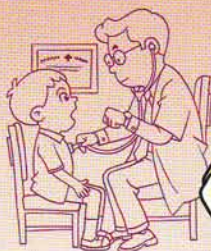


ไข้หวัดใหญ่ เรื่องน่าใส่ใจ





โง้ววัดในญั เรื่อหน้าใสใจ

จัดพิมพ์โดย

กลุ่มโรคติดต่ออุบัติใหม่อุบัติซ้ำ

สำนักโรคติดต่อทั่วไป

กรมควบคุมโรค

กระทรวงสาธารณสุข

โทร. 0-2590-3167

<http://thaigcd.ddc.moph.go.th>

ภาพการ์ตูนโดย

เชียว ไทยรัฐ

พิมพ์ครั้งที่ 1

พฤษภาคม 2549

จำนวนพิมพ์

50,000 เล่ม

พิมพ์ที่

ชุมนุมสหกรณ์เพื่อการเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด

ISBN

974-297-522-1

คำนำ



หนึ่งสื่อโทรทัศน์ในชุด เรื่องหัวใจ เล่มนี้ จัดทำขึ้นเพื่อเผยแพร่ความรู้เรื่องโรคแก่นักเรียน และประชาชนทั่วไปมีเนื้อหาสาระที่จะช่วยให้เข้าใจประเด็นสำคัญเกี่ยวกับสาเหตุของโรค วิธีการติดต่อ การป้องกันตนเองและบุตรหลานให้ปลอดภัยจากโรคนี้ รวมถึงไปถึงวิธีการป้องกันไม่ให้ตนเองแพร่เชื้อไปให้คนอื่น ๆ เพื่อนๆ และญาติพี่น้อง

คณะผู้จัดทำจึงเป็นห่วงกังวลว่า หนังสือเล่มนี้จะ เป็นประโยชน์ต่อเยาวชนไทย และผู้อ่านทุกท่าน ซึ่งหากท่านจะช่วงกันเผยแพร่ต่อไป ก็จะเป็นประโยชน์ในวงกว้างมากยิ่งขึ้น

และขอขอบคุณห่วงกังวล หากท่านจะกรุณาให้ข้อเสนอแนะเพื่อใช้ในการปรับปรุงหนังสือเล่มนี้ในโอกาสต่อไป

คณะผู้จัดทำ

กรมควบคุมโรคหัวใจ หลั่งในคนไทย ปลอดภัยจากโรคติดต่อ





ต้นกับขวัญ
เลิกเรียนแล้ว ทำไม
ยังไม่กลับบ้านอีกล่ะ



สวัสดีค่ะ: อานมอ

สวัสดีครับ อานมอ



สวัสดีครับ





แต่ เอ....
อานมอดรับ
โรคไข้นวดิโนญ
เป็นอย่างไร
ครับ ?

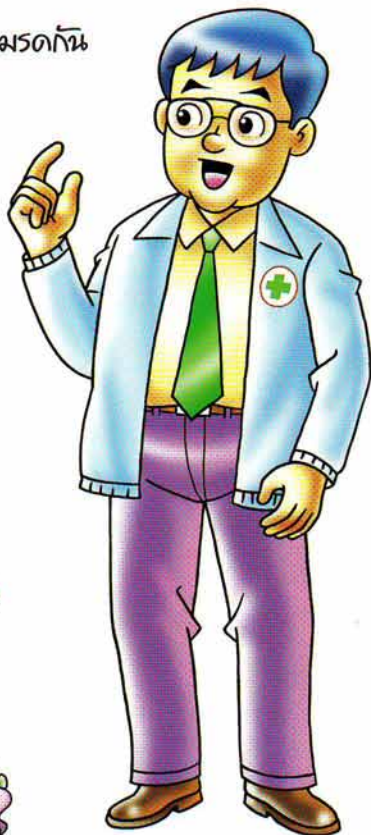


โรคโพรวัดใหญ่เป็นโรค
ติดเชื้อไวรัสของระบบ
ทางเดินหายใจ
เชื้อจะอยู่ในน้ำมูก
และเสมหะของ
ผู้ป่วย

แล้วโรคนี้
ติดต่อกันทางไหน
บ้างคะ ?

โรคโพรวัดใหญ่
ติดต่อกันจากคนหนึ่ง
สู่อีกคนหนึ่ง...

ไม่ว่าจะเป็นการไอ หรือจามรดกัน



หรือเชื้อไวรัส
อาจติดมากับมือ
ผ้าเช็ดหน้า แก้วน้ำ

แล้วอาการจะเป็น
อย่างไรครับ ?



หลังจากได้รับเชื้อ
ไวรัสโหวัดใหญ่
เข้าสู่ร่างกายประมาณ
1-3 วัน



จะเริ่มมีไข้สูงเฉียบพลัน
หนาวสั่น ปวดศีรษะ



ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ
อ่อนเพลียงมาก





โอหนี่งๆ
คันคอ
คอหนี่ง

อาจมีอาการ
คัดจมูก
น้ำมูกไหล



แต่ส่วนใหญ่วิธีป้องกันที่เป็นเด็ก
มักมีไข้อสูงกว่าในผู้ใหญ่



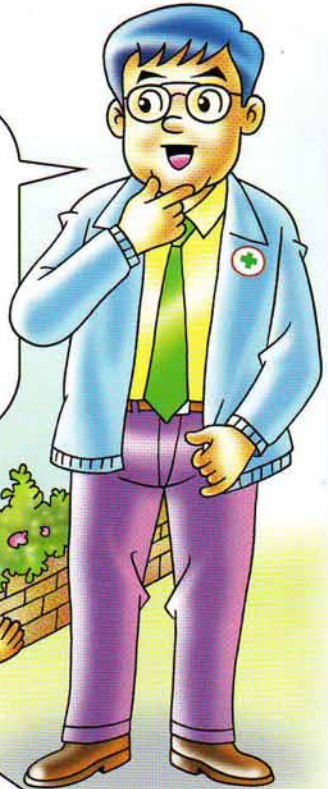
และอาจมี
อาการคลื่นไส้
อาเจียน และ
ท้องเสียได้





โห ! น่ากลัวจังเลย
แล้วนานไหมครับ
กว่าจะหาย ?

โห วัณโรคในผู้ใหญ่มีอาการรุนแรง
และป่วยนานกว่าวัณโรคธรรมดา
แต่โดยทั่วไปมักมีอาการดีขึ้น
ภายใน 5 วันหลังป่วย และ
หายเป็นปกติภายใน 7-10 วัน



แล้วเราจะมีวิธีการรักษา
อย่างไรคะ อานมอ ?



การรักษาเบื้องต้น โดยการ
กินยาลดไข้ และเช็ดตัวด้วยน้ำ
ธรรมดา



ดื่มน้ำร้อนน้ำผลไม้หลายๆ
ชนิด พักผ่อนให้เพียงพอ
ทานอาหารที่มีประโยชน์



แต่หากอาการไม่ดีขึ้น
ใน 2-3 วัน ต้องรีบไป
พบแพทย์



แล้วจะป้องกันอย่างไรดีครับ ?



รักษาร่างกายให้แข็งแรง
ออกกำลังกายอย่าง
สม่ำเสมอ



รับประทานอาหารที่มี
ประโยชน์ เช่น ผัก ผลไม้
นม ไข่ ปลา ฯลฯ เพื่อสร้าง
ภูมิคุ้มกันทานให้แข็งแรง



หลีกเลี่ยงการดื่มน้ำสกปรก
ผู้ป่วย ไม่ใช้ของร่วมกับผู้อื่น
โดยเฉพาะของผู้ป่วย



หมั่นล้างมือบ่อยๆ
ช่วงป้องกันการแพร่
และการติดเชื้อได้
เป็นอย่างดี



แล้วตีไปแจ้งม
นางเอก เราจะติดเชื้อ
ไวรัสโคโรนาใน
หรือเปล่าคะ ?



ถ้าเราใส่ใจโรคโคโรนาในใหญ่ เราป้องกัน
ได้ เพราะงานนี้อานมามีผ้าปิดปาก
ติดมาด้วย



แล้วเราจะเอา
ผ้าปิดปากมาใช้
ทำอะไรครับ ?



ก็เอาให้นางเอกใช้ เพราะคนที่ป่วย
ก็ควรใช้ผ้าปิดปาก ปิดจมูก เมื่อ
มีอาการไอหรือจาม
เพื่อป้องกันไม่ให้
เชื้อแพร่กระจาย
ไกลๆ





ขอบคุณอันมาก
นะครับ ที่อธิบายเกี่ยวกับ
โรคโห่นกเดี๋ยวนะครับ



วันนี้เราควรรู้ที่ได้ไป
บอกให้เพื่อนๆ ที่โรงเรียน
ฟัง เพราะช่วงนี้อากาศ
เปลี่ยนแปลงบ่อย ทุกคน
จะได้ป้องกันอย่างถูกต้อง



ดีมากจะได้ๆ อย่างลืมปิดปาก
ปิดจมูก เวลาไอ หรือจาม
และล้างมือบ่อยๆ ด้วยนะครับ





คำถามที่พบบ่อย

1. มีวัคซีนโง้นวดีในผู้ใหญ่หรือไม่?

ตอบ มี แต่ปัจจุบันประเทศไทยยังไม่จำเป็นต้องฉีดวัคซีนโง้นวดีในผู้ใหญ่ แต่ผู้สูงอายุ และผู้ที่เป้นโรคปอด โรคหัวใจ โรคเรื้อรัง ผู้ที่ต้องเดินทางไปประกอบพิธีฮัจจ์ หรือจะไปอยู่ในประเทศเขตนาวเป็นเวลานาน ควรปรึกษาแพทย์เพื่อฉีดวัคซีนป้องกันโง้นวดีในผู้ล่งชนนี้ อย่างน้อย 10 วัน

2. โง้นวดีในผู้ใหญ่ต่างจากโง้นวดีธรรมดาอย่างไร?

ตอบ โง้นวดีในผู้ใหญ่มักมีอาการรุนแรง ป่วยนานกว่าและมีโอกาสเกิดโรคแทรกซ้อน เช่น หนูชั้นกลางอักเสบและปอดบวม ได้มากกว่าโง้นวดีธรรมดา

3. โง้นวดีนกต่างจากโง้นวดีในผู้ใหญ่อย่างไร?

ตอบ โง้นวดีนกเป็นเชื้อไวรัสที่เกิดกับสัตว์ปีก ซึ่งสามารถแพร่จากสัตว์สู่คนได้ ส่วนโง้นวดีในผู้ใหญ่เป็นเชื้อไวรัสที่เกิดกับคน และแพร่จากคนสู่คน





สำนักโรคติดต่อทั่วไป
กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข
<http://thaigcd.ddc.moph.go.th>