



## หมอใหญ่กรุงเทพฯ : แนะนำประชาชนปฏิบัติหลัก ๕ ป. เป็นนิจพิชิตภัยไข้เลือดออก

นพ.สมพงษ์ บุญสืบชาติ นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา เปิดเผยว่า จากสภาพอากาศที่เปลี่ยนแปลงไปทำให้มีการระบาดของโรคไข้เลือดออกเกิดขึ้นเกือบทั้งปี เพื่อให้คนในครอบครัวปลอดภัยจากโรคไข้เลือดออกทุกครัวเรือนด้วยปฏิบัติหลัก ๕ ป. ให้เป็นนิจเพื่อร่วมพิชิตโรคไข้เลือดออก

โรคไข้เลือดออกเป็นโรคติดต่อที่เกิดจากการติดเชื้อไวรัสซึ่งมีุงลายเป็นพาหะนำโรค โดยผู้ป่วยจะมีไข้สูงลอยประมาณ ๒-๗ วัน ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามตัว ส่วนใหญ่จะมีอาการหน้าแดง มีจุดแดงๆ ตามลำตัว แขน ขา ในรายที่มีอาการรุนแรงอาจมีอาการคลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร และปวดท้อง ปัสสาวะน้อยลง กระสับกระส่าย มือเท้าเย็น โดยเฉพาะในช่วงที่ไข้ลดลงอย่างรวดเร็ว ผู้ดูแลต้องรีบนำส่งโรงพยาบาลทันที ไม่เช่นนั้นผู้ป่วยจะเข้าสู่ภาวะช็อก และอาจเสียชีวิตได้ซึ่งหากไม่ได้รับการรักษาภายใน ๑๒-๒๔ ชั่วโมง

สำหรับการดูแลรักษาผู้ป่วยโรคไข้เลือดออก ถ้ามีไข้สูงควรใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดตัวเพื่อลดไข้ และให้ทานยาพาราเซตามอลเท่านั้น ห้ามใช้ยาแอสไพรินหรือไอบูโพรเฟนเพราะจะทำให้เลือดออกในอวัยวะอื่นๆ ของร่างกายได้ง่าย หากมีอาการอ่อนเพลียให้ดื่มน้ำผลไม้หรือน้ำตาลเกลือแร่บ่อยๆ และถ้าหากอาการไม่ดีขึ้นควรรีบพาไปพบแพทย์ทันที

ในส่วนของการป้องกันและยับยั้งการแพร่ระบาดของโรคไข้เลือดออกที่ง่ายที่สุด คือ การทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำยุงลาย ซึ่งการพ่นสารเคมีกำจัดยุงลายตัวแก่ไม่สามารถกำจัดยุงลายให้หมดไปได้ เพราะยุงลายเป็นยุงที่อาศัยอยู่ในบ้านโดยมีแหล่งเพาะพันธุ์ที่สำคัญคือ ภาชนะเก็บกักน้ำสะอาดที่อยู่ในบ้าน การกำจัดลูกน้ำยุงลายในบ้านเรือนเป็นประจำทุกสัปดาห์ จึงเป็นวิธีควบคุมโรคไข้เลือดออกที่ได้ผลที่สุด ดังนั้นเพื่อความปลอดภัยของทุกคนในครอบครัว จึงเป็นหน้าที่ของเจ้าของบ้านที่จะต้องดูแลบ้านของตนเองให้ปลอดจากยุงลาย ส่วนยุงที่มีตามท่อระบายน้ำหรือน้ำสกปรกทั่วไปนั้น เป็นยุงที่สร้างความรำคาญเท่านั้นแต่ไม่ได้เป็นพาหะของโรคไข้เลือดออกแต่อย่างใด

การกำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำยุงลายในบ้านเรือนนั้น มีหลักการง่ายๆ คือ “หลัก ๕ ป.” ได้แก่ ป.ที่ ๑ คือ ปิดฝาภาชนะกักเก็บน้ำให้มีชนิดป้องกันยุงลายลงไปวางไข่ ป.ที่ ๒ คือ เปลี่ยนน้ำในภาชนะขนาดเล็กในบ้านทุกสัปดาห์ เช่น ขารองตู้กับข้าว แจกัน จานรองกระถางต้นไม้บ่อยๆ หรือให้ใส่เกลือแกง ผงซักฟอก น้ำส้มสายชู หรือทรายอะเบท ป.ที่ ๓ คือ ปล่อยปลาหางนกยูง ปลากินลูกน้ำ ในอ่างบัว อ่างปลูกพืชน้ำต่างๆ ในบริเวณบ้าน ป.ที่ ๔ คือ ปรับปรุงสิ่งแวดล้อมให้สะอาด ไม่ให้เป็นแหล่งเพาะพันธุ์ของลูกน้ำยุงลาย และ ป.ที่ ๕ คือ ปฏิบัติเป็นนิสัย ทำอย่างต่อเนื่องเป็นประจำทุกสัปดาห์เพื่อตัดวงจรชีวิตของยุง อีกทั้งทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลายทุก ๗ วัน ต่อเนื่องตลอดปี และที่สำคัญคือทุกคนต้องร่วมมือกันป้องกันอย่างจริงจัง

สำหรับการพ่นหมอกควันเพื่อฆ่ายุงลายตัวแก่ นั้น เท่าที่ผ่านมาการควบคุมยังได้ผลไม่ดี การควบคุมที่จะให้ผลยั่งยืนควรจะเน้นที่การกำจัดลูกน้ำยุงลายและไม่ให้ยุงกัด แต่หากมีอาการป่วยเป็นโรคไข้เลือดออก หรือมีอาการไข้สูงเกิน ๒ วัน อย่าได้นิ่งนอนใจให้รีบไปพบแพทย์ หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุขใกล้บ้านทันที ซึ่งถ้ามีการปฏิบัติตามนี้ทุกบ้านโรคไข้เลือดออกก็จะไม่เป็นปัญหาอีกต่อไป

ข่าว ๓๓/๒๕๕๕ : อลิษา พลเดช นักประชาสัมพันธ์

กลุ่มงานประชาสัมพันธ์ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา โทร ๐-๓๕๒๔-๓๕๒๐ ต่อ ๑๑๐