

โรคมือเท้าเปื่อย

อ.พญ.เพ็ญวดี พัฒนปรีชากุล

ภาควิชาตจวิทยา

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

ประเทศไทยอยู่ในพื้นที่เขตร้อนชื้น ซึ่งเอื้อต่อการฟักตัวของเชื้อโรคระบาดต่าง ๆ มากมาย ยิ่งในช่วงนี้อากาศแปรปรวน เดี่ยวฝน เดี่ยวแดดออก ทำให้เด็กไม่สบายกันเยอะ โดยเฉพาะในขณะนี้เริ่มมีเด็กป่วยเป็นโรคมือเท้าปากเปื่อยมาหาหมอ กันบ่อยขึ้น เนื่องจากเด็ก ๆ จะกินอาหารไม่ค่อยได้เพราะเจ็บปาก สร้างความกังวลใจให้กับคนเป็นพ่อแม่ ผู้ปกครอง เพื่อจะได้ป้องกันบุตรหลานของเราจากโรคนี้ได้อย่างทันท่วงที เรายังมาทำความรู้จักโรคนี้กันก่อนค่ะ

“โรคมือเท้าปากเปื่อย” เกิดจากเชื้อไวรัสลำไส้ หรือ Enterovirus หลายชนิด แต่ส่วนใหญ่ที่พบคือ Coxsackie virus A16 และ Enterovirus 71 พบบ่อยในเด็กทารกและเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี สำหรับประเทศไทยพบการระบาดตลอดทั้งปี แต่จะมากเป็นพิเศษในช่วงฤดูฝนและช่วงที่มีอากาศร้อนชื้น

**โดยทั่วไปโรคนี้มีอาการไม่รุนแรง มีลักษณะเฉพาะคือ มีตุ่มน้ำใสขอบแดงขึ้นที่บริเวณปาก มือ และเท้า*

การแพร่ติดต่อของโรค

ส่วนใหญ่ได้รับเชื้อไวรัสทางการหายใจ ไอ จามรดกัน การสัมผัสโดยตรงกับสารคัดหลั่งของผู้ป่วย โดยเชื้อไวรัสอาจติดมากับมือหรือของเล่นที่เปื้อนน้ำลาย น้ำมูก น้ำจากตุ่มพองและแผลหรืออุจจาระของผู้ป่วย

โรคนี้แพร่ติดต่อสู่ผู้อื่นได้ง่ายในช่วงแรกที่เริ่มมีอาการป่วย นอกจากนี้หลังจากที่เด็กมีอาการทุเลาหรือหายป่วยแล้ว ประมาณ 1 เดือน ก็ยังสามารถพบเชื้อในอุจจาระได้ แต่การติดต่อในระยะนี้จะเกิดขึ้นได้น้อยกว่าในระยะแรกของโรค

อาการของโรค

หลังจากได้รับเชื้อ 3-6 วัน ผู้ติดเชื้อจะเริ่มมีไข้ต่ำ ๆ อ่อนเพลีย ต่อมาอีก 1-2 วัน จะเจ็บปากจนไม่ยอมรับประทานอาหาร เนื่องจากมีตุ่มแดงเจ็บที่ลิ้น เหงือก เพดานปาก กระพุ้งแก้ม และที่ฝ่ามือ ฝ่าเท้า ซึ่งต่อมาตุ่มนี้จะกลายเป็นตุ่มน้ำพองใส ซึ่งบริเวณฐานของตุ่มจะอักเสบและแดง นอกจากนี้สามารถพบอาการที่ระบบอื่นได้อีก เช่น

- อาการทางระบบประสาท เช่น เยื่อหุ้มสมองอักเสบ
- อาการทางระบบทางเดินอาหาร เช่น อาการท้องเสีย ถ่ายเหลว และคลื่นไส้อาเจียนได้
- อาการทางตา มักพบเยื่อตาอักเสบ
- อาการทางหัวใจ(พบไม่บ่อยแต่มีความรุนแรง)เนื่องจากสามารถทำให้เกิดกล้ามเนื้อหัวใจอักเสบได้

*อาการของผู้ป่วย อาจมีตั้งแต่เล็กน้อยไปจนถึงมีภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรง แต่จะทุเลาและหายเป็นปกติได้เองภายในประมาณ 7-10 วัน

เมื่อเป็นแล้ว จะรักษาได้อย่างไร

โรคนี้ไม่มียารักษาโดยเฉพาะ แพทย์จะให้การรักษาตามอาการ แต่สิ่งสำคัญที่คนใกล้ชิดของผู้ป่วยจะต้องทำ คือควรเช็ดตัวเพื่อช่วยลดไข้เป็นระยะ ให้อาหารอ่อน ๆ ดื่มน้ำสะอาด น้ำผลไม้ และนอนพักผ่อนมากๆ ถ้าเป็นเด็กอ่อน อาจต้องป้องกันไม่ให้แทนการดูจากขวด

ดังนั้นคนใกล้ชิดจึงควรหมั่นสังเกตอาการ หากพบมีไข้สูง ซึม ไม่ยอมทานอาหารและดื่มน้ำ อาเจียนบ่อย หอบ แขนขาอ่อนแรง อาจเกิดภาวะสมองหรือกล้ามเนื้อหัวใจอักเสบ หรือน้ำท่วมปอด ซึ่งอาจรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิตได้ ดังนั้น ถ้าพบอาการดังกล่าวควรรีบนำผู้ป่วยไปพบแพทย์ทันที

แม้โรคนี้อย่างไม่มีวัคซีนป้องกัน แต่สามารถป้องกันได้โดย...

1. รักษาความสะอาด หมั่นล้างมือบ่อย ๆ โดยเฉพาะหลังการขับถ่ายและก่อนรับประทานอาหาร ใช้ช้อนกลาง
2. หลีกเลี่ยงการใช้สิ่งของร่วมกัน เช่น แก้วน้ำ หลอดดูด ผ้าเช็ดหน้า และผ้าเช็ดมือ
3. สถานรับเลี้ยงเด็กและโรงเรียนอนุบาล ต้องจัดให้มีอ่างล้างมือและส้วม ที่ถูกสุขลักษณะ หมั่นดูแลรักษาสุขลักษณะของสถานที่และอุปกรณ์เครื่องใช้ให้สะอาดอยู่เสมอ
4. ผู้เลี้ยงดูเด็ก ต้องล้างมือให้สะอาดทุกครั้งหลังสัมผัสน้ำมูก น้ำลาย หรืออุจจาระเด็กป่วย
5. เมื่อพบเด็กที่ป่วยหรือมีอาการของโรคนี้ ควรแนะนำผู้ปกครองให้รีบพาเด็กไปพบแพทย์ และหยุดพักรักษาตัวที่บ้านประมาณ 7 วัน หรือจนกว่าจะหายเป็นปกติ (ระหว่งนี้ไม่ควรพาเด็กไปในสถานที่แออัด เช่น สนามเด็กเล่นสระว่ายน้ำ และห้างสรรพสินค้า)

โรคมือ เท้า ปาก เป็นโรคใหม่พบได้มานานแล้ว และยังเกิดการระบาดเป็นครั้งคราว ที่สำคัญเป็นโรคที่เกิดขึ้นเป็นประจำทุกปี โดยเฉพาะในประเทศไทย พบผู้ป่วยเด็กที่เป็นโรคนี้อยู่เสมอ เนื่องจากติดต่อกันง่ายมาก

ดังนั้นพ่อแม่ผู้ปกครองควรเอาใจใส่บุตรหลาน และปฏิบัติตามคำแนะนำข้างต้นอย่างเคร่งครัดค่ะ