

## >>>>> โรคที่มาพร้อมกับลมหนาว.....

นำเสนอเมื่อ : 22 พ.ย. 2552

### โรคที่มาพร้อมกับลมหนาว

BODY { BACKGROUND-IMAGE: url(http://img213.imageshack.us/img213/8031/22bg31py9.jpg); BACKGROUND-ATTACHMENT: fixed }



✖ ย่างนึ่งย่างฤดูหนาว ที่ปีนี้ในช่วงเวลาของอุณหภูมิที่ต่ำลงยาวนานกว่าปกติ ผลมาจากภาวะโลกร้อน ทำให้อากาศแปรปรวนหลายพื้นที่น่าเป็นห่วง เพราะไม่ใช่แต่ปัญหาจากอุณหภูมิเท่านั้น หนาวหนาวยังนำโรคหลายประการติดมาด้วย

✖ จากข้อมูลของประกาศกรมควบคุมโรค เรื่อง การป้องกันโรคที่เกิดในฤดูหนาว ระบุว่า อากาศที่เปลี่ยนแปลงนั้น หากร่างกายปรับตัวไม่ทันอาจทำให้เกิดโรคต่างๆ ขึ้นได้ โรคที่เกิดในฤดูหนาว มักจะเกิดกับเด็กและผู้สูงอายุเป็นส่วนใหญ่ ได้แก่ โรคหวัด ไข้หวัดใหญ่ ปอดบวม หัดเยอรมัน สุกใส และอุจจาระร่วง

✖ ไข้หวัดและโรคไข้หวัดใหญ่เกิดจากเชื้อไวรัส ติดต่อกันได้ง่ายโดยการหายใจ และเชื้อจะอยู่ในน้ำมูก น้ำลาย จึงติดต่อได้โดยการสัมผัส แพร่กระจายในสถานที่ที่มีคนอยู่รวมกันจำนวนมาก และอากาศไม่ถ่ายเท เช่น โรงหนัง ทางสรรพสินค้า

✖ อาการจะเริ่มต้นด้วยกักรมีไข้สูง ปวดศีรษะ ปวดเมื่อย น้ำมูกไหล ไอ จาม เจ็บหรือแสบคอ บางคนอาจหนาวสั่น ไข้หวัดใหญ่จะมีอาการรุนแรงกว่า คือ ตัวร้อนจัด หนาวสั่น ปวดศีรษะมาก ปวดกระดูก มักคลื่นไส้อาเจียน คอระแวงโรคแทรกซ้อน เช่น ปอดบวม หลอดลมอักเสบ คออักเสบ

✖ ในเด็กเล็ก และผู้สูงอายุ จะมีความเสี่ยงมากกว่าช่วงวัยอื่น และที่สำคัญหากอยู่ในพื้นที่ที่เลี้ยงสัตว์ปีก และป่วยหลังจากมีสัตว์ตาย อย่างผิดปกติ ต้องระวังเรื่องของไข้หวัดนก ควรพบแพทย์และแจ้งปศุสัตว์ทันที

✖ โรคปอดบวมเป็นโรคแทรกซ้อนของไข้หวัด หรืออาจเกิดจากการติดเชื้อโดยตรง ติดต่อกันได้ง่ายโดยการหายใจ และน้ำมูกน้ำลาย จึงสามารถติดต่อได้จากการไอของร่วมกัน มีระยะการฟักตัวของโรค 1-3 วัน

✖ ปอดบวม เป็นสาเหตุการตายอันดับหนึ่งของกลุ่มโรคติดเชื้อในเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี โดยเฉพาะเด็กแรกเกิด น้ำหนักตัวน้อย เด็กในวัยขวบแรก เด็กขาดสารอาหาร เด็กที่มีความพิการแต่กำเนิด ส่วนใหญ่ปอดบวมจะเกิดหลังจากโรคหวัดประมาณ 2-3 วัน หากเกิดในเด็กเล็กให้ระวังอาการช็อก

✖ โรคหัดเกิดจากเชื้อไวรัสหัด พบบ่อยในเด็กอายุระหว่าง 1-6 ปี ติดต่อกันได้ง่ายเพียงการไอจามรดกัน หรือหายใจเอาละอองเสมหะ น้ำมูก น้ำลาย ของผู้ป่วย ระบาดในช่วงฤดูหนาวต่อกับฤดูร้อน

จะมีไข้ น้ำมูกไหล ไอ ตาแดง จะรุนแรงมากขึ้น และผื่นจะขึ้นประมาณวันที่ 4 ไข้จะลดเมื่อผื่นกระจายทั่วตัว ระหว่างนั้นอาจเกิดโรคแทรกซ้อน เช่น ปอดอักเสบ อุจจาระร่วง ช่องหูอักเสบ สมออักเสบ และภาวะทุพโภชนาการ โดยเฉพาะเด็กที่ขาดวิตามินเอ เมื่อเป็นหัดจะมีความรุนแรงมาก หากมีปอดอักเสบรวมด้วยอาจทำให้เสียชีวิตได้

✖ หัดเยอรมัน เกิดจากเชื้อไวรัส ทำให้เกิดอาการไข้ มีผื่นคล้ายหัด แต่บางรายก็ไม่มี ในเด็กเล็กจะมีการเพียงเล็กน้อย แต่ในผู้ใหญ่จะมีอาการประมาณ 1-5 วัน ติดต่อกันจากการหายใจ หากอยู่ในระหว่างตั้งครรภ์ต้องระวังเป็นพิเศษ

✖ โรคสุกใส มักเกิดในเด็ก อาการเริ่มด้วยมีไข้ต่ำๆ เหมือนไข้หวัด หัด ไข้หวัดใหญ่ แล้วจะมีผื่นแดง ตุ่มนูน และเปลี่ยนเป็นตุ่มพองใสในวันที่ 2-3 นับแต่เริ่มมีไข้ หลังจากนั้นจะเป็นหนอง เริ่มแห้งตกสะเก็ด ในช่วง 5-20 วัน ผื่นอาจขึ้นในคอ ตา และปาก โดยทั่วไปจะไม่เกิดโรคแทรกซ้อน

✖ โรคอุจจาระร่วง มักเกิดในเด็กอายุต่ำกว่า 2 ปี ติดต่อกันจากการดื่มน้ำหรือกินอาหารที่มีเชื้อปนเปื้อนเข้าไป ติดต่อกันทางน้ำลาย น้ำมูกได้ ถ่ายเป็นน้ำหรือถ่ายเหลวบ่อยครั้ง โดยทั่วไปอาการไม่รุนแรง แต่บางคนอาจขาดน้ำรุนแรงจนต้องเข้าโรงพยาบาล ดูแลร่างกายให้อบอุ่น เลือกรับประทานอาหารปรุงสุก ร้อน น้ำสะอาด สามารถจะช่วยให้ในระดับหนึ่ง