู้ปกครองควรดูแลลูกในเรื่องอาหาร น้ำดื่ม และถ้าไม่จำเป็นไม่ควรให้ลูกไปอยู่ในสถานที่แออัด และควรมีการล้างน้ำ หรือแคะน้ำส่วนตัวให้ลูกไปใช้กินที่โรงเรียนด้วย รวมถึงปลูกผัก และผักให้ลูกใช้ของกลางขณะรับประทานอาหารทุกครั้ง ไม่ว่าจะที่โรงเรียน หรือที่บ้านก็ตาม

ภาพประกอบจากอินเทอร์เน็ต

3. โรคไข้เลือดออก-มันมากับยุงลาย

เป็นโรคที่มี “ยุ่ง赖以” เป็นพากหนาโกร มากอสเสเป็นได้ทั้งเด็กๆ และผู้ใหญ่ไม่ว่าจะอยู่ในกรุงเทพฯ หรือต่างจังหวัด ถ้าได้รับเชื้อแล้ว จะมีไข้สูงเกิน 3 วันขึ้นไป ตา และหนาจะเริ่มแดง มีความรู้สึกอ่อนเพลีย และปวดหัว

“โรคนี้ร้ายแรงได้ถึงแก่死 โดยเฉพาะในชนบท เพราะโอกาสที่น้ำจะขังมีมาก เพราะฉะนั้นอาการที่ให้สั้นเสียหายว่า ลูกคุณอาจจะเป็นไข้เลือดออกคือ มีไข้สูงมาก กินยาลดไข้เท่าไหร่ก็ไม่ได้ผล ปวดหัว ปวกกระบogata หรือปวดเมื่อยตามตัว มีอาการตาแดง หน้าแดง ปากแดง เป็นตน” คุณหมอบอกถึงอาการ

นอกจากนี่ยังส่งผลให้เกิดภาวะตับอักเสบ ทำให้คนไข้มีอาการปวดท้อง โดยเฉพาะตับบริเวณช่ายโครงคันขวานี้ เป็นครั้งๆ บ้าง ซึ่งเป็นตำแหน่งของตับ นั่น เพราะตัวตับโดย ขณะเดียวกันจะมีการอาเจียนร่วมด้วย และมีภาวะชาดูน้ำ ซึ่งอาการเหล่านี้ ถ้ามาพบแพทย์ได้ทัน จะคาดการณ์ได้ว่า ลูกคุณเมียลุกอาการต่างๆ ไปแล้ว ก็จะสามารถรักษาได้โดยทันที แต่ถ้าไม่ได้พบแพทย์ทันท่วงที ก็จะมีผลเสียร้ายแรงตามมา เช่น รัดแขนที่ความดันระดับหนึ่งเพื่อตัดท่อที่มีเลือดออกทางกระเพาะปัสสาวะ หรือแม้กระทั่งหัวใจขาดชีวิตได้

การป้องกันที่ดีอีกอย่างหนึ่งคือ การฝึกฝนทักษะการต่อสู้ทางกายภาพ เช่น การวิ่ง ยกน้ำ多重 หรือเล่นกีฬาต่างๆ ที่ช่วยให้ร่างกายแข็งแรงและมีความยืดหยุ่นมากขึ้น

4. โรคอีสุกอีใส-โรคลดความมั่นใจในเด็ก

หล่ายครอบครัวคงคุ้นเคยกับโกรอนี้กันดี เพราะเป็นโกรอที่เกิดขึ้นบ่อย และเป็นกันบ่อย แต่เมื่อกำหนดในงานช่วง เมื่อเป็นแล้ว มักจะติดกันเป็นทอยๆ โดยเฉพาะกราดิตจากการเพื่อนที่โรงเรียน กลุ่มอาการขอโกรอ ผู้ป่วยจะมีไข้ เป็นผื่นแดง และมีตุ่มน้ำใส่เกิดขึ้นตามตัว โดยเริ่มจากบริเวณท้อง ลำไส้ปอดตามแขน ขา และใบหน้า หลังจากนั้นจะเกิดเป็นสะเก็ด และแผลเป็นขึ้นได้ มักหายได้เองประมาณ 2-3 สัปดาห์

“พยาบาลดูแลรักษาร่างกายให้แข็งแรง เพื่อระโกรคนี้ก็ขึ้นไม่ต่างตามวัย บางรายเป็นตอนเด็ก หรือวัยรุ่นรายอ่อนเป็นตอนโต ซึ่งถ้าปีนในตอนโตจะมีอาการ และการขึ้นดุ่มที่รุนแรงกว่า ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับภาวะของร่างกายด้วย การป้องกันอย่าลากเข้าใกล้ผู้ป่วย ลงมืออย่า เป็นคน” คุณหมออไหคำแนะนำ

อย่างไรก็ดี ปัจจุบันมีวัสดุชนิดป้องกันโกรธอีสุกอิสิค์ ซึ่งมีประสิทธิภาพค่อนข้างดี เตรียมฉีดในเด็กตั้งแต่ 1 ขวบเป็นต้นไป และจะกระตุ้นอีกครั้งในตอน 4 ขวบ ซึ่งเป็นวัสดุชนิดเสริม ยังไงกำหนดเป็นมาตรฐานที่เด็กทุกคนจะต้องฉีด

5. โรคท้องเสีย หรืออุจจาระร่วง

คุณหมอบอกอุ่นว่า ไวรัสโรคต้าเป็นเชื้อที่ก่อให้เกิดโรคอุจจาระร่วงในเด็กทารก และเด็กเส็กอยุ่น้อยกว่า 2 ปี โดยจากสถิติทั่วโลก และในประเทศไทยพบว่า ไวรัสโรคต้าเป็นสาเหตุหลักทำให้เด็กป่วย และเสียชีวิตด้วยโรคอุจจาระร่วงถึงปีละประมาณ 6 แสนคน

อย่างไรก็ดี ปัจจุบันมีวัคซีนป้องกันที่มีประสิทธิภาพ และปลอดภัย ซึ่งได้รับอนุมัติใช้ห้างหมู่ 2 ชนิด คือวัคซีนที่มีส่วนประกอบของเชื้อโรต้า 1 สายพันธุ์ และ 5 สายพันธุ์ ซึ่งเป็นวัคซีนชนิดรับประทาน (หยด) ที่มีข้อมูลความปลอดภัย และสามารถเริ่มให้กับทารกอายุตั้งแต่ประมาณ 6-12 สัปดาห์ การต้องยิงริมในช่วงอายุตั้งกล่าววนน เป็นเพียงในช่วงสักพัก時間 แล้ว เด็กหากจะยังได้รับภัยคุมกันที่สรุจจากกรกฎ และการกินนมแม่ การสร้างภัยคุมกันต่อไวรัสโรต้า จึงควรเริ่มนั้นในช่วงอายุประมาณ 2 เดือน ซึ่งเด็กอาจจะเริ่มมีโอกาสสัมผัสกับเชื้อโรคที่อยู่รอบๆ ตัวแล้ว

6. โรคไออีพีดี (IPD) และปอดบวม

โรคไออีพีดี หรือที่เรียกว่า Invasive Pneumococcal Disease คือโรคติดเชื้อชนิดรุนแรงที่มีสาเหตุจากเชื้อแบคทีเรียชื่อ “นิวโมคอคคัส” ทำใหเกิดการติดเชื้อในกระแสเลือดและที่เยื่องหุ้มสมอง ซึ่งมีความรุนแรง และอาจทำใหเด็กพิการ หรือเสียชีวิตได้โดยเฉพาะในเด็กเล็กอายุต่ำกว่า 2 ปี

ถ้าติดเชื้อที่ระบบประสาท เช่น เยื่องหุ้มสมองอักเสบ เด็กจะมีไข้สูง ปวดศีรษะรุนแรง คลื่นไส้ อาเจียน คอบแข็ง เด็กเล็กจะมีอาการอย่างซึม แพ้ และซักได้ สาวนการติดเชื้อในกระแสเลือด เด็กจะมีไข้สูง งอแง ภารุณแรงอาจทำใหหื้อก และเสียชีวิตได้อย่างไรก็ได้ตามอาการดังกล่าวควรรับพามาพนแพทย์ทันที

นอกจากนี้เจ้าชื่อ “นิวโมคอคคัส” ยังเป็นสาเหตุหลักของโรคปอดบวม หรือปอดอักเสบได้อีกด้วย ซึ่งจากข้อมูลการประเมินขององคกรอนามัยโลก และยุนิเซฟพบว่า ปอดบวมเป็นโรคที่คร่าชีวิตเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี เมื่อันดับ 1 ของโลก โดยมีเด็กที่เสียชีวิตจากโรคนี้สูงถึง 2 ล้านคนต่อปี ซึ่งมากกว่าโรคเอดส์ มาลาเรีย และหัดรวมกัน

“ปัจจุบันมีวัคซีนฉีดให้เด็กอายุต่ำกว่า 2 ปี เนื่องจากเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อสูง ส่วนในเด็กการรับรู้เมื่ออายุได้ 2 เดือนขึ้นไป และฉีดเข็มตอนเมื่ออายุได้ 4, 6 และ 12-15 เดือน โดยเด็กเล็กที่มีอายุต่ำกว่า 5 ปี ที่มีโรคประจำตัวเรื่อง หรือมีภัยมีคุมกันบุพพรอง เป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงสูง วัคซีนจึงมีส่วนสำคัญ สำหรับการป้องกัน ควรเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และสร้างสุขอนามัยที่ดีกับลูก เป็นตัวช่วยที่สำคัญที่สุด” คุณหมอกล่าวเสริม

สุดท้าย “นพ.พรเทพ สวนดุก” ได้ฝากทิ้งท้ายถึงโรคที่เกิดขึ้นกับเด็กในหน้าฝนว่า เด็กทุกคนมีโอกาสเจ็บป่วยได้ง่าย โดยเฉพาะในหน้าฝน ถ้าลูกมีอาการผิดปกติ เช่น ไข้สูง กินอาหารได้น้อย อาเจียน นอนเพลียงาย มีภาวะช้ำด้าน หรือมีน้ำเหลืองทารีงะน้ำทางเดินหายใจ เช่น ไอบอย หายใจเร็ว และกินอาหารได้น้อย ควรรับพามาพนแพทย์ทันที เพราะถ้าวันนี้จัดย่โรคเร็ว ความรุนแรงของโรค และโอกาสที่รักษาใหหายจะมีแนวโน้มสูง

อย่างไรก็ตี โรคภัยไข้เจ็บ ล้วนสร้างความไม่สมบูรณ์ และไม่สนับสนุนให้กับตัวเด็ก รวมไปถึงตัวคุณพ่อ คุณแม่เอง เพื่อป้องกันการเกิดโรค พอยแมครัวใส่ใจเรื่องสุขอนามัยของลูก ไม่ว่าจะเรื่องการล้างมือก่อนกินอาหาร การเล่น และการดูแลสุขภาพ ทั้งนี้เพื่อป้องกันโรคต่างๆ ที่จะตามมา อันจะส่งผลกับตัวลูกในภายหลังได้ นี่เป็นวิธีการป้องกันเบื้องต้นที่ทุกครอบครัวสามารถนำไปปฏิบัติได้ทุกบ้านครับ

แหล่งที่มา : ASTVผู้จัดการออนไลน์