

# สำเนาฉบับ



ที่ บร ๗๔๗๐๖/ว ๕๓

ที่ทำการองค์การบริหารส่วนตำบลบ้านยาง  
อำเภอพุทไธสง จังหวัดบุรีรัมย์ ๓๑๑๒๐

๗ พฤษภาคม ๒๕๖๗

เรื่อง ขอความร่วมมือประชาสัมพันธ์ป้องกันโรคมือ เท้า ปาก (Hand Food and Mouth Disease)

เรียน กำนันตำบลบ้านยาง/ผู้ใหญ่บ้าน หมู่.....

สิ่งที่ส่งมาด้วย แผ่นพับประชาสัมพันธ์

จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วยกรมควบคุมโรคติดต่อ กระทรวงสาธารณสุข มีการควบคุมโรคติดต่อในกลุ่มเด็กเล็กที่สามารถเกิดขึ้นเป็นประจำทุกปี และขอความร่วมมือให้ทุกหน่วยงานที่มีความเกี่ยวข้องร่วมรณรงค์ป้องกันโรคติดต่อต่าง ๆ นั้น ทางกองสาธารณสุข และสิ่งแวดล้อมองค์การบริหารส่วนตำบลบ้านยาง มีความเป็นห่วงเป็นใยประชาชนในพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านยาง เพื่อลดการเจ็บป่วยจากโรคต่าง ๆ

ดังนั้น กองสาธารณสุข และสิ่งแวดล้อมองค์การบริหารส่วนตำบลบ้านยาง จึงขอความร่วมมือท่านประชาสัมพันธ์ทางหอกระจายข่าวหมู่บ้านให้ประชาชนและผู้ปกครองเด็กเล็กได้มีความรู้ความเข้าใจในการดูแลบุตรหลานองค์การบริหารส่วนตำบลบ้านยางหวังเป็นอย่างยิ่งจะได้รับความร่วมมือด้วยดีเช่นเคย จึงขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดประชาสัมพันธ์ และขอขอบคุณ มา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(นายทินกร กัณหา)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลบ้านยาง

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

โทร/โทรสาร ๐ ๔๔๖๖ ๖๓๕๖

[www.banyanglocal.go.th](http://www.banyanglocal.go.th)

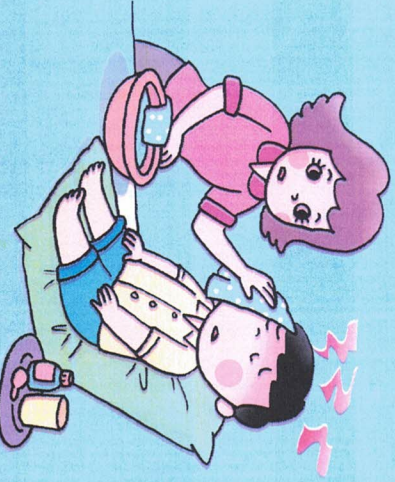
|            |  |
|------------|--|
| ร่าง.....  |  |
| พิมพ์..... |  |
| ตรวจ.....  |  |
| ทาน.....   |  |

## ถ้าอย่างงี้ไปให้บุตรหลานติดโรคมือ เท้า ปาก และไปแพร่เชื้อไปสู่ผู้อื่น

โรคนี้ยังไม่มียาป้องกัน แต่ป้องกันได้โดย

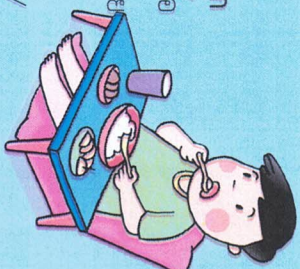
1. หลีกเลี่ยงการนำเด็กเล็กไปในที่มีคนอยู่แออัด เช่น สวนสนุก ห้างสรรพสินค้า สระว่ายน้ำ และสระว่ายน้ำที่อากาศถ่ายเทได้ดี
2. เมื่อบุตรหลานป่วยให้พักอยู่บ้านจนกว่าจะหายหรือจนตุ่มน้ำยุบแห้งสนิท โดยทั่วไปประมาณ 7-10 วัน และแจ้งคุณครูทราบเพื่อเฝ้าระวังโรคในศูนย์เด็กเล็ก/โรงเรียน

3. เมื่อบุตรหลานป่วย แยกเด็กป่วยไม่ให้เล่นกับเด็กอื่น รวมถึงพื้นที่เลี้ยงดูด้วยกันแยกของใช้ เครื่องนุ่งห่ม ของเล่น ภาชนะรับประทานอาหาร นอนห่างกันอย่างน้อย 1 เมตร มีความสำคัญมากในการลดการติดเชื้อ ควรแยกอย่างน้อย 2 สัปดาห์ขึ้นไป ถึงแม้อาการจะหายดีแล้วเนื่องจากเด็กป่วยยังสามารถแพร่เชื้อออกมาทางอุจจาระได้



## 4. มีสุขอนามัยที่ดีทั้งเด็ก

และผู้ปกครอง ช่วยลดการติดเชื้อและการแพร่เชื้อ ควรล้างมือด้วยน้ำสบู่ทุกครั้งก่อนรับประทานอาหาร



อาหาร/ป้อนอาหาร หลังขับถ่าย/เปลี่ยนผ้าอ้อมให้เด็ก หลังเล่นของเล่น หลังสัมผัสผู้ป่วย แม้ว่าเจลแอลกอฮอล์ล้างมือสามารถฆ่าเชื้อได้ แต่ไม่แนะนำให้ใช้บ่อยเกินไป และวิธีอื่นๆ ได้ แต่ไม่สามารถฆ่าเชื้อชนิดนี้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้นควรเน้นการล้างมือด้วยน้ำสบู่ในระยะที่มีการระบาดของโรคนี้

5. ดูแลอนามัยสิ่งแวดล้อมที่ดี ทำความสะอาดพื้นผิว ของใช้ ของเล่น เป็นประจำสม่ำเสมอ ด้วยน้ำยาทำความสะอาด หรือน้ำยาฆ่าเชื้อหากเป็นไปได้ควรทำความสะอาดทุกวันในระยะที่มีการระบาดของโรค เครื่องนุ่งห่มเครื่องใช้และตากแดดให้แห้ง

## แจ้งการระบาดของโรค ได้ที่

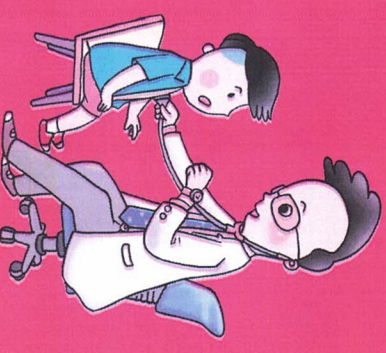
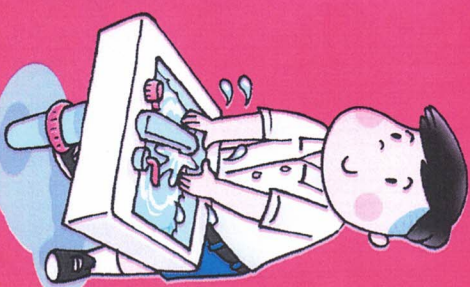
- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดทุกแห่ง
- สำนักงานมัย กรุงเทพมหานคร โทร. 0 2245 8106
- สำนักระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค โทร. 0 2590 1882, 0 2590 1795

# 1422

สายด่วนกรมควบคุมโรค

## โรคมือ เท้า ปาก

(Hand, Foot and Mouth Disease)



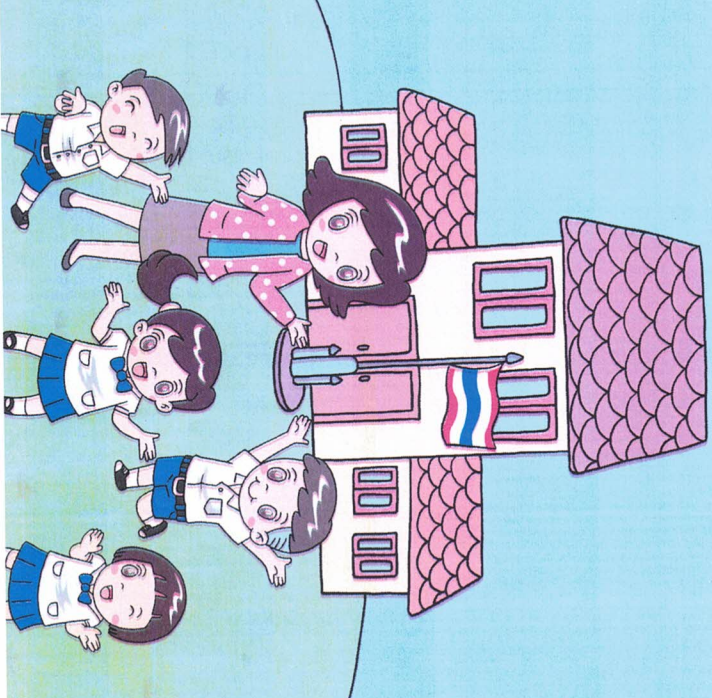
สุขภาพดี  
เริ่มต้นที่



# โรคมือ เท้า ปาก

(Hand, Foot and Mouth Disease)

โรคมือ เท้า ปาก เกิดจากการติดเชื้อไวรัสหลายชนิดในกลุ่มเอนเทอโรไวรัส มักพบในเด็กอายุน้อยกว่า 5 ปี โดยเฉพาะทารก ผู้ป่วยส่วนใหญ่มีอาการไข้ มีจุดแดงในช่องปาก และผื่นแดงซึ่งต่อมากลายเป็นตุ่มพองและทั้งบริเวณฝ่ามือ ฝ่าเท้า และก้น อาการมักไม่รุนแรงและหายได้เองใน 7-10 วัน ในประเทศไทยพบโรคนี้ได้ตลอดปี แต่พบมากขึ้นในช่วงฤดูฝน การระบาดมักเกิดขึ้นในศูนย์เด็กเล็กและโรงเรียนอนุบาล

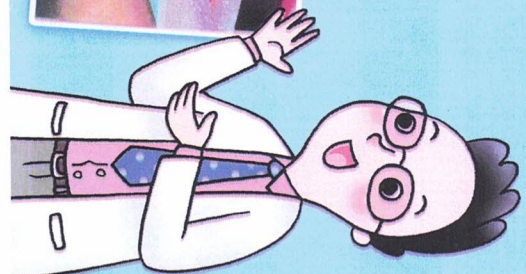


## โรคมือ เท้า ปาก ติดต่อกับอย่างไร

เชื้อนี้อยู่ในน้ำมูก น้ำลาย น้ำจากตุ่มพองและแผลในปาก หรืออุจจาระของผู้ป่วย เชื้อสามารถถ่ายทอดจากอาการเอามือที่ปนเปื้อนเชื้อเข้าปาก หรือใช้ภาชนะร่วมกับผู้ป่วย เช่น ช้อน แก้วน้ำ ของเล่น หรือติดจากการไอจามรดกัน ส่วนใหญ่จะแสดงอาการป่วยหลังได้รับเชื้อ 3 - 5 วัน มักมีไข้เป็นอาการแสดงแรก

ในสถานที่ที่มีเด็กอยู่ร่วมกันจำนวนมาก เช่น สถานรับเลี้ยงเด็กและโรงเรียนอนุบาล พบว่าการแพร่กระจายเชื้อเกิดขึ้นค่อนข้างง่าย การแพร่เชื้อเกิดมากในช่วงสัปดาห์แรกของการป่วย ถึงแม้ว่าการป่วยดีขึ้น ผู้ป่วยยังสามารถแพร่เชื้อต่อได้ เนื่องจากเชื้อจะออกมาในอุจจาระได้นานถึง 6-8 สัปดาห์

เมื่อหายป่วยบุคคลนั้นจะมีภูมิคุ้มกันจำเพาะกับชนิดของไวรัสที่เคยได้รับ หากได้รับเชื้อชนิดใหม่ที่ยังไม่มีภูมิคุ้มกันก็สามารถเป็นโรคซ้ำได้ เด็กและผู้ใหญ่มักมีภูมิต้านทานแล้ว การติดเชื้อครั้งหลังจึงมักไม่แสดงอาการหรือมีอาการเล็กน้อย แต่สามารถแพร่เชื้อไปสู่ผู้อื่นได้



## โรคมือ เท้า ปาก รักษาได้หรือไม่

โรคนี้ส่วนใหญ่อาการไม่รุนแรง หายเองได้ ใน 7-10 วัน ปัจจุบันยังไม่มียาค่าตัวไวรัสชนิดนี้ โดยทั่วไปใช้การรักษาเพื่อบรรเทาอาการ เช่น ให้ยาลดไข้แก้ปวด เช็ดตัวลดไข้ อาจให้ยาชาเฉพาะที่ป้ายแผลในช่องปาก ควรให้ผู้ป่วยรับประทานอาหารอ่อนๆ รสไม่จัด ดื่มน้ำ นม น้ำหวาน ไอศกรีม นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ อย่างไรก็ตามผู้ดูแลควรสังเกตอาการอย่างใกล้ชิด โดยเฉพาะทารกและเด็กเล็ก ผู้ที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่อง เนื่องจากอาจมีภาวะแทรกซ้อนได้ เช่น อาการทางระบบประสาท ตาลอย ชื่น ชัก อาเจียน หอบเหนื่อย ควรรีบพาไปพบแพทย์



# สำเนาฉบับ



ที่ บร ๗๔๗๐๖/ว ๕๒

ที่ทำการองค์การบริหารส่วนตำบลบ้านยาง  
อำเภอพุทไธสง จังหวัดบุรีรัมย์ ๓๑๑๒๐

๘ พฤษภาคม ๒๕๖๗

เรื่อง ขอความร่วมมือประชาสัมพันธ์ป้องกันโรคมือ เท้า ปาก (Hand Food and Mouth Disease)

เรียน หัวหน้าศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก.....

สิ่งที่ส่งมาด้วย แผ่นพับประชาสัมพันธ์

จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วยกรมควบคุมโรคติดต่อ กระทรวงสาธารณสุข มีการควบคุมโรคติดต่อในกลุ่มเด็กเล็กที่สามารถเกิดขึ้นเป็นประจำทุกปี และขอความร่วมมือให้ทุกหน่วยงานที่มีความเกี่ยวข้องร่วมรณรงค์ป้องกันโรคติดต่อต่าง ๆ นั้น ทางกองสาธารณสุข และสิ่งแวดล้อมองค์การบริหารส่วนตำบลบ้านยาง มีความเป็นห่วงเป็นใยประชาชนในพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านยาง เพื่อลดการเจ็บป่วยจากโรคต่าง ๆ

ดังนั้น กองสาธารณสุข และสิ่งแวดล้อมองค์การบริหารส่วนตำบลบ้านยาง จึงขอความร่วมมือท่านประชาสัมพันธ์ทางหอกระจายข่าวหมู่บ้านให้ประชาชนและผู้ปกครองเด็กเล็กได้มีความรู้ความเข้าใจในการดูแลบุตรหลานองค์การบริหารส่วนตำบลบ้านยางหวังเป็นอย่างยิ่งจะได้รับความร่วมมือด้วยดีเช่นเคย จึงขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดประชาสัมพันธ์ และขอบคุณ มา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(นายทินกร กัณหา)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลบ้านยาง

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

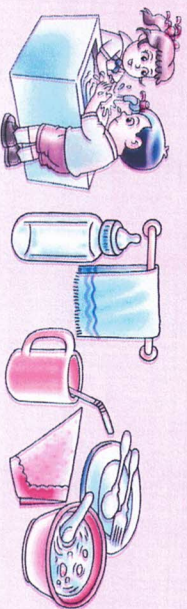
โทร/โทรสาร ๐ ๔๔๖๖ ๖๓๕๖

[www.banyanglocal.go.th](http://www.banyanglocal.go.th)

|            |
|------------|
| ร่าง.....  |
| พิมพ์..... |
| ตรวจ.....  |
| ทาน.....   |

## การป้องกันโรค

**โรคนี้ยังไม่มียาป้องกัน แต่ป้องกันได้โดย**  
**การรักษาสุขอนามัย** ผู้ปกครองควรแนะนำบุตรหลานและผู้เลี้ยงดูเด็กให้ล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำและสบู่ (ก่อนและหลังเตรียมอาหาร ก่อนรับประทานอาหาร ภายหลังการขับถ่ายหรือเปลี่ยนผ้าอ้อม หลังการดูแลเด็กป่วย) ตัดเล็บให้สั้น หลีกเลี่ยงการใช้สิ่งของร่วมกัน (เช่น ขวดนม แก้วน้ำ หลอดดูด ผ้าเช็ดหน้า และผ้าเช็ดมือ) และใช้ช้อนกลาง



สถานที่รับเลี้ยงเด็กและโรงเรียนอนุบาล ต้องจัดให้มีอ่างล้างมือและสิ่งของที่ถูกล้างภาชนะ หมั่นดูแลรักษาสุขลักษณะของสถานที่และอุปกรณ์เครื่องใช้ให้สะอาดอยู่เสมอ รวมถึงการกำจัดอุจจาระเด็กให้ถูกต้องด้วย

## การกอบกู้โรค

● **หากพบเด็กป่วย** ต้องรีบแยกเพื่อป้องกันไม่ให้เชื้อแพร่ไปยังเด็กคนอื่น ๆ ผู้ปกครองควรรีบพาเด็กไปพบแพทย์ และหยุดรักษาตัวที่บ้านประมาณ 5-7 วัน หรือจนกว่าจะหายเป็นปกติ ระหว่างนี้ควรสังเกตอาการผิดปกติที่อาจเกิดขึ้น ไม่ควรพาเด็กไปในสถานที่แออัด เช่น สนามเด็กเล่น สระว่ายน้ำ ตลาด และห้างสรรพสินค้า ควรอยู่ในที่ที่มีการระบายถ่ายอากาศได้ดี ใช้ผ้าปิดจมูกปากเวลาไอจาม และระมัดระวังการไอจามรดกัน และผู้เลี้ยงดูเด็กต้องล้างมือให้สะอาดทุกครั้ง หลังสัมผัสน้ำมูก น้ำลาย หรืออุจจาระเด็กป่วย

● **หากมีเด็กป่วยจำนวนมาก** ผู้บริหารโรงเรียนหรือผู้จัดการสถานรับเลี้ยงเด็ก ต้องดำเนินการ ดังนี้

- ปิดห้องเรียนที่มีเด็กป่วยหรือปิดทั้งโรงเรียนชั่วคราว (ประมาณ 5-7 วัน)
- ทำความสะอาดสถานที่เพื่อฆ่าเชื้อโรค บริเวณห้องน้ำ ห้องส้วม สระว่ายน้ำ ครุฑ โรงอาหาร บริเวณที่เล่นของเด็ก สนามเด็กเล่น โดยใช้สารละลายเจือจางของน้ำยาฟอกขาว (20 มิลลิลิตร ต่อ น้ำ 1 ลิตร) หรือน้ำยาทำความสะอาดที่ใช้ตามบ้านเรือน
- ทำความสะอาดของเล่น เครื่องใช้ของเด็กด้วยการซักล้าง แล้วผึ่งแดดให้แห้ง
- หยุดใช้เครื่องปรับอากาศ เป็ดม่านให้แสงแดดส่องให้ทั่วถึง



## แจ้งการระบาดของโรค ได้ที่

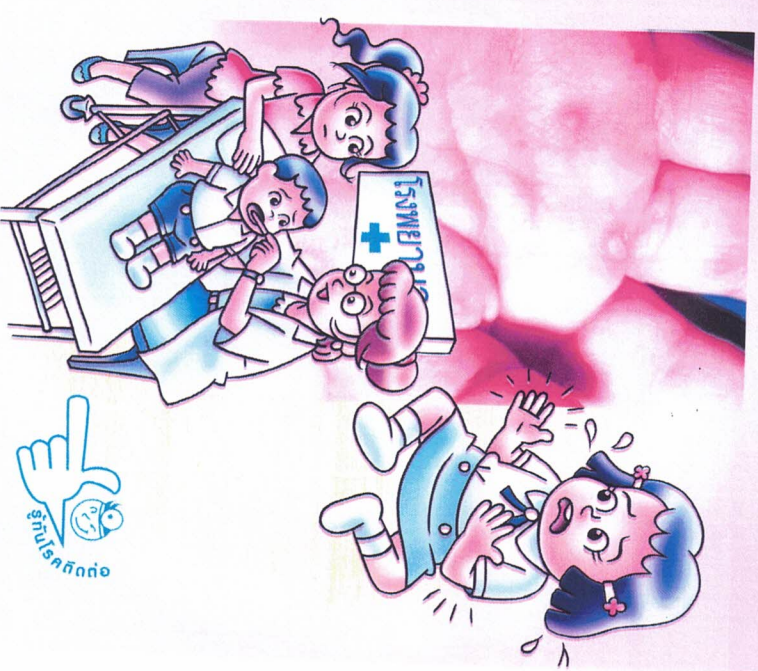
- สำนักโรคติดต่อวิทยา กรมควบคุมโรค โทร. 0-2590-1882
- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ และสถานีอนามัยทุกแห่ง
- สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร โทร 0-2245-8106, 0-2354-1836 และศูนย์บริการสาธารณสุข กทม. ทุกแห่ง

## ติดต่อขอคำแนะนำ ได้ที่

- กรมควบคุมโรค โทร. 0-2590-3333
- สำนักโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค โทร.0-2590-3167

# โรคมือ เท้า ปาก

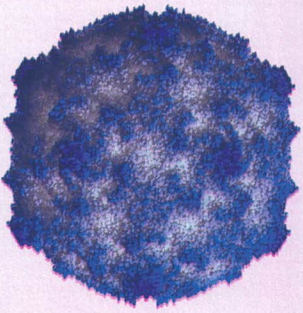
## Hand, Foot and Mouth Disease



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

## โรคเชื้อ เท้า ปาก

เกิดจากเชื้อไวรัสลำไส้หรือเอนเทอโรไวรัสหลายชนิดพบได้บ่อยในเด็กทารกและเด็กเล็กอายุต่ำกว่า 5 ปี ในโรงเรียนอนุบาล สถานรับเลี้ยงเด็ก ศูนย์เด็กเล็ก



สถานที่เล่นของเด็กในทางสรรพสินค้า โดยเฉพาะในที่อยู่รวมกันอย่างแออัด จะมีโอกาสที่เกิดการระบาดได้โรคเกิดประมาณปลายฤดูใบไม้ร่วง เพิ่มมากขึ้นในฤดูฝน ซึ่งอากาศเย็นและชื้น

### การแพร่ติดต่อ

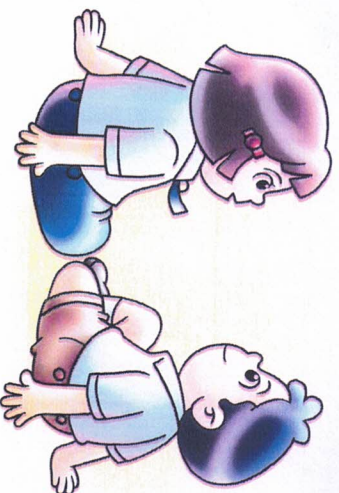
การติดต่อส่วนใหญ่เกิดจากได้รับเชื้อไวรัสเข้าสู่ปากโดยตรง โรคแพร่ติดต่อง่ายในช่วงสัปดาห์แรกของอาการป่วย โดยเชื้อไวรัสติดมากับมือหรือของเล่นที่เปื้อนน้ำลาย น้ำมูก น้ำจากตุ่มพองและแผล หรืออุจจาระของผู้ป่วย และเกิดจากการไอจามรดกัน โดยหายใจเอาเชื้อที่แพร่กระจายจากละอองฝอยของผู้ป่วย สำหรับการติดต่อเชื้อ

จากอุจจาระ จะเกิดได้ในระยะที่เด็กมีอาการทุเลาจนกระทั่งหายป่วยแล้วประมาณ 1 เดือน แต่จะเกิดขึ้นได้น้อยกว่า



## อาการของโรค

หลังจากได้รับเชื้อ 3 - 6 วัน ผู้ติดเชื้อจะเริ่มแสดงอาการป่วย เริ่มด้วยมีไข้ต่ำๆ อ่อนเพลีย ต่อมาอีก 1-2 วัน มีอาการเจ็บปาก กลืนน้ำลายไม่ได้และไม่ยอมทานอาหาร เนื่องจากมีตุ่มแดงที่ลิ้น เหงือก และกระพุ้งแก้ม จะพบตุ่มหรือผื่นนูนสีแดงเล็ก (มักไม่คัน) ที่ฝ่ามือ ฝ่าเท้า และอาจพบที่ก้นด้วย ตุ่มนี้จะกลายเป็นตุ่มพองใส บริเวณรอบๆ อักเสบและแดง ต่อมาตุ่มจะแตกออกเป็นแผลหลุมตื้นๆ อาการจะทุเลาและหายเป็นปกติ ภายใน 7-10 วัน



## การรักษา

- โรคนี้ไม่มียารักษาโดยเฉพาะ แพทย์จะให้ยารักษาตามอาการ เช่น ยาลดไข้ ยาทาแก้ปวด ในรายมีแผลที่ลิ้นหรือกระพุ้งแก้ม
- ผู้ปกครองหรือผู้เลี้ยงดูเด็ก ควรเช็ดตัวเด็กเพื่อลดไข้เป็นระยะ และให้ผู้ป่วยรับประทานอาหารอ่อนๆ รสไม่จัด ดื่มน้ำและน้ำผลไม้ และนอนพักผ่อนมากๆ ถ้าเป็นเด็กอ่อน อาจต้องบ่มนมให้แทนการดูดจากขวด

- ตามปกติโรคนีกล้มรุนแรงและไม่มีการแทรกซ้อน แต่เชื้อไวรัสบางชนิด เช่น เอนเทอโรไวรัส 71 อาจทำให้มีอาการรุนแรงได้ จึงควรดูแลเด็กอย่างใกล้ชิด หากพบมีไข้สูง ซึม ไม่ยอมทานอาหารหรือดื่มน้ำ อาเจียนบ่อย หอบ แขนขาอ่อนแรง ชัก ต้องรีบพาไปโรงพยาบาลทันที เพราะอาจเกิดภาวะสมองอักเสบ กล้ามเนื้อหัวใจอักเสบ หรือน้ำท่วมปอด ซึ่งจะรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิตได้

