



ที่ ศธ ๐๔๑๖๘/ อ ๑๐๙๙

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา
สุรินทร์ เขต ๓ บริเวณโรงเรียนปราสาท
อำเภอปราสาท จังหวัดสุรินทร์ ๓๒๑๔๐

๒๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑

เรื่อง การเฝ้าระวังโรคติดต่อ

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนในสังกัด

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. รายงานสถานการณ์โรคมือ เท้า ปาก และองค์ความรู้โรคมือ เท้า ปาก

๒. แนวทางการดำเนินงานในการเฝ้าระวัง ป้องกัน ควบคุมโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน
จากไวรัสของศูนย์เด็กเล็ก โรงเรียนอนุบาล และชุมชน

ด้วยขณะนี้ พบสถานการณ์การระบาดของโรคติดต่อ ดังนี้

๑. พบผู้ป่วยโรคมือ เท้า ปาก ตั้งแต่วันที่ ๑ มกราคม - ๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑ ในพื้นที่จังหวัดลำปาง
จำนวน ๑๑๒ ราย อัตราป่วย ๑๕.๐๓ ต่อแสนประชากร พบผู้ป่วยมากที่สุดคือ อำเภอเมืองปาน อำเภอสบปราบ
และอำเภอแม่ทะ กลุ่มอายุที่พบมากที่สุดได้แก่ ๒ - ๓ ปี สถานการณ์ปัจจุบันเป็นปกติแล้ว แต่ยังคงพบผู้ป่วยประปราย
กระจายในทุกอำเภอ

๒. เกิดการระบาดของโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันจากเชื้อไวรัส จากข้อมูลเฝ้าระวังโรคอุจจาระร่วง
เฉียบพลัน ตั้งแต่วันที่ ๑ มกราคม - ๓๑ ธันวาคม ๒๕๖๐ พบผู้ป่วย จำนวน ๑,๐๐๗,๔๑๕ ราย จาก ๗๗ จังหวัด
คิดเป็นอัตราป่วย ๑,๕๓๙.๗๖ ต่อแสนประชากร ผู้เสียชีวิต จำนวน ๔ ราย คิดเป็นอัตราป่วยตาย ๐.๐๑ ต่อแสน
ประชากร โดยพบว่า กลุ่มอายุที่พบมากที่สุด เรียงลำดับคือ มากกว่า ๖๕ ปี ๑๕ - ๒๔ ปี และ ๒๕ - ๓๔ ปี ส่วน
ใหญ่เป็นสัญชาติไทย ร้อยละ ๙๘.๓ เป็นนักเรียนร้อยละ ๑๗.๘ โรคอุจจาระร่วงจากเชื้อไวรัสโรต้า (Rotavirus) พบ
มากในเด็กเล็ก เกิดมากในฤดูหนาว มีระยะฟักตัว ๒ - ๓ วัน อาการมักมีไข้ต่ำๆ น้ำมูก ไอ อาเจียน และมีอาการ
ทางเดินอาหารตามมา อุจจาระเป็นน้ำ หากอาการไม่รุนแรงเด็กจะหายได้เองใน ๒ - ๓ วัน หรือไม่เกิน ๑ สัปดาห์
แต่ถ้ามีอาการรุนแรง อาจเกิดภาวะขาดน้ำ นำไปสู่ภาวะช็อก และเสียชีวิตได้ การติดต่อระหว่างคนสู่คน โดยการกิน
จากการสัมผัสกับคน สิ่งของ หรือพื้นผิวต่างๆ ที่มีการเปื้อนอุจจาระ และไม่ทำความสะอาด เช่น ของใช้ของเด็ก ทำให้
ได้รับเชื้อจากมือที่สกปรกแล้วหยิบเข้าปาก

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุรินทร์ เขต ๓ พิจารณาแล้ว เพื่อเป็นการเฝ้าระวังป้องกัน
ควบคุมโรค ไม่ให้เชื้อโรคแพร่กระจายและลดการป่วยของนักเรียน จึงขอความร่วมมือ ในการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์
ให้สถานศึกษาในสังกัดถือปฏิบัติ ดำเนินการตามแนวทางการดำเนินงาน ตามสิ่งที่ส่งมาด้วย ๑ และ ๒

จึงเรียนมาเพื่อทราบและดำเนินการ

ขอแสดงความนับถือ

(นายฉลาด สาโยธา)

กลุ่มอำนาจการ รองผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา รักษาการแทน
โทร. ๐-๔๔๕๕-๑๓๓๓ ผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุรินทร์ เขต 3
โทรสาร ๐-๔๔๕๕-๒๐๕๒

"มือเท้าปาก" ระบาด! พบเด็กป่วยแล้ว 112 ราย

*โรคมือเท้าปากระบาดอีกระลอก ล่าสุดพบเด็กป่วย 112 ราย สสจ.เชิญสถานศึกษาเร่งทำความเข้าใจ เพื่อเตรียมแผนป้องกันและแก้ไขปัญหา *

ที่ห้องประชุม สำนักงานสาธารณสุข จ.ลำปาง น.ส.จันทร์ชนก กิตติจันทโรภาส นักวิชาการสาธารณสุข ชำนาญการ ได้เป็นประธานในการประชุมเพื่อติดตามสถานการณ์โรคมือเท้าปาก เตรียมแผนป้องกันแก้ไข ปัญหา การเกิดโรคมือเท้าปาก โรคไข้หวัดใหญ่ และเตรียมการรับมือโรคไข้เลือดออก โดยมีผู้แทนจากเทศบาล นครลำปาง และครูผู้ดูแล รร.ในเขตเทศบาล ผู้แทนจากเขตการศึกษาทั้ง 3 แห่ง ผู้แทนจากศึกษาธิการ จ. ลำปาง เข้าร่วม

น.ส.จันทร์ชนก ได้กล่าวภายหลังเสร็จสิ้นการประชุมว่า จากข้อมูลการเฝ้าระวังทางระบาดวิทยาตั้งแต่วันที่ 1 ม.ค. 9 ก.พ. 2561 พบผู้ป่วยมือเท้าปากในพื้นที่ จ.ลำปาง 112 ราย อัตราป่วย 15.03 ต่อแสนประชากร พบมากที่ศูนย์เด็ก อ.เมืองปาน 32 ราย อ.แม่ทะ 16 ราย อ.งาว 13 ราย อ.แจ้ห่ม อ.เถิน 9 ราย และ อ.สบปราบ 8 ราย นอกนั้นกระจายทุกอำเภอ แต่ขณะนี้ที่พบว่ายังคงมีผู้ป่วยมากที่สุดคือ เมืองปาน สบปราบ และแม่ทะ ส่วนกลุ่มอายุที่พบมาก ได้แก่ 2-3 ปี ซึ่งกลุ่มเด็กอายุ 0-1 ปี ยังอยู่กับพ่อแม่และครอบครัว ส่วนเด็กอายุ 2-5 ปี ส่วนใหญ่อยู่ในการดูแลของสถานรับเลี้ยงเด็ก ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก และ รร.อนุบาล ซึ่งสถานการณ์ปัจจุบันเป็นปกติแล้ว แต่ก็ยังคงมีผู้ป่วยประปรายกระจายทุกอำเภอ ส่วนจังหวัดที่มีการระบาดของโรคมือเท้าปากและมีอัตราป่วยต่อแสนประชากรสูงสุด ได้แก่ เชียงราย เชียงใหม่ พะเยา ลำปาง แม่ฮ่องสอน ตามลำดับ

แม้ว่าขณะนี้สถานการณ์จะกลับสู่สภาวะปกติแล้ว แต่เพื่อเป็นการป้องกันมิให้เกิดการระบาดของโรคได้อีก ทางสำนักงานสาธารณสุข จ.ลำปางจึงได้ขอความร่วมมือศูนย์เด็กเล็กทุกแห่งดำเนินการประชุมให้ความรู้ ผู้ปกครองเด็ก ประชาสัมพันธ์การป้องกันโรคมือเท้าปากผ่านเสียงตามสายในพื้นที่ชุมชน ประชุมครูพี่เลี้ยงเด็ก เน้นการให้ความสำคัญตรวจคัดกรองเด็กในตอนเช้า การแยกเด็กป่วย การทำความสะอาดอุปกรณ์ เครื่องมือ ของใช้ ของเล่น ภายในศูนย์เด็กเล็กทุกสัปดาห์และทุกครั้งที่พบเด็กป่วยด้วยโรคมือเท้าปากต่อเนื่อง 3 เดือน และหากพบเด็กป่วยเพิ่ม ให้แยกเด็กและแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขทันทีเพื่อป้องกันไม่ให้โรคระบาด



องค์ความรู้โรคมือ เท้า ปาก

โรคมือ เท้า ปาก เป็นโรคที่พบเฉพาะในคน และติดต่อจากคนสู่คน สาเหตุเกิดจากการติดเชื้อไวรัสเอนเทอโร (Enterovirus) หลายชนิด อาจมีอาการรุนแรงถึงเสียชีวิตได้ โรคนี้ยังไม่มีวัคซีนป้องกัน แต่ป้องกันได้โดยการรักษาสุขอนามัยส่วนบุคคลที่ดี เช่น การล้างมือด้วยน้ำและสบู่ เป็นประจำหลังการขับถ่ายหรือเปลี่ยนผ้าอ้อมเด็ก และก่อนการรับประทานอาหารหรือป้อนอาหารเด็ก รวมถึงการไม่คลุกคลีใกล้ชิด ใช้ภาชนะอาหาร หรือของใช้ร่วมกับผู้ป่วย ร่วมกับการรักษาความสะอาดทั่วไป การจัดการสิ่งแวดล้อม ห้องน้ำ ห้องส้วม ห้องครัวให้ถูกสุขลักษณะ

การป้องกันโรค

๑. ก่อนเปิดภาคเรียน

๑.๑. ทำความสะอาดอุปกรณ์เครื่องใช้ต่าง ๆ ในห้องเรียน ห้องครัว ภาชนะใส่อาหาร รวมทั้งห้องน้ำ ห้องส้วม อาคารสถานที่ต่างๆ

๑.๒. จัดเตรียมสิ่งของเครื่องใช้ของเด็ก แยกเป็นรายบุคคล ไม่ให้ใช้ปะปนกัน เช่น ผ้าเช็ดหน้า แก้วน้ำ ช้อนอาหาร เป็นต้น รวมทั้งพยายามจัดหาอุปกรณ์ให้นักเรียนได้ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ ก่อนรับประทานอาหารและหลังจากเข้าห้องส้วม

๑.๓. แนะนำครูในโรงเรียน เรื่องโรคมือ เท้า ปาก และอนามัยส่วนบุคคล และเตรียมการกรณีเกิดการระบาดในโรงเรียน

๒. ช่วงเปิดภาคเรียน

๒.๑. เผยแพร่ ให้คำแนะนำ ความรู้เรื่องโรคมือ เท้า ปากแก่ผู้ปกครอง และนักเรียน รวมทั้งให้ผู้ปกครองช่วยสังเกตอาการเด็กตั้งแต่นั้นๆ

๒.๒. ควบคุมแลรักษาสุขลักษณะของสถานที่ อุปกรณ์เครื่องใช้ให้สะอาด ดูแลสุขภาพสิ่งแวดล้อม มีการทำลายเชื้อในอุจจาระ และการกำจัดสิ่งปฏิกูลอย่างถูกต้อง

๒.๓. ครู/ผู้ดูแลเด็กต้องรักษาสุขอนามัยส่วนบุคคลที่ดี หมั่นล้างมือบ่อย ๆ และตัดเล็บให้สั้น ล้างมือให้สะอาดทุกครั้ง ก่อนการปรุงอาหาร ภายหลังการขับถ่าย หรือสัมผัสน้ำมูก น้ำลาย หรืออุจจาระเด็ก

๒.๔. ฝ้าระวังโดยตรวจเด็กก่อนเข้าห้องเรียน ถ้ามีอาการป่วย มีไข้ หรือมีผื่นตามฝ่ามือ ฝ่าเท้า ให้แยกเด็กป่วยอยู่ห้องพยาบาล ติดต่อให้ผู้ปกครองพาลูกกลับบ้านและไปพบแพทย์ โดยทั่วไปอาการโรคมือ เท้า ปาก จะไม่รุนแรงและสามารถหายเป็นปกติได้ภายใน ๗-๑๐ วัน แต่หากเด็กมีอาการแทรกซ้อน เช่น ไข้สูง ซึม อาเจียน หอบ ต้องรีบนำเด็กกลับไปรับการรักษาที่โรงพยาบาลทันที ในกรณีที่ในพื้นที่ที่มีการระบาด หากพบตุ่มในปาก โดยยังไม่มีอาการอื่น ให้เด็กหยุดเรียนอยู่บ้านได้เลย

๒.๕. กรณีมีเด็กป่วย

- ให้แจ้งรายงานโรคแก่เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และขอรับคำแนะนำในการควบคุมโรค เพิ่มความถี่ในการทำความสะอาดสิ่งของของเด็กจำเป็นต้องเป็นประจำ เช่น ของเล่น ของใช้ โต๊ะ เก้าอี้ พื้นห้อง ต้องทำความสะอาดด้วยน้ำยาทำความสะอาด หรือน้ำยาฆ่าเชื้ออย่างน้อยวันละครั้ง (ไม่ใช่แค่กวาดด้วยไม้กวาด หรือใช้ผ้าเช็ด) สำหรับโรงเรียนที่มีของเล่นจำนวนมาก ไม่สามารถทำความสะอาดของเล่นอย่างทั่วถึงได้ทุกวัน ขอให้ลดจำนวนของเล่นสำหรับเด็กในแต่ละห้องให้เหลือเฉพาะชิ้นที่ใช้น้อยๆ และถ้าเป็นตุ๊กตาผ้า (ซึ่งไม่สามารถล้างได้โดยง่าย) อาจงดไม่ให้เด็กเล่นในช่วงที่มีการระบาด รวมทั้งเปิดประตูหน้าต่าง ให้อากาศถ่ายเทได้สะดวก แสงแดดส่องถึง และดูแลให้สระว่ายน้ำมีระดับคลอรีนที่ไม่ต่ำกว่ามาตรฐานคือ ๑ มิลลิกรัมต่อลิตร หรือ ๑ ppm (part per million)

- ให้เด็กและครูที่ดูแลมีการล้างมือบ่อยขึ้น โดยเฉพาะการล้างมือหลังเข้าห้องน้ำและก่อนรับประทานอาหาร ควรล้างมือด้วยสบู่ทุกครั้ง และไม่ควรให้สบู่อุญในสภาพแฉะเพราะเป็นการทำให้เชื้อติดอยู่ในก้อนสบู่และแพร่กระจายไปสู่คนอื่นได้มากขึ้น

- ลดการทำกิจกรรมร่วมกันระหว่างเด็กแต่ละห้อง เท่าที่จะเป็นไปได้

- แยกของใช้ส่วนตัวของเด็ก เช่น แก้วน้ำ แปรงสีฟัน ช้อน และผ้าเช็ดมือ

- แจ้งรายชื่อ และที่อยู่เด็กที่เข้าข่ายเฝ้าระวังโรคมือ เท้า ปาก ให้แก่ผู้บริหารของโรงเรียนและหน่วยงานสาธารณสุขทุกวันที่พบผู้ป่วยรายใหม่ที่เข้าข่ายการเฝ้าระวัง เพื่อให้เจ้าหน้าที่สาธารณสุขให้ดำเนินการประสานงานเพื่อให้อุศึกษาแก่ชุมชน ในการลดการเล่นคลุกคลีในเด็ก (เน้นเนื้อหาให้เด็กที่ไม่ป่วยไม่ไปเล่นคลุกคลีกับเด็กบ้านอื่นๆเพราะไม่รู้ว่ใครบ้างที่ป่วย) จนกว่าพ้นระยะการระบาดในชุมชนนั้นๆ

- หากมีเด็กป่วยจำนวนมากควรพิจารณาปิดห้องเรียนที่มีเด็กป่วย หรือปิดโรงเรียนระดับชั้นเด็กเล็ก

๓. ส่งเสริมพฤติกรรมอนามัยที่ดี ช่วยในการป้องกันโรคติดต่อ รวมถึงโรคมือ เท้า ปาก ได้แก่

๓.๑. ไม่ควรนำเด็กเล็กไปที่ชุมชนสาธารณะที่มีคนอยู่เป็นจำนวนมาก ๆ เช่น สนามเด็กเล่น ห้างสรรพสินค้า ตลาดนัด และสระว่ายน้ำ ควรอยู่ในที่ที่มีการระบายถ่ายเทอากาศได้ดี

๓.๒. ล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำและสบู่ ก่อนและหลังหยิบจับอาหาร หรือเตรียมอาหารก่อนรับประทานอาหาร และภายหลังการขับถ่าย ทั้งในเด็กและผู้ใหญ่

๓.๓. ไม่ใช้ภาชนะหรือสิ่งของร่วมกัน เช่น จาน ชาม ช้อน แก้วน้ำ หรือหลอดดูดร่วมกัน และใช้ช้อนกลางในการตักอาหาร

๓.๔. ใช้ผ้าเช็ดหน้าปิดปากและจมูก เมื่อไอหรือจาม และล้างมือให้สะอาด หลีกเลี่ยงการสัมผัสใกล้ชิดผู้ป่วย และระมัดระวังการไอจามรดกัน

๔. การแจ้งการระบาด ขอเอกสาร และคำแนะนำได้ที่หน่วยงานบริการด้านสาธารณสุขในพื้นที่ เช่น โรงพยาบาลส่งเสริมตำบล โรงพยาบาลอำเภอและศูนย์บริการสาธารณสุขเขตในพื้นที่กรุงเทพมหานครฯ ทั้งนี้ กระทรวงสาธารณสุข โดยกรมควบคุมโรค ยินดีให้ความสนับสนุนด้านวิชาการ เพื่อให้ท่านสามารถดำเนินการในการป้องกันโรคได้อย่างเต็มที่

คำถาม-คำตอบโรคมือ เท้า ปาก

กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

๑. โรคมือ เท้า ปาก (Hand, Foot and Mouth Disease) คือโรคอะไร

โรคมือ เท้า และปาก เป็นกลุ่มอาการหนึ่งของโรคติดเชื้อเอนเทอโรไวรัส อาการป่วยได้แก่ มีไข้ มีจุดหรือผื่นแดงอักเสบในปาก มักพบที่ลิ้น เหงือก และกระพุ้งแก้ม และเกิดผื่นแดง ซึ่งจะกลายเป็นตุ่มพองใสรอบๆ แดง (มักไม่คัน เวลาจกจะเจ็บ) ที่บริเวณฝ่ามือนิ้วมือ และฝ่าเท้าอย่างไรก็ตาม บางรายอาจไม่พบอาการตุ่มพองในปาก ฝ่ามือ หรือฝ่าเท้า แต่มาด้วยภาวะแทรกซ้อนรุนแรง เช่น ปอดบวม น้ำ และเสียชีวิตได้ โรคนี้พบบ่อยในเด็กทารกและเด็กเล็กอายุต่ำกว่า ๕ ปี พบน้อยลงในเด็กอายุต่ำกว่า ๑๐ ปี และน้อยมากในเด็กวัยรุ่น

๒. โรคนี้พบที่ใดบ้าง

โรคนี้พบผู้ป่วยและการระบาดได้ทั่วโลก มีรายงานการระบาดรุนแรงที่มีสาเหตุจากเอนเทอโรไวรัส ๗๑ ในหลายประเทศในภูมิภาคเอเชีย เช่น มาเลเซียและบรูไน (พ.ศ. ๒๕๔๐) ใต้หวัน (พ.ศ. ๒๕๔๑) สิงคโปร์ (พ.ศ. ๒๕๔๓) เป็นต้น

ในเขตร้อนชื้น โรคเกิดแบบประปรายตลอดปี พบมากขึ้นในช่วงฤดูฝน ซึ่งอากาศเย็นและชื้น การระบาดมักเกิดขึ้นในศูนย์เด็กเล็กและโรงเรียนอนุบาล

๓. โรคมือ เท้า ปาก (Hand, Foot and Mouth Disease) กับโรคปากเท้าเปื่อย (Foot and Mouth Disease) แตกต่างกันอย่างไรร

โรคมือ เท้า ปาก นั้นเป็นโรคที่พบเฉพาะในคน และติดต่อจากคนสู่คน ส่วนโรคปากเท้าเปื่อย เกิดจากไวรัสตัวอื่น เป็นโรคติดต่อที่เกิดกับสัตว์กับ เช่น โค กระบือ แพะ แกะ สุกร เป็นต้น ทำให้สัตว์ป่วยมีอาการเป็นแผลที่ปากและที่เท้า สัตว์ที่ป่วยมักไม่ตายหรือมีอัตราป่วยตายต่ำ ไม่จัดว่าเป็นโรคติดต่อถึงคนโดยในอดีตเคยพบผู้ป่วยเพียงไม่กี่ราย มีอาการเล็กน้อยและหายได้เองโดยไม่ต้องให้การรักษา

๔. สาเหตุของโรคมือ เท้า ปากเกิดจากอะไร

สาเหตุเกิดจากการติดเชื้อไวรัสเอนเทอโรหลายชนิด ที่พบบ่อย คือ เชื้อคอกแซกกี เอ ๑๖ (coxsackie A๑๖) และไวรัสอื่นๆ ที่เป็นสาเหตุ ได้แก่ คอกแซกกี เอ type อื่นๆ, คอกแซกกี บี (coxsackie B), เอคโคไวรัส (echovirus) และเอนเทอโรไวรัส ๗๑ (enterovirus ๗๑ หรือ EV ๗๑)

๕. โรคมือ เท้า ติดต่อดังไร

โรคมือ เท้า ปาก มักติดต่อโดยการได้รับเชื้อจากอุจจาระ ผายลมของน้ำมูก น้ำลาย หรือน้ำในตุ่มพอง หรือแผลของผู้ป่วยเข้าสู่ปาก การติดต่อทางน้ำหรืออาหารมีโอกาสเกิดได้น้อย การแพร่ติดต่อเกิดขึ้นค่อนข้างง่ายในช่วงสัปดาห์แรกของการป่วย และแม้อาการทุเลาลงแล้ว ก็ยังอาจแพร่เชื้อได้บ้าง เนื่องจากเชื้อจะถูกขับออกมาถึงอุจจาระได้นานถึง ๖-๘ สัปดาห์

๖. ผู้ใหญ่สามารถติดโรคมือ เท้า ปาก จากเด็กได้หรือไม่

ผู้ใหญ่ที่มีภูมิคุ้มกันต้านทานต่อโรคนี้จากการได้รับเชื้อขณะเป็นเด็ก ซึ่งภูมิคุ้มกันต้านทานนี้จะจำเพาะกับชนิดของไวรัสที่เคยได้รับเชื้อ หากได้รับเชื้อชนิดใหม่ที่ยังไม่มีภูมิคุ้มกันต้านทาน ก็สามารถเป็นโรคได้อีก ส่วนใหญ่มักไม่แสดงอาการของโรคหรือมีอาการเล็กน้อย แต่สามารถแพร่เชื้อไปสู่เด็กหรือผู้อื่นได้

๗. หญิงตั้งครรภ์ที่สัมผัสผู้ป่วยโรคมือ เท้า ปากเสี่ยงติดโรคหรือไม่

ส่วนใหญ่หญิงตั้งครรภ์ที่ได้รับเชื้อจะไม่มีอาการหรือมีอาการเพียงเล็กน้อยแต่หากมีอาการป่วยควรรีบปรึกษาแพทย์

ขณะนี้ยังไม่มีข้อมูลแสดงว่าการติดเชื้อมีผลต่อการแท้งบุตร ความพิการของเด็ก หรือเด็กเสียชีวิตในครรภ์อย่างไรก็ตาม เด็กอาจได้รับเชื้อขณะคลอดหากมารดาป่วยในช่วงใกล้คลอด เด็กแรกเกิดที่ได้รับเชื้อส่วนใหญ่มีอาการเล็กน้อยไม่รุนแรง

การป้องกันทำได้โดยการปฏิบัติสุขอนามัยส่วนบุคคลที่ดี (อ่านรายละเอียดในหัวข้อ "จะป้องกันโรคได้อย่างไร") เพื่อช่วยลดความเสี่ยงต่อการรับเชื้อในระหว่างตั้งครรภ์และระหว่างคลอด

๘. หากติดเชื้อแล้วจะเริ่มแสดงอาการเมื่อใด

ส่วนใหญ่แสดงอาการป่วยภายใน ๓ - ๕ วันหลังได้รับเชื้อโดยใช้เป็นอาการแสดงเริ่มแรกของโรค

๙. อาการของโรคเป็นอย่างไร

เริ่มด้วยไข้ (อาจเป็นไข้สูงในช่วง ๑ - ๒ วันแรก และลดลงเป็นไข้ต่ำๆ อีก ๒ - ๓ วัน) มีจุดหรือผื่นแดงอักเสบในปาก มักพบที่ลิ้น เหงือก และกระพุ้งแก้ม ทำให้เจ็บปากไม่ยอมทานอาหาร จะเกิดผื่นแดงซึ่งจะกลายเป็นตุ่มพองใสรอบๆ แดง ที่บริเวณฝ่ามือ นิ้วมือ ฝ่าเท้า และอาจพบที่อื่น เช่น ก้น หัวเข่า ฯลฯ ผื่นนี้จะกลายเป็นตุ่มพองใสรอบๆ แดง (maculo-papular vesicles) มักไม่คัน แต่เวลากดจะเจ็บต่อมาจะแตกออกเป็นหลุมตื้นๆ (ulcer) อาการจะดีขึ้นและแผลหายไปใน ๗ - ๑๐ วัน

ในเด็กทารกและเด็กเล็กอายุต่ำกว่า ๕ ปี บางรายอาจมีอาการแทรกซ้อนรุนแรง เช่น เยื่อหุ้มสมองอักเสบ (aseptic meningitis) ก้านสมองอักเสบ (brain stem encephalitis) ตามมาด้วยปอดบวมน้ำ (pulmonary edema) กล้ามเนื้อหัวใจอักเสบ และระบบหัวใจและระบบไหลเวียนโลหิตล้มเหลว ทำให้เสียชีวิตได้ สัญญาณอันตรายได้แก่ ไข้สูงไม่ลดลง ซึม อาเจียนบ่อยหอบและแขนขาอ่อนแรง เกิดภาวะอัมพาตคล้ายโปลิโอ

๑๐. ใครบ้างที่เป็นกลุ่มเสี่ยงจะเป็นโรคมือ เท้า ปาก ที่รุนแรง

โดยทั่วไปโรคมือ เท้า ปาก เป็นโรคที่ไม่อันตราย ในประเทศไทยพบโรคนี้ได้บ่อยแต่ไม่มีความรุนแรง ผู้ที่ได้รับเชื้อส่วนใหญ่มักไม่แสดงอาการของโรค ผู้ป่วยมักมีอาการป่วยเล็กน้อย หายได้เองภายใน ๗-๑๐ วัน และแทบไม่มีผู้เสียชีวิตเลย แต่เด็กอ่อนและเด็กเล็กมีความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยที่รุนแรงมากกว่าเด็กโต

๑๑. วินิจฉัยโรคมือ เท้า ปาก ได้อย่างไร

โดยทั่วไป แพทย์จะวินิจฉัยจากอายุ ประวัติ และอาการ โดยสังเกตลักษณะผื่นหรือตุ่มแผลต่าง ๆ ที่ปรากฏรวมถึงวินิจฉัยแยกจากโรคที่มีอาการผลในปากอื่น ๆ เช่น โรคติดเชื้อเริ่มในช่องปาก ฯลฯ สำหรับการส่งตรวจวินิจฉัยทางห้องปฏิบัติการมักไม่ช่วยในการวินิจฉัยโรคเบื้องต้น เพราะต้องใช้เวลา ๒ - ๔ สัปดาห์ เพื่อแยกและยืนยันเชื้อสาเหตุ จึงทำในเฉพาะในรายที่มีอาการรุนแรง หรือยืนยันการระบาดเท่านั้น

๑๒. โรคนี้รักษาได้หรือไม่

รักษาได้ตามอาการ โดยทั่วไปใช้การรักษาเพื่อบรรเทาอาการต่างๆ เช่น การใช้ยาลดไข้ ยาแก้ปวด ฯลฯ แต่ไม่มียาด้านไวรัสชนิดนี้โดยเฉพาะโรคนี้หากผู้ป่วยรับประทานอาหารได้และพักผ่อนพอ ส่วนใหญ่อาการจะไม่รุนแรงและหายได้เองในช่วง ๗-๑๐ วัน แต่ผู้ดูแลเด็กควรดูแลเด็กป่วยอย่างใกล้ชิด โดยเฉพาะกลุ่มเด็กทารก เด็กเล็ก และผู้ที่มีภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่อง เพื่อสังเกตอาการแทรกซ้อนที่อาจรุนแรงถึงเสียชีวิต และส่งผู้ป่วยเข้ารับการรักษาได้ทันที

๑๓. จะป้องกันโรคมือ เท้า ปาก ได้อย่างไร

โรคนี้ยังไม่มียาวัคซีนป้องกันแต่ป้องกันได้โดยการรักษาสุขอนามัยส่วนบุคคลที่ดีเช่น การล้างมือด้วยน้ำและสบู่ เป็นประจำหลังการขับถ่ายหรือเปลี่ยนผ้าอ้อมเด็ก และก่อนการรับประทานอาหารหรือป้อนอาหารเด็ก รวมถึงการไม่คลุกคลีใกล้ชิด ใช้ภาชนะอาหาร หรือของใช้ร่วมกับผู้ป่วยร่วมกับการรักษาความสะอาดทั่วไป การจัดการสิ่งแวดล้อม เช่น ห้องน้ำ ห้องส้วม ห้องครัวให้ถูกสุขลักษณะ

๑๔. หากบุตรหลานมีอาการป่วย ควรทำอย่างไร

แยกเด็กป่วยเพื่อป้องกันไม่ให้เชื้อแพร่ไปยังเด็กคนอื่นๆ ผู้ปกครองควรรีบพาเด็กไปพบแพทย์ และหยุดรักษาตัวที่บ้านประมาณ ๕ - ๗ วัน หรือจนกว่าจะหายเป็นปกติ ระหว่างนี้ควรสังเกตอาการผิดปกติที่อาจเกิดขึ้น แต่หากเด็กมีอาการแทรกซ้อน เช่น ใช้สูง ซึม อาเจียน หอบ เป็นต้น ต้องรีบพากลับไปรับการรักษาที่โรงพยาบาลทันที

ไม่ควรพาเด็กไปสถานที่แออัด เช่น สนามเด็กเล่น สระว่ายน้ำ ตลาด และห้างสรรพสินค้า ควรอยู่ในที่ที่มีระบายถ่ายเทอากาศได้ดี ใช้ผ้าปิดจมูกปากเวลาไอจาม และระมัดระวังการไอจามรดกัน และผู้เลี้ยงดูเด็กต้องล้างมือให้สะอาดทุกครั้งหลังสัมผัสน้ำมูก น้ำลาย หรืออุจจาระเด็กป่วย

๑๕. หากมีเด็กป่วยจำนวนมากในโรงเรียน หรือสถานรับเลี้ยงเด็กควรทำอย่างไร

มาตรการช่วงที่เกิดโรคระบาดต้องเน้นการสกัดกั้นการแพร่กระจายของเชื้อซึ่งอาจมีความจำเป็นจะต้องประกาศเขตติดโรคและปิดสถานที่ เช่น สถานรับเลี้ยงเด็กก่อน โรงเรียนเด็กเล็ก (อาจรวมถึงสระว่ายน้ำ สถานที่แออัด ฯ) เพื่อหลีกเลี่ยงการสัมผัสใกล้ชิดกับเด็กป่วย และเน้นการล้างมือบ่อยๆ รวมทั้งการใช้น้ำยาฆ่าเชื้อในโรงพยาบาลและบ้านเรือนที่มีผู้ป่วยผู้บริหารโรงเรียน หรือผู้จัดการสถานรับเลี้ยงควรดำเนินการ ดังนี้

- แจ้งการระบาดไปที่หน่วยงานบริการสาธารณสุขในพื้นที่เพื่อให้เจ้าหน้าที่ไปสอบสวนการระบาดให้ความรู้ และคำแนะนำ
- เผยแพร่คำแนะนำ เรื่องโรคมือ เท้า ปาก แก่ผู้ปกครองและเด็กนักเรียน รวมทั้งส่งเสริมพฤติกรรมอนามัยที่ช่วยป้องกันโรคติดต่อ โดยเฉพาะการล้างมือและการรักษาสุขอนามัยของสภาพแวดล้อมและควรแยกของใช้ไม่ให้ปะปนกันเช่น แก้วน้ำ ช้อนอาหาร ฯลฯ
- เผื่อระวังโดยตรวจเด็กทุกคน หากพบคนใดที่มีอาการโรคมือ เท้า ปาก ต้องรีบแยกออกและให้หยุดเรียน ๗ - ๑๐ วัน หรือจนกว่าจะหายป่วย เพื่อป้องกันไม่ให้แพร่เชื้อไปยังเด็กคนอื่น ๆ
- ควรรีบพาเด็กป่วยไปพบแพทย์เพื่อรับการรักษาโดยเร็ว และดูแลเด็กอย่างใกล้ชิด
- พิจารณาปิดห้องเรียนที่มีเด็กป่วยหรือปิดทั้งโรงเรียนชั่วคราว (กรณีมีเด็กป่วยหลายห้องหรือหลายชั้นเรียน) ประมาณ ๕ - ๗ วัน

- หากพบว่ามีภาวะระบาดของโรคมือ เท้า ปาก หรือ มีผู้ป่วยติดเชื้อเอนเทอโรไวรัส ๗๑ ในโรงเรียน หรือศูนย์เด็กเล็ก พิจารณาให้ปิดชั้นเรียนที่มีเด็กป่วยมากกว่า ๒ รายหากมีการป่วยกระจายในหลายชั้นเรียนแนะนำให้ปิดโรงเรียนเป็นเวลา ๕ วันพร้อมทำความสะอาด อุปกรณ์รับประทานอาหาร, ของเล่นเด็ก, ห้องน้ำ, สระว่ายน้ำและให้มั่นใจว่าน้ำมีระดับคลอรีนที่ไม่ต่ำกว่ามาตรฐาน
- ทำความสะอาดสถานที่เพื่อฆ่าเชื้อโรค บริเวณห้องน้ำ ห้องส้วม สระว่ายน้ำ ครัว โรงอาหาร บริเวณที่เล่นของเด็ก สนามเด็กเล่น โดยใช้สารละลายเจือจางของน้ำยาฟอกขาว (๒๐ มิลลิลิตร ต่อ น้ำ ๑ ลิตร) หรือน้ำยาทำความสะอาดที่ใช้ตามบ้านเรือนแล้วเช็ดล้างด้วยน้ำสะอาด
- ทำความสะอาดของเล่นเครื่องใช้ของเด็กด้วยการซักล้างแล้วผึ่งแดดให้แห้ง
- หยุดใช้เครื่องปรับอากาศ เปิดประตู หน้าต่าง ผ่านให้แสงแดดส่องให้ทั่วถึง

๑๖. จะทำลายเชื้อได้อย่างไร

- เชื้อนี้ถูกทำลายโดยแสงอุลตราไวโอเล็ตในแสงแดด ในสภาพที่แห้ง เชื้อจะมีชีวิตอยู่ไม่นาน
- เชื้อนี้ถูกทำลายโดยการต้มที่ ๕๐-๖๐ องศาเซลเซียส นาน ๓๐ นาที
- เชื้อนี้ถูกทำลายได้ด้วยน้ำยาซักล้างทั่วไป, โซเดียมไฮโปคลอไรด์ (Sodium Hypochlorite) ๑-๑% หรือกลูตาราลดีไฮด์ (Glutaraldehyde), ฟอร์มาลดีไฮด์ (Formaldehyde) ๐.๓% และคลอรีนผสมน้ำ ๐.๑ ppm (part per million) หากทำลายเชื้อในอุจจาระจะต้องใช้คลอรีนที่เข้มข้นมากกว่านี้
- เชื้อนี้ถูกทำลายได้โดยวิธีทำให้ปราศจากเชื้อ (pasteurization), steam sterilization, Ethylene Oxide Sterilization(ETO) และ hydrogen peroxide gas plasma

๑๗. คลอรีนในสระว่ายน้ำฆ่าเชื้อโรคมือ เท้า ปาก ได้หรือไม่ เด็กมีโอกาสติดเชื้อโรคนี้จากสระว่ายน้ำได้ไหม
 ความเข้มข้นของคลอรีนในสระว่ายน้ำตามมาตรฐานต้องมีอย่างน้อย ๑ มิลลิกรัมต่อลิตร (๑ ppm (part per million)) ซึ่งมีปริมาณคลอรีนเพียงพอที่จะทำลายเชื้อได้ แต่อย่างไรก็ตามไม่ควรนำเด็กป่วยไปสระว่ายน้ำ และปฏิบัติตามข้อปฏิบัติของสระว่ายน้ำอย่างเคร่งครัด

๑๘. ความเสี่ยงต่อผู้ที่เดินทางไปยังประเทศเกิดโรคระบาดมีอย่างน้อยเพียงใด

ไม่มีข้อห้ามการเดินทางระหว่างประเทศ เด็กอายุต่ำกว่า ๑๐ ปี เสี่ยงต่อการได้รับเชื้อ หากจำเป็นต้องเดินทางไปยังพื้นที่ที่มีรายงานว่ากำลังเกิดโรคระบาด ผู้ปกครองเด็กควรดูแลอย่างใกล้ชิด รักษาสุขอนามัยที่ดี เช่น ล้างมือก่อนรับประทานอาหาร และหลังการขับถ่าย และไม่ควรรพาเด็กไปสถานที่แออัด เช่น สนามเด็กเล่น สระว่ายน้ำ ตลาด และห้างสรรพสินค้า เป็นต้น และควรอยู่ในพื้นที่ที่มีระบายถ่ายเทอากาศได้ดี

๑๙. แจ้งการระบาด ได้ที่ใดบ้าง

- สำนักโรคระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค โทร. ๐-๒๕๙๐-๑๘๘๒, ๐-๒๕๙๐-๑๗๙๕
- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดทุกแห่ง
- สำนักงานอนามัย กรุงเทพมหานคร โทร. ๐-๒๒๕๕-๘๑๐๖

แนวทางการดำเนินงานในการเฝ้าระวัง ป้องกัน ควบคุมโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันจากเชื้อไวรัส
ของศูนย์เด็กเล็ก โรงเรียนอนุบาล และชุมชน

๑. มาตรการป้องกันโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันจากเชื้อไวรัส

- ประชาสัมพันธ์/ให้ความรู้แก่เด็ก ผู้ปกครองเด็ก ในศูนย์เด็กเล็กและโรงเรียนอนุบาล ในการกินอาหาร และพฤติกรรมการใช้ส้วมที่ถูกต้อง การกินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือให้มากและบ่อยที่สุด โดยเน้น การล้างมือด้วยน้ำสะอาดและสบู่ หรือเจลล้างมือทั้งก่อนรับประทานอาหารและภายหลังการใช้ห้องน้ำ
- มีการตรวจสุขภาพร่างกายและบันทึกอาการป่วยของเด็กทุกคน ทุกวัน
- มาตรการเบื้องต้นในการป้องกันควบคุมโรค
 - แยกเด็กป่วยอย่างถูกวิธี
 - ป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ
 - การทำความสะอาดและการทำลายเชื้ออย่างถูกต้อง
- เฝ้าระวังแนวโน้มของสถิติการป่วยด้วยโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันในพื้นที่นั้นๆ ที่ไม่ทราบเชื้อสาเหตุ และหากมีอาการป่วยด้วยโรคติดต่อทางอาหารและน้ำที่เกิดจากเชื้อไวรัสให้ส่งต่อเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่

๒. การแนะนำเด็กป่วย

- เมื่อเกิดอาการอุจจาระร่วงให้สารน้ำเกลือแร่ทดแทน (ให้ ORS ½ - ๑ แก้ว/ถ่าย ๑ ครั้ง)
- ควรหยุดเรียนและแจ้งผู้ปกครองรับกลับบ้าน เพื่อดูแลอย่างใกล้ชิด
- จัดให้นอนในห้องแยก กรณีไม่มีห้องแยกใช้ผ้าปูที่นอนหรือฉากกั้นเป็นสัดส่วนและแยกจากเด็กปกติ อย่างน้อย ๑ เมตร
- แยกของเล่นและของใช้ต่างๆ จากเด็กปกติ
- หากอาการไม่ดีขึ้นหรือแยลง เช่น กระจายน้ำ อ่อนเพลีย อาเจียน กินอาหารไม่ได้ ถ่ายเป็นจำนวนมาก หรือถ่ายเป็นมูกเลือด ควรรีบพบแพทย์ทันที

๓. การทำลายเชื้อ

- การทำความสะอาดอุปกรณ์และสิ่งของ สถานที่ปนเปื้อน รวมทั้งเสื้อผ้า ด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อที่ผ่านการรับรอง จากโรงงานว่าสามารถกำจัดเชื้อไวรัสได้ (โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันจากเชื้อไวรัสไม่ถูกทำลายได้ด้วยแอลกอฮอล์)
- ขยะติดเชื้อ เช่น ผ้าอ้อม ผ้าอ้อมสำเร็จรูป กระดาษทิชชู ที่ใช้กับเด็กป่วยให้รวบรวมใส่ถุงขยะและมัดปากถุง รอรถขยะเก็บกำจัดไป หรือเผาทำลายทิ้ง การกำจัดเชื้อให้ใช้น้ำยาซักผ้าขาว เช่น ไฮเตอร์ ครึ่งฝาผสมในน้ำครึ่งลิตรถึง ๖๐๐ ซีซี แช่ทิ้งไว้ ๓๐ นาที ใส่ถุงขยะมัดปากถุงให้แน่น ใส่ในถังขยะ โดยแยกเป็นขยะติดเชื้อ
- การทำความสะอาดห้องน้ำให้ใช้น้ำยาล้างห้องน้ำที่สามารถฆ่าเชื้อไวรัส และแบคทีเรียได้ จุดที่ต้องทำความสะอาดเป็นพิเศษ คือ ที่จับสายฉีดน้ำ พื้นห้องส้วม ที่รองนั่งส้วม ที่กดน้ำของโถส้วม ก๊อกน้ำ และกลอนประตูโดยให้ทำความสะอาดต่อเนื่องไปอีก ๓ วัน หลังผู้ป่วยหยุดถ่าย และเน้นให้ทุกคนในบ้าน ต้องล้างมือด้วยน้ำสะอาดและสบู่ทุกครั้ง ภายหลังถ่ายอุจจาระ

- แยกทำความสะอาดผ้าปูที่นอน เสื้อผ้าที่เป็นอูจจาจะ เพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ
- ความเข้มข้นของน้ำยาทำลายเชื้อกับพื้นห้องน้ำ พื้นห้อง เช่น ถ้าเป็น Chlorine ควรให้ความเข้มข้นตั้งแต่
 - 200 PPM สำหรับ งานขามที่สัมผัสโดยปาก และของเล่น
 - 1000-5000 ppm (1000 PPM สำหรับพื้น ชิงค์น้ำ โถส้วม 5000 PPM สำหรับพื้นไม้) หรืออาจใช้น้ำยาทำลายเชื้ออื่นๆ ที่ได้รับการรับรองว่าสามารถทำลายเชื้อไวรัส

๔. การดำเนินการโดยเฉพาะในพื้นที่ที่มีการระบาดโรคอุจจาจะร่วงเฉียบพลันจากเชื้อไวรัส

- เน้นมาตรการทำลายเชื้อที่ถูกต้อง และให้ความรู้แก่ผู้ดูแลเด็ก ผู้ปกครองเด็ก
- ติดตามผู้ป่วยและสถานการณ์การระบาดอย่างต่อเนื่องจนกว่าการระบาดของโรคจะสงบ
- ค้นหาเด็กป่วยรายใหม่ และดำเนินการเฝ้าระวังผู้สัมผัสโรคในบ้านเด็กป่วย และสอบสวนโรคในกลุ่มที่เสี่ยงต่อการสัมผัสโรค