

สาเหตุของโรค

โรคมือ เท้า ปาก เกิดจากการติดเชื้อเอนเทอโรไวรัส (enterovirus) ซึ่งมีหลายชนิด ส่วนใหญ่เกิดจากเชื้อไวรัสชนิด Coxsackie A16 และ Enterovirus 17 โดยระยะฟักตัวของเชื้อประมาณ 3-7 วัน



ลักษณะของการเกิดโรค

โรคมือ เท้า ปาก มักพบในเขตร้อนชื้น เกิดขึ้นบ่อยในช่วงอากาศเย็นและชื้น พบมากขึ้นในช่วงฤดูฝน พบในกลุ่มเด็กทารกและเด็กเล็กตามสถานรับเลี้ยงเด็ก โรงเรียนอนุบาล ฯลฯ เด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อมากกว่าคนในกลุ่มอายุอื่นๆ พบน้อยลงในเด็กอายุต่ำกว่า 10 ปี และน้อยมากในเด็กวัยรุ่น ปัจจัยหลักที่โน้มนำให้เกิดการระบาดมาจากความแออัด ระบบการถ่ายเทอากาศไม่ดี สุขอนามัยสิ่งแวดล้อม และสุขวิทยาส่วนบุคคลบกพร่อง



การติดต่อ

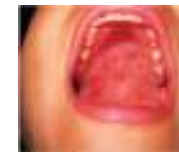
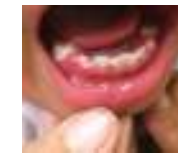
โรคมือ เท้า ปาก มักติดต่อโดยการได้รับเชื้อจากอุจจาระ ฝอยละออง น้ำมูก น้ำลาย หรือน้ำในตุ่มพองหรือแผลของผู้ป่วยเข้าสู่ปาก การติดต่อทางน้ำหรืออาหารมีโอกาสเกิดได้น้อย การแพร่ติดต่อเกิดขึ้นค่อนข้างง่ายในช่วงสัปดาห์แรกของการป่วย และแม้อาการทุเลาลงแล้ว ก็ยังอาจแพร่เชื้อได้บ้าง เนื่องจากเชื้อจะถูกขับออกมากับอุจจาระได้นานถึง 6 สัปดาห์

หากติดเชื้อแล้ว ส่วนใหญ่จะแสดงอาการป่วยภายใน 3 - 5 วันหลังได้รับเชื้อ โดยไข้จะเป็นอาการเริ่มแรกของโรค



อาการ และภาวะแทรกซ้อน

เริ่มด้วยไข้ (อาจเป็นไข้สูงในช่วง 1 - 2 วันแรก และลดลงเป็นไข้ต่ำๆ อีก 2 - 3 วัน) มีจุดหรือผื่นแดงอักเสบในปาก มักพบที่ลิ้น เหงือก และกระพุ้งแก้ม ทำให้เจ็บปากไม่ยอมทานอาหาร จะเกิดผื่นแดง ซึ่งจะกลายเป็นตุ่มพองใสรอบๆ แดง ที่บริเวณฝ่ามือ นิ้วมือ ฝ่าเท้า และอาจพบที่อื่น เช่น ก้น หัวเข่า ฯลฯ ผื่นนี้จะกลายเป็นตุ่มพองใสรอบๆแดง (maculo-papular vesicles) มักไม่คัน แต่เวลากดจะเจ็บ ต่อมาจะแตกออกเป็นหลุมตื้นๆ (ulcer) อาการจะดีขึ้น และแผลหายไปใน 7 - 10 วัน



ในเด็กทารกและเด็กเล็กอายุต่ำกว่า 5 ปี บางรายอาจมีอาการแทรกซ้อนรุนแรง สัญญาณอันตรายได้แก่ ไข้สูงไม่ลดลง ซึม อาเจียนบ่อย หอบ และแขนขาอ่อนแรง



การรักษา



รักษาได้ตามอาการ เช่น การใช้ยาลดไข้ ยาแก้ปวด ฯลฯ แต่ไม่มียาต้านไวรัสชนิดนี้โดยเฉพาะ โรคนี้หากผู้ป่วยรับประทานอาหารได้และพักผ่อนพอ ผู้ดูแลเด็กควรดูแลเด็กป่วยอย่างใกล้ชิด โดยเฉพาะกลุ่มเด็กทารก เด็กเล็ก และผู้ที่มีภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่อง



การป้องกัน

- ✓ หลีกเลี่ยงมิให้เด็กคลุกคลีใกล้ชิดกับผู้ป่วย
- ✓ รักษาอนามัยส่วนบุคคล เช่น ล้างมือบ่อยๆ รับประทานอาหารที่สะอาด ไม่ใช้ภาชนะในการรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่น
- ✓ ผ้าอ้อมหรือเสื้อผ้าที่เป็นอุจจาระต้องรีบซักให้สะอาด โดยเร็วและทิ้งน้ำที่ใช้ชำระล้างลงในโถส้วม ไม่ทิ้งลงในท่อระบายน้ำ
- ✓ แยกผู้ป่วยที่เป็นโรคออกจากกลุ่มเพื่อน โดยไม่ให้เด็กทำกิจกรรมร่วมกับคนอื่นๆ เป็นเวลา 1 สัปดาห์

การดูแลผู้ป่วยโรคมือ เท้า ปาก

ผู้ปกครอง ผู้ประกอบการ โรงเรียนอนุบาล และประถมศึกษา

- ให้เด็กๆ ล้างมือให้สะอาดทุกครั้งก่อนรับประทานอาหารและหลังขับถ่าย
- หลีกเลี่ยงการใช้ช้อน แก้วน้ำร่วมกัน
- ให้เด็กอยู่ในที่ที่อากาศปลอดโปร่ง มีการระบายอากาศที่ดี แยกเด็กอื่นไม่ให้คลุกคลีใกล้ชิดกับเด็กที่ป่วย
- กำจัดอุจจาระ ปัสสาวะให้ถูกต้อง เพื่อป้องกันไม่ให้เชื้อโรคแพร่กระจายออกไป
- หากเด็กมีอาการป่วยรุนแรงขึ้น อาทิเช่น อาเจียนบ่อยไม่ยอมรับประทานอาหาร ต้องรีบนำส่งโรงพยาบาลทันที



รับราชพดุกษ์

กรกฎาคม 2556



โรคมือ เท้า ปาก

Hand, Foot and Mouth Disease (HFMD)



131 ถนนมหานคร แขวงมหาพฤฒาราม เขตบางรัก กรุงเทพมหานคร รหัสไปรษณีย์ 10300

โทรศัพท์ 02-236-1215 โทรสาร 02-266-4686

E-mail address: jidapa_kinder@hotmail.com Website: www.jidapakinder.com