



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ กลุ่มงานบริหารทั่วไป สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา โทร. ๐ ๓๕๒๔ ๑๕๒๐

ที่ อย ๐๐๓๓.๐๐๑/ ๗๕๖ วันที่ ๖ พฤษภาคม ๒๕๖๖

เรื่อง การส่งข่าวประชาสัมพันธ์ในวาระการประชุมคณะกรรมการจังหวัด

เรียน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา

ด้วย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ได้กำหนดให้มีการประชุมคณะกรรมการจังหวัดและหัวหน้าส่วนราชการเป็นประจำทุกเดือน นั้น

กลุ่มงานบริหารทั่วไป งานประชาสัมพันธ์ได้ดำเนินการจัดทำเอกสารข่าวประชาสัมพันธ์ของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา ประจำเดือนพฤษภาคม ๒๕๖๖ เพื่อเข้าระเบียบวาระการประชุมเป็นวาระเพื่อทราบ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

(นายอภิรักษ์ วัฒนวิภกิจ)

นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ
หัวหน้ากลุ่มงานบริหารทั่วไป

(นายนครินทร์ อ่างหาญ)

นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการพิเศษ รักษาการในตำแหน่ง
นักวิชาการสาธารณสุขเชี่ยวชาญ (ด้านส่งเสริมพัฒนา)

ทราบ

(นายยุทธนา วรรณโพธิ์กลาง)

นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา

๕ พ.ค. ๒๕๖๖



หมอใหญ่กรุงเทพฯ : แนะนำประชาชนขาดสารไอโอดีน ทำไอคิวเด็กตกลง

นพ.ยุทธนา วรณโพธิ์กลาง นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา กล่าวว่า สารไอโอดีนมีความสำคัญและจำเป็นต่อร่างกาย ถ้าร่างกายได้รับสารไอโอดีนไม่เพียงพอแก่ความต้องการ โดยเฉพาะในหญิงตั้งครรภ์ อาจทำให้ทารกเจริญเติบโตช้า แคร่แกร็น พิกการหรือปัญญาอ่อน ซึ่งคณะรัฐมนตรีได้ให้ความสำคัญ และมีมติเห็นชอบกำหนดให้ วันที่ ๒๕ มิถุนายน ของทุกปี เป็นวันไอโอดีนแห่งชาติ ตั้งแต่ปี ๒๕๔๕ เพื่อเป็นการเทิดพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช รัชกาลที่ ๙ เนื่องในโอกาสที่สภานานาชาติเพื่อการควบคุมโรคขาดสารไอโอดีน หรือไอซีซีไอดีตี (International Council for Control of Iodine Deficiency Disorders, ICCIDD) ได้ทูลเกล้าฯ ถวายเหรียญทอง ICCIDD ที่ทรงมีพระมหากรุณาธิคุณในการวินิจฉัยปัญหา และพระราชทานแนวทางการแก้ไขโรคขาดสารไอโอดีน หรือโรคเอ๋อในประเทศไทย กระทรวงสาธารณสุข จึงดำเนินงานเพื่อควบคุมและป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนมาอย่างต่อเนื่อง และจัดกิจกรรมรณรงค์เนื่องในวันไอโอดีนแห่งชาติเป็นประจำทุกปีตั้งแต่ปี ๒๕๔๕ เพื่อรณรงค์ให้คนไทยตระหนักถึงภัยร้ายของการขาดสารไอโอดีน

ไอโอดีน เป็นธาตุที่มีอยู่ในธรรมชาติพบมากในอาหารทะเล เช่น กุ้ง ปลา ปลาหมึก หอย สาหร่ายทะเล ไอโอดีนเป็นส่วนประกอบจำเป็นต่อการผลิตฮอร์โมนของต่อมไทรอยด์ที่เรียกว่า “ธัยร็อกซิน” ซึ่งฮอร์โมนนี้จะเข้าสู่กระแสเลือด ทำหน้าที่ควบคุมอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย และเสริมความเจริญเติบโตของระบบประสาทและสมอง

สาเหตุ การขาดสารไอโอดีนมีสาเหตุใหญ่ ได้แก่ ประชาชนบริโภคสารไอโอดีนไม่เพียงพอ การไม่ได้กินอาหารทะเลหรือกินน้อยจนไม่พอต่อความต้องการ ประชาชนขาดความรู้และเห็นถึงความสำคัญของสารไอโอดีน จึงขาดความสนใจที่จะควบคุมและป้องกันโรคดังกล่าว

กลุ่มเสี่ยง กลุ่ม ๑) หญิงตั้งครรภ์ หากหญิงตั้งครรภ์ขาดไอโอดีน ลูกที่คลอดมามีโอกาสเสี่ยงพิการหรือปัญญาอ่อน จึงกำหนดนโยบายกระทรวงสาธารณสุขให้สถานบริการสาธารณสุข ให้ไอโอดีนในหญิงตั้งครรภ์ที่ไปฝากครรภ์ฟรี กลุ่ม ๒) กลุ่มทารกแรกเกิด จะต้องตรวจเลือดทุกคนเพื่อคุ้ระดับไทรอยด์ฮอร์โมน ซึ่งจะมีผลต่อความเฉลียวฉลาด และการเจริญเติบโตของเด็ก หากพบไทรอยด์ฮอร์โมนต่ำ ให้รับรักษาทันที กลุ่ม ๓) กลุ่มเด็กเล็กจนถึงประชาชนทั่วไป เนื่องจากไอโอดีนมีความจำเป็นสำหรับคนทุกเพศทุกวัย สำหรับเด็กหากโดเกินและขาดไอโอดีนระดับไอคิวจะต่ำ

อาการผิดปกติ ของการขาดสารไอโอดีน ทารกในครรภ์ คือ ร่างกายและสมองเจริญเติบโตช้าก่อให้เกิดความพิการแต่กำเนิด เป็นใบ้หูหนวก ตาเหล่ ร่างกายแคระแกร็น และปัญญาอ่อน ทารกหลังคลอด การเจริญเติบโตทางร่างกายช้า มีสติปัญญาหรือไอคิวต่ำ ปัญญาอ่อน และมีอัตราการเจ็บป่วยสูง ผู้ใหญ่ ต่อมไทรอยด์โตหรือคอพอก และมีภาวะขาดไทรอยด์ฮอร์โมน เช่น อ้วน เชื่องช้า หัวใจเต้นผิดปกติและการทำงานของร่างกายด้อยลง

การป้องกัน รับประทานอาหารที่มีไอโอดีน เช่น อาหารทะเล ปูงอาหารที่มีส่วนประกอบของสารไอโอดีน เช่น น้ำปลา ซอส เกลือที่เสริมไอโอดีน ใช้ปูงอาหารเป็นประจำ หญิงตั้งครรภ์ควรรับประทานอาหารที่ได้รับสารอาหารครบถ้วนและเพียงพอต่อร่างกาย และยาเม็ดเสริมไอโอดีน โรคขาดสารไอโอดีนเป็นโรคร้ายแรง แต่สามารถป้องกันได้ง่ายถ้าเราให้ความสนใจและเห็นถึงความสำคัญของโรคขาดสารไอโอดีน

หมอใหญ่กรุงเทพฯ : หมอใหญ่กรุงเทพฯ : แนะนำประชาชนปฏิบัติหลัก “๓เก็บ ๕ส.” เป็นนิจพิชิตโรคไข้เลือดออก

นพ.ยุทธนา วรณโพธิ์กลาง นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา กล่าวว่า จากสภาพอากาศที่เปลี่ยนแปลงไปซึ่งมีผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม ก่อให้เกิดการระบาดของโรคไข้เลือดออกเกิดขึ้นเกือบทั้งปี ปัญหาของโรคไข้เลือดออกไม่ได้มีเฉพาะประเทศไทย ประเทศในภูมิภาคเขตร้อนชื้น เช่น เอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ก็มีปัญหาเช่นกัน ดังนั้น ประเทศสมาชิกกลุ่มอาเซียนทั้ง ๑๐ ประเทศ คือ ไทย อินโดนีเซีย มาเลเซีย ฟิลิปปินส์ ลิงคโปร์ บรูไน เวียดนาม ลาว พม่า และกัมพูชา จึงมีมติร่วมกันกำหนดให้ทุกวันที่ ๑๕ มิถุนายน ของทุกปี เป็น “วันไข้เลือดออกอาเซียน” (ASEAN Dengue Day) เพื่อร่วมมือรณรงค์ไปด้วยกัน เพื่อให้คนในครอบครัวปลอดภัยจากโรคไข้เลือดออกทุกครัวเรือนควรใช้หลัก ๓ เก็บ ๕ส. ร่วมกับการใช้ตะไคร้หอมกันยุง

โรคไข้เลือดออกเป็นโรคติดต่อที่เกิดจากการติดเชื้อไวรัส โดยมียุงลายเป็นพาหะนำโรค ผู้ป่วยจะมีไข้สูงลอยประมาณ ๒ - ๗ วัน ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามตัว ส่วนใหญ่จะมีอาการหน้าแดง มีจุดแดงๆ ตามลำตัว แขน ขา ในรายที่มีอาการรุนแรงอาจมีอาการคลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร และปวดท้อง ปัสสาวะน้อยลง กระสับกระส่าย มือเท้าเย็น โดยเฉพาะในช่วงที่ไข้ลดลงอย่างรวดเร็ว ผู้ดูแลต้องรีบนำส่งโรงพยาบาลทันที เพราะหากไม่ได้รับการรักษาภายใน ๑๒ - ๒๔ ชั่วโมง ผู้ป่วยจะเข้าสู่ภาวะช็อกและอาจเสียชีวิตได้

สำหรับการดูแลรักษาผู้ป่วยโรคไข้เลือดออก ถ้ามีไข้สูงควรใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดตัวเพื่อลดไข้ และให้ทานยาพาราเซตามอลเท่านั้น ห้ามใช้ยาแอสไพรินหรือไอบูโพรเฟน เพราะจะทำให้เลือดออกในอวัยวะอื่นๆ ของร่างกายได้ง่าย หากมีอาการอ่อนเพลียให้ดื่มน้ำผลไม้หรือน้ำตาล เกลือแร่บ่อยๆ

การป้องกันและยับยั้งการแพร่ระบาดของโรคไข้เลือดออกที่ง่ายสุด คือ ทุกครัวเรือนต้องร่วมกันทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำยุงลายในบ้านเรือนนั้น มีหลักการง่ายๆ คือ ๓ เก็บ ๕ส. ได้แก่ ๓เก็บ : เก็บบ้าน ให้ปลอดโปร่งไม่ให้ยุงลายเกาะพัก เก็บขยะ เศษภาชนะไม่ให้เป็นแหล่งเพาะพันธุ์ของยุงลาย และเก็บน้ำ ปิดให้มิดชิดหรือเปลี่ยนถ่ายน้ำทุกสัปดาห์ไม่ให้ยุงลายวางไข่ ๕ ส. : ๑.สะอาด เก็บข้าวของให้ปลอดโปร่ง ๒.สะดวก จัดวางหรือจัดเก็บสิ่งของให้เป็นระเบียบ ๓.สะอาด การดูแลรักษาสิ่งแวดล้อมในที่ทำงานให้เรียบร้อย ๔.สุขลักษณะ คือ รักษาความสะอาด และ ๕.สร้างนิสัย ฝึกให้เป็นนิสัย และดำเนินการตามมาตรการ เพื่อพิชิต๓โรคคือ ไข้เลือดออก โรคติดเชื้อไวรัสซิกา และโรคไข้ปวดข้อยุงลาย

การป้องกันโรคไข้เลือดออกที่ดีที่สุดคือ “ไม่ให้ยุงกัด” โดยการใส่สเปรย์ตะไคร้หอมฉีดตามร่างกายก่อนที่จะเดินทางไปในสถานที่ที่คิดว่าน่าจะมียุงลาย หรือใช้ต้นตะไคร้หอมพวงไว้ข้างๆ นอกจากนั้นแล้วอาจใช้สารสกัดตะไคร้หอมชุบสำลีวางไว้ใกล้ๆ ตัวเมื่อพบว่าสถานที่นั้นๆ มียุงลายอาศัยอยู่ เพราะน้ำมันหอมระเหยที่สกัดจากต้นตะไคร้หอมมีฤทธิ์ไล่ยุงและแมลงได้ ซึ่งจากการทดลองเมื่อนำน้ำมันหอมระเหยจากตะไคร้หอมมาทดสอบกับยุงที่เป็นพาหะของโรคต่างๆ พบว่ามีผลป้องกันยุงกัดได้นาน ๘ - ๑๐ ชั่วโมง จึงเป็นอีกหนึ่งทางเลือกที่เป็นการส่งเสริมผลิตภัณฑ์ท้องถิ่นที่เป็นภูมิปัญญาไทย นำมาช่วยป้องกันโรคไข้เลือดออกได้ด้วย