

รู้หรือไม่ ? จามหนึ่งครั้ง แพร่เชื้อให้ผู้อื่นได้ถึง 150 คน แนะ สวมหน้ากากอนามัย เพื่อป้องกันไข้หวัดใหญ่

ขณะนี้正值การระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่ เนื่องจากฝนที่ตกลงมาในหลายพื้นที่ ทำให้สภาพอากาศเปลี่ยนแปลง จึงมีผู้ป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่จำนวนมาก สคร.9 เตือนประชาชนรักษาสุขภาพให้แข็งแรง หากป่วยเป็นไข้หวัด ควรสวมหน้ากากอนามัยเพื่อลดการแพร่เชื้อไปสู่ผู้อื่น เนื่องจากการจามแต่ละครั้ง จะสามารถแพร่เชื้อให้ผู้อื่นได้ถึง 150 คน ประชาชนกลุ่มเสี่ยงสามารถไปฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ฟรีที่สถานพยาบาลของรัฐใกล้บ้าน จนถึงสิ้นเดือนสิงหาคมนี้

นายแพทย์ธีรวัฒน์ วลัยเสถียร ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา กล่าวถึงโรคไข้หวัดใหญ่ว่า ในช่วงนี้คาดว่าจะมีผู้ป่วยโรคไข้หวัดใหญ่เพิ่มขึ้น เนื่องจากเป็นช่วงฤดูการระบาดของโรคนี้ ซึ่งผลงานวิจัยในประเทศอังกฤษระบุว่า หากมีคนจามในรถโดยสารสาธารณะ 1 ครั้งโดยไม่ปิดปาก จะมีละอองออกมาถึง 100,000 หยด ด้วยความเร็ว 90 ไมล์ต่อชั่วโมง สามารถทำให้ผู้ร่วมรถโดยสารติดเชื้อมากได้ถึง 150 คน คนที่ไม่มีผ้าเช็ดหน้าหรือกระดาษทิชชู ก็มักจะจามใส่มือตัวเอง หลังจากนั้นก็ไปหยิบจับสิ่งของเครื่องใช้ต่างๆ คนที่จับตามหลังหากไม่ล้างมือ ก็มีโอกาสดูดเชื้อได้

ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา กล่าวต่อไปว่า ขอความร่วมมือสถานศึกษาให้คัดกรองเด็กทุกเช้าก่อนเข้าเรียน หากมีอาการ ไข้ ไอ มีน้ำมูก ให้แยกออก และใส่หน้ากากอนามัย จากนั้นแจ้งผู้ปกครองรับเด็กกลับและพักที่บ้าน รวมทั้งพิจารณาปิดสถานศึกษาหากมีเด็กป่วยหลายคน เพื่อควบคุมการระบาดและการแพร่กระจายเชื้อ จัดให้มีจุดล้างมือ สบู่หรือแอลกอฮอล์เจล และหน้ากากอนามัยไว้ที่ห้องพยาบาล ทั้งนี้ ประชาชนกลุ่มเสี่ยง ควรไปฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ ได้แก่ 1.หญิงตั้งครรภ์ อายุครรภ์ 4 เดือนขึ้นไป 2.เด็กอายุ 6 เดือนถึง 2 ปี 3.ผู้มีโรคเรื้อรัง คือ ปอดอุดกั้นเรื้อรัง หอบหืด หัวใจ หลอดเลือดสมอง ไตวาย ผู้ป่วยมะเร็งที่อยู่ระหว่างการได้รับเคมีบำบัด และเบาหวาน 4.บุคคลที่มีอายุ 65 ปีขึ้นไป ผู้มีน้ำหนักตัวมากกว่า 100 กก. ผู้พิการทางสมองที่ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ ผู้ป่วยโรคธาลัสซีเมีย และผู้ที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่อง (รวมผู้ติดเชื้อ HIV ที่มีอาการ) สามารถรับบริการฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ได้ฟรีที่สถานพยาบาลของรัฐใกล้บ้าน ตั้งแต่บัดนี้ ถึง 31 สิงหาคม 2560
ที่มา: <http://www.thaihealth.or.th/>

สายด่วนกรมควบคุมโรค 1422

สุขภาพดี
เริ่มต้นที่นี่