



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการกลุ่มงานบริหารทั่วไป สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา โทร. ๐๓๕๒๔ ๑๕๖๐

ที่ อ.ย. ๐๐๓๓.๐๐๑/ ๗๙ วันที่ , กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖

เรื่อง การส่งข่าวประชาสัมพันธ์ในภาระการประชุมคณะกรรมการจังหวัด

เรียน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา

ด้วย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ได้กำหนดให้มีการประชุมคณะกรรมการจังหวัดและหัวหน้าส่วนราชการ เป็นประจำทุกเดือน นั้น

กลุ่มงานบริหารทั่วไป งานประชาสัมพันธ์ได้ดำเนินการจัดทำเอกสารข่าวประชาสัมพันธ์ ของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา ประจำเดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ เพื่อเข้าระเบียบวาระ การประชุมเป็นวาระเพื่อทราบ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

21 —

(นางสาวพรรณี ยมนา)

นักวิชาการเงินและบัญชีชำนาญการ รักษาการในตำแหน่ง
นักจัดการงานทั่วไปชำนาญการพิเศษ

นายศรินทร์ อาจหาญ
นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการพิเศษ รักษาการในตำแหน่ง
นักวิชาการสาธารณสุขเชี่ยวชาญ (ผู้ประสานงาน)

๒๗ ก.พ. ๒๕๖๖

ทราบ

(นายยุทธนา วรรณโพธิ์ถ่าง)

นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา

๒๗ ก.พ. ๒๕๖๖



หมวดใหญ่กรุงเก่า : แนะนำเดินเค็มลัด “โรคตี”

นพ.ยุทธนา วรรรณโพธิ์คง นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา กล่าวว่าปัญหาโรคไตวายเรื้อรัง รวมทั้งโรคไตภาวะระยะสุดท้ายเป็นปัญหาทางสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศไทย เนื่องจากมีอัตราการเสียชีวิตที่สูง เป็นสาเหตุให้ครอบครัวและรัฐบาลต้องสูญเสียทรัพยากรในการดูแลรักษาผู้ป่วยกันนั่นเป็นจำนวนมาก ในวันพฤหัสบดีสักปิดที่ ๒ ของเดือนมีนาคมทุกปี ซึ่งในปีนี้ตรงกับวันที่ ๔ มีนาคม คำขวัญรณรงค์วันไตโลก ประจำปี ๒๕๖๖ “ตระหนักภัย ใส่ใจไต ป้องกันไว้ เน้นก่อนมี” สหพันธ์มูลนิธิโรคไตนานาชาติและสมาคมโรคไตนานาชาติ ได้กำหนดให้เป็น “วันไตโลก” (world kidney day) ปัจจุบันสถานการณ์โรคไตทั่วโลกมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ สำหรับในประเทศไทยข้อมูลจากสมาคมโรคไตแห่งประเทศไทย จำกัดข้อมูลปี ๒๕๖๕ ในประเทศไทย มีผู้ป่วยไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย จำนวน ๖๓,๖๙๔ ราย และเป็นผู้ป่วยลังไถผ่านช่องท้อง จำนวน ๓๒,๘๗๒ ราย ผู้ป่วยฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม จำนวน ๒๕,๖๕๖ ราย และผู้ป่วยฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมที่รับเฉพาะยา EPO จำนวน ๖,๕๕๖ ราย จะเห็นได้ว่าโรคไตวายเรื้อรังเป็นโรคที่คุกคามสุขภาพ และจะมีผู้ป่วยไตวายเรื้อรังระยะสุดท้ายในระบบเพิ่มจำนวนมากขึ้นทุก ๆ ปี โรคไตวาย มี ๒ ชนิด คือ โรคไตวายเฉียบพลัน และ โรคไตวายเรื้อรัง โรคไตวายเฉียบพลัน เกิดจากภาวะ ที่ทำให้เลือดไปเลี้ยงไตน้อยลงซึ่งทำให้ไตเสื่อมอย่างรวดเร็ว เช่น จากการเสียเลือดจากอุบัติเหตุ ห้องเสียรุนแรง ภาวะขาดน้ำรุนแรง ภาวะไตอักเสบอย่างรุนแรง ภาวะทางเดินปัสสาวะอุดตันเฉียบพลัน ถ้าภาวะต่างๆ ดังกล่าวได้รับการแก้ไขโดยเร็ว การทำงานของไตจะกลับมาเป็นปกติได้ แต่หากแก้ไขไม่ทันหรือไม่ตอบสนองต่อการรักษาจะทำให้ไตเสื่อมการทำงานไปเรื่อยๆ จนทำให้เกิดภาวะโรคไตวายเรื้อรังได้ โรคไตวายเรื้อรังเป็นภาวะที่ต้องสูญเสียการทำงานไปจากเดิมเป็นระยะเวลามากกว่า ๓ เดือน โรคไตเรื้อรังระยะเริ่มต้นอาจไม่มีอาการหรืออาการไม่ชัดเจน ผู้ป่วยมักมีอาการผิดปกติเมื่อการทำงานของไตเสื่อมมากแล้ว เช่น เป้ออาหาร คลื่นไส้อาเจียน ห้องเสีย อ่อนเพลียไม่มีแรง ว่างชีวิตหลับง่าย ขาดสามารถทานอาหาร ด้วยความ ปัสสาวะน้อยลงเวลากลางวัน ตื้นมากับปัสสาวะบ่อยเวลากลางคืน ปัสสาวะเป็นฟอง ผิวหนังแห้งคัน สีผิวคล้ำ สิ่งที่ตรวจพบเป็นประจำในผู้ป่วยโรคไต คือ ความดันโลหิตสูง ปัสสาวะผิดปกติ อาจตรวจพบภาวะโลหิตจางและภาวะเกลือแร่ในเลือดผิดปกติร่วมด้วย

นพ.ยุทธนา วรรณโพธิ์กลาง นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา กล่าวต่อว่า ควรหลีกเลี่ยงอาหารเค็มหรือลดปริมาณการใช้สารปรุงสabor ในอาหาร เช่น เกลือผงชูรส น้ำปลา ซีอิ๊ว หรือซอสต่างๆหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารประเภทผลไม้แข็ง อาหารหมักดอง อาหารกระป๋องชนิดที่กึ่งสำเร็จรูป บางครั้งอาหารบางอย่างไม่มีรสชาติเด็ดเดี่ยวแต่มีส่วนประกอบของโซเดียมอยู่ด้วยก็ควรระมัดระวังเช่น ขนมที่ใช้ผงฟู เค้ก คุกเก้ เป็นต้น จะเห็นได้ว่าอาหารนั้น มีผลกระทบต่อโรคไตได้ดังนั้นจึงควรซ้ายกันรณรงค์ให้ประชาชนหันมาใส่ใจสุขภาพออกกำลังกายไม่อ้วน ไม่กินหวาน ไม่กินเค็ม เพื่อให้มีสุขภาพที่แข็งแรง และมีสุขภาพดีที่ดีต่อไปในอนาคต ส่วนความเชื่อที่ว่า อาการปวดหลังและอาการขาบวมน้ำจะเกิดจากโรคไต จึงมักมากขอตรวจว่าเป็นโรคไตหรือไม่ ซึ่งผลตรวจ ส่วนใหญ่จะพบว่าการทำงานของไตเป็นปกติ อาการปวดหลังอาจเกิดจากโรคของกระดูกหรือกล้ามเนื้อริมฝีความเป็นไปได้ว่าจะเป็นโรคนี้ที่ได้ ส่วนอาการ ขาบวมน้ำสามารถพบได้ทั้งผู้ที่เป็นโรคไต โรคหัวใจ โรคตับ หรือโรคหลอดเลือดที่ขา ดังนั้นผู้ที่มีอาการเหล่านี้จึงจำเป็นต้องได้รับการตรวจหาสาเหตุอย่าง ละเอียด เนื่องจากทั้งอาการปวดหลังและขาบวมน้ำแต่เป็นอาการที่ไม่เฉพาะเจาะจงว่าต้องเป็นโรคใดเท่านั้น

หมวดใหญ่กรุงเก่า : แนะนำชนเผ่าและคนเมืองให้ห่างไกลวันโรค

พ.ยุทธนา วรรธน์โพธิ์กล้า นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา กล่าวว่า ปัจจุบันประเทศไทยยังคงเป็น ๑ ใน ๑๕ ประเทศที่มีปัญหารั่นໂຄຮູນแรงของໂລກ ທັງນີ້ໃນປະເທດໄທມີຜູ້ປ່າຍວັນໂຄປະມານ ๑ ແສນຄນ ຜົງມີຜູ້ປ່າຍບາງສ່ວນທີ່ຍັງໄໝທ່ານຕິດເຂື້ອວັນໂຄ ແລະບາງສ່ວນທີ່ຍັງໄໝໄດ້ເຂົ້າບກກາຣັກ່າ ນອກຈາກນີ້ຍັງມີຜູ້ປ່າຍບາງຮາຍທີ່ໄໝໄດ້ບກກາຣັກ່າອ່າຍ່າງຫວຼານະຍະເວລາທີ່ກໍາຫັດຈຶ່ງຈາກດ້ວຍໆຢາ ຍາກຕ້ອກກາຣັກ່າ ແລະອາງແພຣເຊື້ອວັນໂຄ ໄປສັບອື່ນໄດ້ ອົງກາຣອນນັຍໂລກຈຶ່ງໄດ້ກໍາຫັດໃຫ້ ວັນທີ ๒๔ ມັນາຄນຂອງທຸກປີ ເປັນ “ວັນວັນໂຄໂລກ” ຜູ້ປ່າຍວັນໂຄຄວດແລດນເອງ ດັ່ງນີ້

- ๑) รับประทานยาภัณฑ์โรคตามที่แพทย์แนะนำจนครบ ตามกำหนด เพื่อป้องกันการเกิดวัณโรคดื้อยา ถ้ามีอาการผิดปกติหลังเริ่มรับประทานยาภัณฑ์โรคเช่น มีผื่น อาเจียน ปวดหัว ต้องรีบพบแพทย์เพื่อทำการปรับยาและพบแพทย์ตามนัดสำหรับเด็ก

๒) ในช่วงแรกของการรักษาโดยเฉพาะสองอาทิตย์แรกก็เป็นระยะแพร่เชื้อ ผู้ป่วยควรอยู่แต่ในบ้าน โดยแยกห้องนอน นอนในห้องที่อากาศถ่ายเทสะดวก แสงแดดส่องถึงไม่ออกไปในที่มีผู้คนแอนด์ และต้องสวมหน้ากากอนามัยเวลาอยู่ในที่ชุมชน

๓) ปิดปาก จมูก เวลาไอ หรือจามทุกครั้ง

๔) งดสิงเสพติด เช่น เหล้า บุหรี่ พกผ่อนให้พิยองพ้อ ทานอาหารที่มีประโยชน์ เช่น เนื้อสัตว์ ไข่ ตับพืช ผัก และผลไม้

๕) ให้บุคคลใกล้ชิด เช่น คนในครอบครัว พงแพทย์ เพื่อติดตามร่างกายและอธิบายเรื่องปอด

นพ.ยุทธนา วรรณโพธิ์กลาง นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา กล่าวต่อว่า ในปัจจุบันมีการรักษาล้มโคงที่ได้ผลดีหลายชนิด ซึ่งในการรักษาจะให้ยาร่วมกันอย่างน้อย ๓ ชนิด เพื่อลดอัตราการต้องยาและเพิ่มประสิทธิภาพของยา การรักษาจะได้ผลดีถ้าผู้ป่วยมารับการรักษาตั้งแต่ระยะเริ่มแรก และจะต้องกินยาอย่างสม่ำเสมอเป็นระยะเวลาอย่างน้อย ๖ เดือน หมั่นดูแลตนเอง พักผ่อนให้เพียงพอ รับประทานอาหาร ที่มีประโยชน์ และวิตามินสูงเพื่อช่วยเพิ่มความด้านทนทาน โรค และเพื่อให้ทั่งไก่จากวัณโรคทุกคนควรป้องกันตนเอง ด้วยการหลีกเลี่ยงการสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วยที่กำลัง มีอาการไอ หากประชาชนท่านใดมีอาการดังกล่าวข้างต้นควรรีบพบแพทย์ในสถานบริการสาธารณสุขใกล้บ้าน