



จดหมายข่าว

งานประชาสัมพันธ์ สำนักงานปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลร่องกาฬ

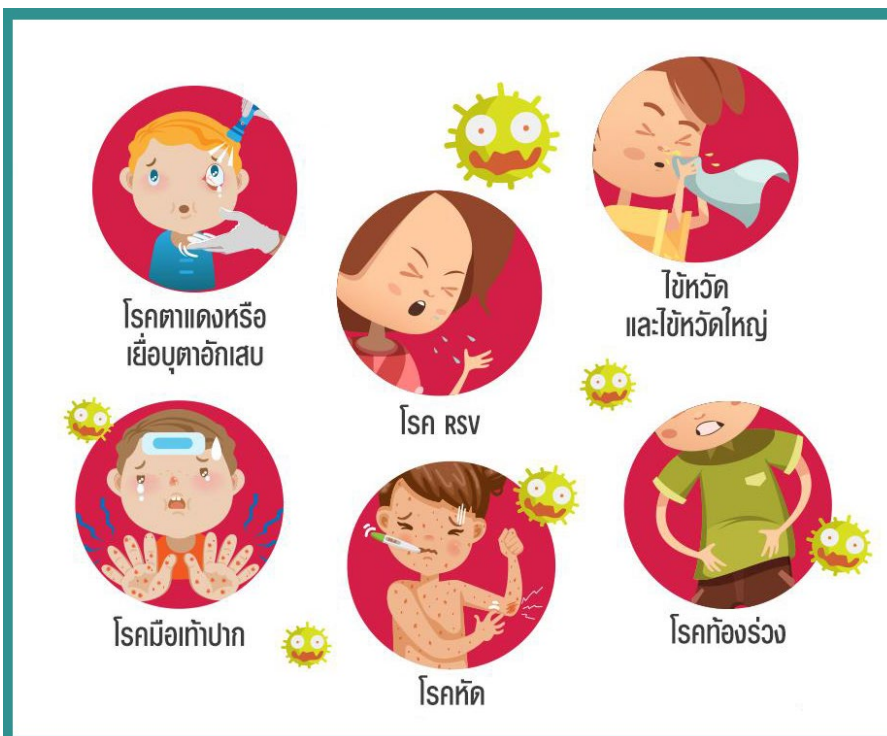
ฉบับ ที่ ๖๗ ประจำเดือนสิงหาคม ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๕

email: rongkat1@gmail.com

<http://www.rongkat.go.th/>

พระราชปณิธานของสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมหาวชิราลงกรณ บดินทรเทพยวรางกูร ในการมุ่งรักษา และต่อยอดตามแนวทางศาสตร์พระราชา รัชกาลที่ 9 "...การรักษาความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกายเป็นปัจจัยของเศรษฐกิจที่ดีและสังคมที่มั่นคงเพราะร่างกายที่แข็งแรงนั้น โดยปกติจะอำนวยผลให้สุขภาพจิตใจสมบูรณ์และมีสุขภาพสมบูรณ์ดี พร้อมทั้งร่างกายและจิตใจแล้ว ย่อมมีกำลังทำประโยชน์สร้างสรรค์เศรษฐกิจ และสังคมของบ้านเมืองได้เต็มที่ ทั้งไม่เป็นภาระแก่สังคมด้วย คือเป็นผู้แต่งสร้างมิใช่ผู้ถ่วงความเจริญ..."

10 โรคติดต่อที่พบบ่อยในเด็ก ที่มักเกิดกับเจ้าหนูวัยซน พร้อมวิธีรับมือ



เพราะเด็กๆ มักมีเรื่องเจ็บป่วยอยู่เสมอ อบต.ร่องกาฬเราจึงอยากแนะนำให้คุณพ่อคุณแม่รู้จักกับโรคในเด็กต่างๆ ที่ถือเป็นวายร้ายของเจ้าตัวน้อย พร้อมลักษณะอาการ เพื่อให้เตรียมรับมือได้อย่างดีที่สุด หากเกิดขึ้นกับลูกรักของคุณ

1. โรคมือ เท้า ปาก

โรคมือ เท้า ปาก เกิดจากเชื้อไวรัส มักพบได้บ่อยในเด็กเล็ก ถึงแม้จะมีอาการไม่รุนแรงนัก แต่ก็เป็โรคที่สร้างความไม่สบายเนื้อสบายตัวให้กับเด็กๆ ได้มากทีเดียว โดยเฉพาะกับเจ้าหนูตัวน้อย เมื่อต้องเผชิญกับตุ่มและผื่นที่ขึ้นตามมือและเท้า มักพบในเด็กอายุต่ำกว่า 10 ปี โดยเฉพาะในเด็กทารกและเด็กเล็ก ซึ่งมักมีอาการรุนแรง

มากกว่าเด็กโต พบมากในช่วงฤดูร้อน ปัจจุบันยังไม่มีวัคซีนป้องกัน แต่ผู้ปกครองสามารถป้องกันโรคมือ เท้า ปากได้โดยการหลีกเลี่ยงการให้เด็กใกล้ชิดกับผู้ป่วย รักษาสุขอนามัย โดยเฉพาะผู้เลี้ยงดูเด็กเล็กควรล้างทำความสะอาดมือก่อนหยิบจับอาหารให้เด็กรับประทาน และรับประทานอาหารที่สุก สะอาด ประจุใหม่ๆ ไม่มีแมลงวันตอม และดื่มน้ำสะอาด

2. โรคอีสุกอีใส

เป็นโรคติดต่อที่พบได้บ่อยในเด็ก (แต่ผู้ใหญ่ก็สามารถเป็นโรคอีสุกอีใสได้เช่นกัน) อาการของโรคมักจะไม่รุนแรง อาจมีไข้ต่ำๆ ตุ่มขึ้นตามร่างกายประมาณ 7-10 วันมักจะหายได้เอง โรคอีสุกอีใสมีวัคซีนป้องกัน แต่หากลูกรักของคุณเกิดป่วยเป็นโรคนี้ขึ้นมา คุณสามารถช่วยบรรเทาผื่นและตุ่มที่ขึ้นตามร่างกายจนทำให้ลูกรู้สึกไม่สบายตัวได้ด้วยการอาบน้ำให้เด็กๆ ด้วยน้ำเย็น และให้ลูกดื่มน้ำมากๆ โดยทั่วไปผู้ที่เคยเป็นอีสุกอีใสแล้วมักจะไม่น่ากลับมาเป็นอีก

3. โรคหัด

โรคหัดเกิดจากเชื้อไวรัส มักจะพบได้เสมอในเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี แต่มักไม่พบในทารกอายุต่ำกว่า 6-8 เดือนเนื่องจากยังมีภูมิคุ้มกันที่ได้รับจากมารดาตั้งแต่อยู่ในครรภ์ อาการของโรคมักจะเกิดขึ้น 7-10 วัน โดยเด็กๆ จะมีไข้สูง ผื่นแดงขึ้นตามร่างกาย อาการคล้ายโรคหัด อย่างไรก็ตาม คุณสามารถพาเด็กๆ ไปฉีดวัคซีนป้องกันโรคหัดได้แนะนำให้ฉีดเข็มแรกเมื่อเด็กอายุได้ 9-12 เดือน และให้ฉีดเข็มที่ 2 เมื่ออายุได้ 4-6 ปี และข้อดีอย่างหนึ่งของโรคหัดก็คือ โดยมากแล้วเด็กๆ ที่ป่วยเป็นโรคหัดจะหายได้เองโดยไม่จำเป็นต้องกินยา

4. โรคไข้เลือดออก

โรคไข้เลือดออกเกิดจากเชื้อไวรัส และแพร่ได้โดยมียุงลายเป็นพาหะ โดยทั่วไปเมื่อป่วยเป็นโรคไข้เลือดออก อาการของโรคจะไม่รุนแรงนัก โดยจะมีไข้สูง และหายได้ภายในหนึ่งสัปดาห์ การป้องกันโรคไข้เลือดออกสามารถทำได้ด้วยการพ่นยากำจัดยุง ติดตั้งมุ้งลวดหรือมุ้งกันยุงตอนกลางคืน ซึ่งถือเป็นวิธีที่ปลอดภัยในการปกป้องเด็กๆ จากไข้เลือดออกเนื่องจากโรคนี้ยังไม่มีวัคซีนป้องกัน

5. โรคท้องร่วง

โรคท้องร่วงมักมีสาเหตุจากการติดเชื้อไวรัส และพบบ่อยในเด็กเล็ก เด็ก ๆ จะมีอาการปวดท้องและถ่ายเหลว ก่อนจะตามด้วยอาการขาดน้ำ จึงควรให้ลูกดื่มน้ำเกลือแร่เพื่อชดเชยน้ำที่สูญเสียไป และรับประทานอาหารอ่อนๆ จนกว่าอาการจะดีขึ้น โดยทั่วไปอาการจะดีขึ้นภายใน 2-3 วัน

6. โรคไข้หวัดในเด็ก

เด็กๆ มักจะป่วยเป็นไข้หวัดกันบ่อยๆ ปีละหลายครั้ง โดยเฉพาะในฤดูฝนและฤดูหนาว การหลีกเลี่ยงไม่ให้ป่วยเป็นไข้หวัดก็ออกจะเป็นเรื่องยาก เพราะไข้หวัดสามารถเกิดจากเชื้อไวรัสถึงกว่า 200 สายพันธุ์ จึงควรให้เด็กๆ ป้องกันตัวเองด้วยการล้างมือบ่อยๆ รวมทั้งหลีกเลี่ยงผู้ที่ป่วยเป็นไข้หวัด ซึ่งเป็นวิธีป้องกันที่ปลอดภัยที่สุด ปกติแล้วเด็กๆ จะมีอาการป่วยเป็นเวลา 7 - 10 วัน และระหว่างที่ภูมิคุ้มกันของพวกเขากำลังต่อสู้กับเชื้อไวรัส คุณพ่อคุณแม่ควรให้ลูกๆ พักผ่อนให้เพียงพอ ดื่มน้ำเยอะๆ และรักษาร่างกายให้อบอุ่นโดยเฉพาะในฤดูหนาว

7. โรคไข้หวัดใหญ่

โรคไข้หวัดใหญ่มักเกิดในฤดูหนาว เป็นโรคที่มีวัคซีนป้องกัน ทั้งนี้หากคุณเลือกการฉีดวัคซีน เราขอแนะนำให้มารับการฉีดวัคซีนเป็นประจำทุกปี เพราะในแต่ละปีที่ไวรัสไข้หวัดใหญ่มีโอกาสกลายพันธุ์ได้เสมอ อาการจะเริ่มจากการมีไข้ คัดจมูก น้ำมูกไหล ปวดตามตัว และอ่อนเพลีย และอาจใช้เวลาเป็นสัปดาห์กว่าร่างกายจะฟื้นตัวและกลับมาแข็งแรงเหมือนเดิม จึงควรให้ลูกน้อยพักผ่อนมากๆ รักษาร่างกายให้อบอุ่น รวมทั้งพบแพทย์และรับประทานยาให้ครบตามกำหนด

8. โรคไทรอย

โรคไทรอยเกิดจากเชื้อแบคทีเรีย เมื่อติดเชื้อช่วงแรก เด็กๆ จะมีอาการคล้ายโรคหัดธรรมดา จากนั้นอาการจะเพิ่มมากขึ้น โดยจะไอบากขึ้น และหายใจเข้าแรงจนมีเสียง “วูบ” อาการของเด็กโตที่ป่วยเป็นโรคไทรอยจะไม่รุนแรงนัก แต่จะอันตรายมากสำหรับเด็กทารกวัยต่ำกว่า 6 เดือน จึงควรพาลูกน้อยหาหมอทันทีที่เริ่มมีอาการ โรคไทรอยสามารถรักษาได้ด้วยการรับประทานยาปฏิชีวนะ และโดยทั่วไปอาการป่วยจะกินเวลาไม่เกิน 3 สัปดาห์

9. โรคเยื่อหุ้มสมองอักเสบ

โรคเยื่อหุ้มสมองอักเสบเป็นโรคที่ร้ายแรง และยังมีอาการของโรคที่หลากหลาย คุณพ่อคุณแม่จึงควรเช็กสัญญาณตัวเองเมื่อเกิดความกังวลว่าลูกอาจจะป่วยเป็นโรคนี้ด้วยการขอความช่วยเหลือและพบแพทย์ สัญญาณที่สำคัญของโรคคือ การเป็นผื่นผิวหนังสีแดงขนาดเล็กๆ จากนั้นผื่นจะแพร่กระจายอย่างรวดเร็ว และหากคุณกดแก้วลงบนผื่นหนึ่ง สีของผื่นจะจางลง โดยทั่วไปคุณหมอมักจะให้เด็กๆ รักษาตัวอยู่ที่บ้านภายใต้การดูแลของคุณพ่อคุณแม่ และจะรักษาด้วยการให้ยาปฏิชีวนะหากเด็กมีอาการรุนแรง ปกติแล้วเด็กๆ จะอาการดีขึ้นภายใน 7-10 วัน

10. โรคภูมิแพ้

โรคภูมิแพ้จัดเป็นโรคที่พบได้บ่อยมาก โดยเฉพาะในเด็ก ที่ร่างกายกำลังเติบโตและพัฒนาขึ้นตามวัย ส่วนใหญ่อาการภูมิแพ้มักจะไม่รุนแรง และไม่ใช่อุปสรรคกับการใช้ชีวิตและการทำกิจกรรมต่างๆ ที่พวกเขาโปรดปราน อาการทั่วไปของโรคภูมิแพ้ คือ อาการจาม ตาแดงและระคายเคืองจนถึงคัน รวมทั้งอาการไอ ทั้งนี้ควรปรึกษาแพทย์ หากสงสัยว่าลูกน้อยมีอาการแพ้สิ่งใดหรือไม่ โรคภูมิแพ้สามารถรักษาได้ด้วยยาที่จะช่วยให้ผู้ป่วยสามารถรับมือกับอาการแพ้ของตัวเองได้ดีขึ้น

ที่กล่าวมานั้นเป็นเพียงตัวอย่างสำหรับโรคที่มักเกิดได้บ่อยในเด็ก ที่จริงแล้วยังมีอีกหลายโรคที่สามารถเกิดขึ้นกับเด็กได้ ฉะนั้นคุณพ่อคุณแม่จึงควรใส่ใจและสังเกตอาการของลูกตลอดเวลา รวมถึงมีการพาลูกไปตรวจสุขภาพและฉีดวัคซีนตามที่แพทย์แนะนำ ด้วยความปรารถนาดีจาก องค์การบริหารส่วนตำบลร่องกาศ

ที่ทำการองค์การบริหารส่วนตำบลร่องกาศ

เลขที่ 159 หมู่ 4 ต.ร่องกาศ อ.สูงเม่น จ.แพร่ 54130 โทร.054-542886 ,054-625267 โทรสาร.054-542886-110