

โรคที่มากับหน้าฝน

ผศ.นพ.เมธิ ชยะกุลศิริ

ภาควิชาอายุรศาสตร์ สาขาโรคติดเชื้อฯ

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

ในฤดูฝน อากาศเริ่มเย็นลงและมีความชื้นสูงขึ้น การเปลี่ยนแปลงของสภาพอากาศนี้ เป็นสาเหตุทำให้โรคหลายชนิดสามารถแพร่ระบาดได้ง่ายและรวดเร็ว โรคที่สำคัญที่ต้องระมัดระวังเป็นพิเศษในฤดูนี้ เช่น โรคไข้เลือดออก โรคไข้หวัดใหญ่ รวมถึงไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ โรคไข้หวัดนก โรคปอดอักเสบ โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน โรคเยื่อตาอักเสบหรือโรคตาแดง นอกจากนี้ในต่างจังหวัดบางพื้นที่ อาจมีการระบาดของโรคฉี่หนู หรือโรคแลปโตสไปโรซิส หรือโรคที่มีมุงเป็นพาหะนำโรค เช่น ไข้มาลาเรีย โรคไข้สมองอักเสบจากเชื้อไวรัสเจอี เป็นต้น

กระทรวงสาธารณสุข โดยกรมควบคุมโรค ได้ออกประกาศเตือนประชาชนในการป้องกันโรคติดต่อที่มักเกิดขึ้นในฤดูฝน โดยมี 5 กลุ่ม รวม 15 โรค ได้แก่

1.กลุ่มโรคติดต่อของระบบทางเดินอาหารที่พบบ่อย ได้แก่ โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน บิด ไทฟอยด์ อาหารเป็นพิษ โรคเหล่านี้เกิดจากการรับประทานอาหารที่มีการปนเปื้อนของเชื้อจุลินทรีย์ที่ก่อให้เกิดโรคในระบบทางเดินอาหาร ที่ล่าได้ โดยผู้ป่วยจะมีอาการท้องเสีย ถ่ายเหลวเป็นน้ำ อาจมีไข้ ปวดบิดในท้อง และหากติดเชื้อบิดอาจมีมูกหรือเลือดปนอุจจาระได้ นอกจากนี้เชื้อไวรัสตับอักเสบบชนิด เอ และบี ยังสามารถติดต่อได้จากการรับประทานอาหารปนเปื้อนเชื้อ ผู้ที่มีอาการตับอักเสบบจะมีไข้ อ่อนเพลีย มีอาการตัวเหลือง ตาเหลืองหรือดีซ่าน คลื่นไส้อาเจียน ดังนั้นในหน้าฝนนี้จึงควรระมัดระวังอาหารการกินเป็นพิเศษ โดยรับประทานอาหารที่สุกใหม่ ๆ สะอาด ใช้ช้อนกลาง

2.กลุ่มโรคติดเชื้อผ่านทางบาดแผลหรือเยื่อผิวหนังที่พบบ่อย คือ โรคแลปโตสไปโรซิสหรือไข้ฉี่หนู อาการเด่น คือ ไข้สูงเฉียบพลัน ปวดศีรษะ มักปวดกล้ามเนื้อบริเวณน่องและโคนขาอย่างรุนแรง และตาแดง ประมาณร้อยละ 5-10 ของผู้ป่วยโรคนี้จะมีอาการรุนแรง เช่น ดีซ่าน ไตวาย หรือช็อคได้ โรคนี้มักเป็นเกิดในที่ที่มีน้ำท่วม ผู้ที่บ้านมีหนูมาก เกษตรกร ชาวไร่ ชาวนา ชาวสวน คนงานฟาร์มเลี้ยงสัตว์ โค สุกร ปลา ผู้ที่ทำงานขุดท่อระบายน้ำ เขื่อนแฉะ โรงฆ่าสัตว์ เป็นต้น

3.กลุ่มโรคระบบทางเดินหายใจที่พบบ่อย ได้แก่ โรคหวัด ไข้หวัดใหญ่ คออักเสบ หลอดลมอักเสบ ปอดอักเสบหรือปอดบวม โดยเฉพาะในปัจจุบันมีการระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่

สายพันธุ์ใหม่ชนิดเอ H1N1 ซึ่งเป็นโรคระบาดใหม่ ที่ขณะนี้พบการระบาดทั่วประเทศ และโรค
ไข้หวัดนกที่มีแหล่งแพร่ระบาดมาจากสัตว์ปีก เชื่อกันว่ามีการผสมข้ามสายพันธุ์กับเชื้อไข้หวัดใหญ่ใน
คนที่อยู่ในช่วงระบาดในฤดูฝนได้

4. กลุ่มโรคติดต่อที่เกิดจากยุง ที่สำคัญ 3 โรค ได้แก่

1. **ไข้เลือดออก** มียุงลายเป็นพาหะนำโรค ซึ่งกว่าร้อยละ 80 เป็นยุงลายที่อยู่ในบ้านซึ่งจะ
วางไข่ในน้ำที่ขังอยู่ตามที่ต่าง ๆ ผู้ป่วยระยะแรกจะมีอาการเหมือนการติดเชื้อไวรัสทั่วไป ได้แก่
อาการไข้ ปวดเมื่อยตามตัว อาจมีอาการปวดกระดูกมาก ไข้จะสูงอยู่ประมาณ 2-7 วัน หลังจาก
นั้นไข้จะลง พร้อมกับอาจมีอาการเลือดออกผิดปกติ มือเท้าเย็น หรือช็อคได้

2. **ไข้สมองอักเสบเจอี (Japanese Encephalitis)** มียุงรำคาญเป็นพาหะนำโรค มักแพร่พันธุ์
ในแหล่งน้ำตามทุ่งนา ผู้ป่วยจะมีไข้ ปวดศีรษะ อาเจียน หลังจากนั้นจะมีอาการซึมลงหรือช็อคได้
ผู้ป่วยอาจเสียชีวิต หรือพิการหากไม่ได้รับการรักษา

3. **โรคมาลาเรีย** มียุงก้นปล่องที่อยู่ในป่าเป็นพาหะนำโรค โดยผู้ป่วยจะมีไข้สูงหนาวสั่น ชีต
ลง เนื่องจากเม็ดเลือดแดงแตก ถ้าเป็นชนิดรุนแรงอาจมีอาการไตวาย ตับอักเสบ ปอดผิดปกติ และ
อาจมีความผิดปกติทางสมองที่เรียกว่า มาลาเรียขึ้นสมองได้

5. **โรคเยื่อตาอักเสบหรือโรคตาแดง** ซึ่งเกิดจากเชื้อไวรัสที่อยู่ในน้ำสกปรก กระเด็น
เข้าตา นอกจากนี้ ในช่วงฤดูฝนต้องระวังอีก 2 เรื่อง คือ ปัญหาน้ำกัดเท้าที่เกิดจากเชื้อรา สาเหตุ
เกิดจากการแช่น้ำสกปรกนาน ๆ ทำให้ผิวหนังเป็นผื่นแดง ถ้าเกาจะเป็นแผลมีน้ำเหลืองออก และ
อันตรายจากสัตว์มีพิษ เช่น งู ตะขาบ แมงป่องที่หนีน้ำมาอาศัยในบริเวณบ้าน สิ่งที่ต้องระวัง คือ
การรับประทานยาลดไข้ เช่น ห้ามกินยาในกลุ่มแอสไพรินอย่างเด็ดขาด เพราะมีอันตรายกับบาง
โรค คือ โรคไข้เลือดออก โรคไข้หวัดใหญ่ และโรคฉี่หนู ซึ่งโรคดังกล่าวจะทำให้มีเลือดออกตาม
อวัยวะต่าง ๆ ในร่างกายอยู่แล้ว หากได้รับยาแอสไพริน ซึ่งมีสารป้องกันเลือดแข็งตัวเข้าไปอีก จะ
ทำให้เลือดออกได้ง่ายขึ้น ทำให้เสียชีวิตได้ง่ายขึ้น และอาจเกิดเป็นกลุ่มอาการโรซินโดรม ซึ่งมีผล
ต่อทุกอวัยวะในร่างกาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งสมองและตับ อาการที่พบ ได้แก่ ผู้ป่วยอาเจียนอย่าง
มาก และมีอาการทางสมอง เช่น สับสน มีพฤติกรรมเปลี่ยนไป ซึมและหมดสติ จนเสียชีวิตได้

ในการป้องกันโรคในฤดูฝน ทำได้โดยออกกำลังกายสม่ำเสมอ สวมเสื้อผ้านิรภัย
ร่างกายให้อบอุ่น เพื่อให้ร่างกายมีภูมิต้านทานโรค โดยเฉพาะเด็กกับผู้สูงอายุควรดูแล
เป็นพิเศษ เนื่องจากสภาพอากาศมีความชื้นสูง หนาวเย็น จะทำให้ร่างกายที่มีระดับภูมิ
ต้านทานโรคต่ำกว่าคนวัยอื่น ๆ อยู่แล้ว ต่ำลงไปอีก จึงมีโอกาสติดเชื้อโรคทางเดินหายใจ
ได้ง่าย ควรดื่มน้ำสะอาด เช่น น้ำต้ม รับประทานอาหารที่สะอาดปรุงสุกใหม่ ๆ ไม่มี
แมลงวันตอม และล้างมือฟอกสบู่ให้สะอาดก่อนรับประทานอาหารทุกครั้ง.