



โรคยอดฮิตในเด็กที่มาช่วงฤดูฝน พ่อแม่ควรเฝ้าระวัง



ศูนย์ : ศูนย์สุขภาพเด็ก

บทความโดยแพทย์ : พญ. ธิดารัตน์ แก้วเงิน

พอเข้าสู่ฤดูฝนที่ไร คุณพ่อคุณแม่อดห่วงลูกน้อยไม่ได้สักที เนื่องจากอากาศเริ่มเย็นลง และมีความชื้นสูงขึ้น ทำให้เชื้อโรคเจริญเติบโตและแพร่กระจายได้ดี ส่งผลให้เกิดโรคที่มาพร้อมกับฤดูฝน โดยเฉพาะในเด็กเล็กที่ระบบภูมิคุ้มกันร่างกายยังไม่แข็งแรงเท่าผู้ใหญ่ และเด็กวัยเรียนที่ต้องคลุกคลีกับคนหมู่มาก ย่อมมีความเสี่ยงสูงที่จะติดเชื้อและเกิดโรคเด็กต่างๆ ได้ง่าย ดังนั้นมาทำความรู้จักกับแต่ละโรคให้มากขึ้น เพื่อเตรียมความพร้อมรับมือกับฤดูฝนกันดีกว่า

1. โรคไขหวัดใหญ่

เป็นกลุ่มโรคระบบทางเดินหายใจ เกิดจากการติดเชื้อไวรัส“อินฟลูเอนซ่าไวรัส (Influenza virus)” ที่อยู่ในน้ำมูก

น้ำลาย หรือละอองเสมหะที่กระจายอยู่ในอากาศจากการไอ จาม ของผู้ป่วย เด็กเล็กและเด็กวัยเรียน เป็นกลุ่มเสี่ยงที่อาจเกิดภาวะแทรกซ้อนของโรคได้ง่าย เช่น ปอดอักเสบ สมออักเสบ

อาการของโรคไขหวัดใหญ่ เมื่อเด็กสัมผัส หรือหายใจเอาเชื้อไวรัสเข้าไป จะมีระยะฟักตัวประมาณ 1-4 วัน จากนั้น จะทำให้มีไข้สูง ไอ น้ำมูก คัดจมูก จาม มีอาการปวดเมื่อยตามตัว อ่อนเพลียคล้ายกับไขหวัดธรรมดา แต่จะมีอาการมากกว่า หากอาการรุนแรงมากขึ้น เช่น ไข้สูงลอย ชีพ หอบหายใจไม่สะดวก รับประทานอาหารไม่ได้ ชัก ควรรีบพบแพทย์

การป้องกัน ฉีดวัคซีนป้องกันโรคไขหวัดใหญ่เป็นประจำทุกปี หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับผู้ป่วย และป้องกันการติดเชื้อด้วยการสวมหน้ากากอนามัย ล้างมือบ่อยๆ ในเด็กที่ป่วยเป็นไขหวัดใหญ่ควรให้หยุดพักรักษาตัว เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการแพร่เชื้อ

2. โรคติดเชื้อไอพีดี

เป็นโรคติดเชื้อจากแบคทีเรีย “นิวโมคอคคัส” (Streptococcal Pneumoniae) ชนิดรุนแรงและรุกราน ทำให้เกิดการติดเชื้อในกระแสเลือด เยื่อหุ้มสมองอักเสบ ปอดอักเสบรุนแรง ไปจนถึงทำให้พิการและเสียชีวิตได้ โดยเฉพาะเด็กเล็กอายุต่ำกว่า 2 ปี เชื้อนิวโมคอคคัสเป็นเชื้อที่สามารถแพร่กระจายได้ผ่านการไอหรือจาม

อาการของผู้ป่วยที่ติดเชื้อนิวโมคอคคัส คือ มีไข้สูง งอแง ปวดหู ความรุนแรงจะขึ้นกับอวัยวะที่ติดเชื้อหรือลุกลาม เช่น หากการติดเชื้อในกระแสเลือด เด็กจะมีอาการไข้สูง ร้องกวน อาจเกิดการช็อก และเสียชีวิตได้ หากติดเชื้อทางระบบประสาท คือ เยื่อหุ้มสมองอักเสบ เด็กจะมีไข้สูง ชีพ อาเจียน คอแข็ง ถ้ารักษาไม่ทันท่วงทีอาจเสียชีวิต หรือ ติดเชื้อที่ทางเดินหายใจส่วนล่าง คือ ปอดอักเสบ เด็กมีไข้ ไอ หอบ ถ้ารุนแรงมากอาจเกิดภาวะการหายใจล้มเหลวได้ เป็นต้น

การป้องกัน โดยการฉีดวัคซีนป้องกันเชื้อไอพีดี ซึ่งนับเป็นวิธีที่สามารถป้องกันการติดเชื้อได้อย่างมีประสิทธิภาพ และยังสามารถป้องกันการติดเชื้อสายพันธุ์อื่นๆ ได้ดี หมั่นให้เด็กล้างมือให้สะอาดทุกครั้งก่อนและหลังทำกิจกรรมต่างๆ ปิดปาก ปิดจมูกทุกครั้งเวลาไอหรือจาม ควรสวมหน้ากากอนามัย ซึ่งจะช่วยลดการแพร่กระจายของเชื้อได้

3. โรคไข้เลือดออก

เป็นโรคเกิดจากการติดเชื้อไวรัสเดงกี (Dengue) โดยมียุงลายเป็นพาหะนำโรค พบการระบาดสูงในช่วงฤดูฝน เพราะมีบริเวณน้ำขังอันเป็นแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลาย ซึ่งยุงลายจะออกหากินกัดคนในเวลากลางวัน เมื่อยุงลายตัวเมียดูดเลือดจากผู้ป่วยที่มีเชื้อเดงกีเข้าไป เชื้อไวรัสเดงกีในยุงจะเพิ่มจำนวน และกระจายเชื้อเข้าไปสู่ตอมน้ำลายของยุงเตรียมพร้อมที่จะปล่อยเชื้อให้กับคนที่ถูกกัดครั้งต่อไปได้ตลอดอายุของยุง ซึ่งอยู่ได้นาน 1-2 เดือน

อาการ เด็กที่เป็นโรคไข้เลือดออกมักจะแสดงออกหลังจากได้รับเชื้อแล้วประมาณ 5-8 วัน โดยจะมีไข้สูง 38-40

องศาเซลเซียส นานประมาณ 2-7 วัน ตาและใบหน้า มักจะแดงกว่าปกติ เบื่ออาหารและมีอาการซึม บางคนอาจมีผื่นขึ้น หรือพบว่ามียุงกัดเลือดออกขึ้นตามลำตัว แขน ขา หากมีอาการอาเจียนหรือถ่ายเป็นเลือด แสดงถึงอันตราย เด็กอาจจะมีภาวะช็อกซึ่งจำเป็นต้องเข้ารับการรักษาโดยด่วน

การป้องกัน ทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลายใกล้แหล่งที่อยู่อาศัยอย่างสม่ำเสมอ เช่น แหล่งน้ำขังในบ้าน และการป้องกันตัวเองและบุตรหลานไม่ให้ยุงกัด ด้วยการนอนในมุ้ง ทายากันยุง ซึ่งเป็นเรื่องที่ต้องทำอย่างสม่ำเสมอ การฉีดวัคซีนป้องกันโรคไขเลือดออกในเด็ก และการไปพบแพทย์เมื่อป่วยเป็นไข และปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์

4. โรคมือ เท้า ปาก

เป็นโรคที่มาจากการเชื้อไวรัสกลุ่มเอนเทอโรไวรัส เช่น คอกซากิไวรัส เอ 16 (coxsackievirus A16) และเอนเทอโรไวรัส 71 (enterovirus 71) ซึ่งตัวเอนเทอโรไวรัส 71 เรียกสั้นๆ ว่าเชื้อ อีวี 71 เป็นเชื้อที่รุนแรงที่สุด สามารถติดต่อโดยการสัมผัส น้ำมูก น้ำลาย หรืออุจจาระของผู้ป่วยโดยตรงหรือทางอ้อม เช่น ผ่านของเล่น มือผู้เลี้ยงดู น้ำและอาหารที่ปนเปื้อนเชื้อ ซึ่งจะพบมากในเด็กอายุ 6 เดือนถึง 5 ปี

อาการ เริ่มด้วยการมีไข้ต่ำๆ อ่อนเพลียประมาณ 1-2 วัน มีอาการเจ็บปาก ไม่ยอมรับประทานอาหาร น้ำลายไหล เพราะมีแผลในปากเหมือนแผลร้อนใน มีผื่นเป็นจุดแดงหรือเป็นตุ่มน้ำใสขึ้นบริเวณ ฝ่ามือ ฝ่าเท้า และอาจมีบริเวณก้น แขน ขา

การป้องกัน ในปัจจุบัน มีวัคซีนที่ป้องกันโรคมือ เท้า ปาก จากเชื้อไวรัสเอนเทอโรไวรัส 71 (อีวี 71) ซึ่งมีประสิทธิภาพดี และประเทศไทยกำลังจะนำเข้ามาเร็วๆ นี้ อย่างไรก็ตามในสายพันธุ์อื่นๆ ของไวรัสที่ก่อให้เกิดโรคนี้ เช่น คอกซากิไวรัส เอ 16 (coxsackievirus A16) ก็ยังไม่มีวัคซีนที่ป้องกันได้ ดังนั้นการป้องกันที่สำคัญ คือ แยกผู้ป่วยเด็กที่เป็นโรคไม่ให้ไปสัมผัสกับเด็กคนอื่น รวมทั้งผู้ใหญ่ที่ดูแลเด็กควรหมั่นล้างมือด้วยสบู่บ่อยๆ เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อ หมั่นทำความสะอาดของเล่นและสิ่งแวดล้อมทุกวัน พร้อมทั้งดูแลเรื่องอาหาร น้ำดื่ม ควรมีกระดิกน้ำ หรือแก้วส่วนตัวเอาไว้ใช้ที่โรงเรียน และฝึกให้เด็กใช้ช้อนกลางทุกครั้ง ทั้งที่บ้านและที่โรงเรียน พร้อมทั้งการล้างมือด้วยสบู่บ่อยๆ

เพราะเด็กเป็นวัยที่ร่างกายยังไม่เติบโตเต็มที่ และยังไม่มีภูมิคุ้มกันเพียงพอในการต่อสู้กับเชื้อโรคต่างๆ จึงควรดูแลและเฝ้าระวังสุขภาพลูกน้อยเป็นพิเศษ การรู้เท่าทันโรคฤดูฝนในเด็ก ทำให้คุณพ่อคุณแม่ทราบถึงสาเหตุ วิธีการป้องกันโรค อีกทั้งสังเกตอาการ เพื่อเตรียมรับมือกับโรคต่างๆ ได้อย่างทันท่วงที

พญ.ธิดารัตน์ แก้วเงิน

กุมารเวชศาสตร์โรคติดเชื้อ

ศูนย์สุขภาพเด็ก

นัดหมายแพทย์

ปรึกษาทุกปัญหาสุขภาพแบบออนไลน์
ไม่เสียค่าใช้จ่าย