

# มาตรการสำคัญในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

## ป้องกัน และกำจัดต้นเหตุ “โรคไข้เลือดออก”

**โรคไข้เลือดออก** เป็นโรคที่เกิดจากเชื้อไวรัสเดงกี (denque Virus) ซึ่งในปัจจุบันยังไม่มีวัคซีนป้องกัน ทำได้เพียงรักษาตามอาการ

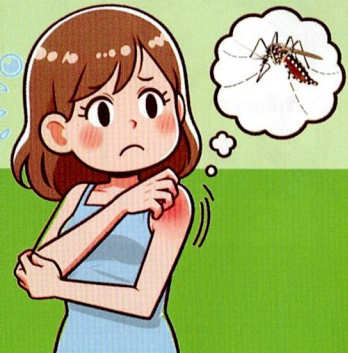


**การป้องกัน** การป้องกันโรคไข้เลือดออกที่ดีที่สุด คือ :

1. ระวังไม่ให้ถูกยุงลายกัด
2. กำจัดหรือลดแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลาย

**การป้องกันตนเองไม่ให้ถูกยุงลายกัด** ทำได้โดย :

1. นอนในมุ้งหรือห้องที่มีมุ้งลวด
2. จุดยากันยุงหรือใช้ยาทาหรือยาฉีดยุง และควรใช้อย่างระมัดระวัง
3. ไม่ควรอยู่ในบริเวณที่อับลมหรือเป็นมุมมืด มีแสงสว่างน้อย
4. ทบ้นอาบน้ำชำระร่างกายให้สะอาด เพราะเหงื่อจะดึงดูดให้ยุงเข้ามา



ป้องกันภัยร้าย  
ไข้เลือดออก

### ได้แก่

1. **มือ** ฟากาชนะชังน้ำ
2. **เมคังน** น้ำในภาชนะที่ทุกสัปดาห์
3. **มล็อง** ปลากินลูกน้ำ
4. **มรั้งมรุ้ง** สิ่งแวดล้อม
5. **มฎุมนัต** เป็นประจำจนเป็นนิสัย



“ทุกวันศุกร์”

กำจัด “ลูกน้ำยุงลาย”  
มาตรฐานตัวร้ายอยู่ในบ้านคุณ

# ระวัง โรคไข้เลือดออก

(Denque hemorrhagic fever)

เพียงแค่วันเดียวก็อาจถึงตาย



## หยุด!

การแพร่ระบาดของ

# โรคไข้เลือดออก

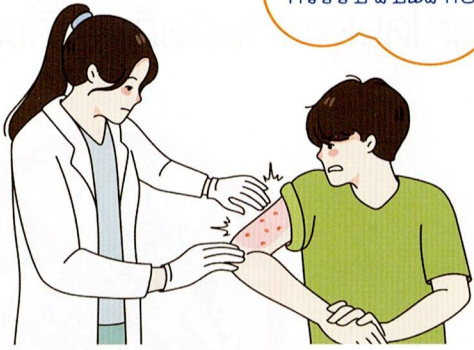


เทศบาลนครรังสิต  
อำเภอธัญบุรี จังหวัดปทุมธานี

www.rangsit.org



ไข่เลือดออกเป็นไ้ได้ทั้งเด็ก  
และผู้ใหญ่ ถ้าอาการไม่  
ควรรีบพบแพทย์ทันที



ถ้าเด็กมีไข้สูงอาจเป็นโรค

# โรคไข้เลือดออก

โรคไข้เลือดออกเป็นโรคติดต่อที่มียุงลายเป็นพาหะนำโรค โดยยุงลายจะกัดเด็กที่ป่วยเป็นโรคไข้เลือดออก คนหนึ่งแล้วไปกัดเด็กคนอื่น เชื้อโรคที่อยู่ในน้ำลายของยุงลายก็จะแพร่เข้าสู่เส้นเลือดของเด็กที่ถูกกัด ทำให้เด็กที่ถูกกัดได้รับเชื้อโรค ข้อสำคัญที่ต้องคำนึงคือเด็กและผู้ใหญ่อาจป่วยได้ทุกคน เมื่อเคยป่วยแล้วอาจป่วยซ้ำได้อีกและถ้าป่วยซ้ำอาจมีอาการรุนแรงถึงตายได้ โรคไข้เลือดออกจะระบาดทุกปีในช่วงฤดูฝน เราจึงควรกำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลายก่อนที่จะถึงเวลานั้น หากเด็กหรือผู้ใหญ่ที่มีอาการน่าสงสัยว่าเป็นโรคไข้เลือดออกให้รีบนำส่งโรงพยาบาลโดยด่วน นอกจากเพิ่มอัตราการรอดชีวิตแล้ว ยังลดโอกาสที่จะแพร่เชื้อโรคไปสู่คนอื่นได้อีกด้วย

## 1. อาการของโรคไข้เลือดออก

ไข้เลือดออกมักจะเป็นกับเด็ก ถ้าเด็กมีไข้สูงลอยหรือมีจุดเลือดออกที่ผิวหนัง ตบ ไต กดเจ็บที่ชายโครงหรือถึงแม้ไข้ลดแล้วกลับมีอาการแสบ ชิม ปวดท้อง กระทั่งกระสับกระส่าย ให้รีบไปพบแพทย์โดยเร็วที่สุด และให้อยู่ในความดูแลของแพทย์เพื่อติดตามรักษาอาการจนกว่าจะหาย



## 2. การดูแลรักษาเมื่อเป็นโรคไข้เลือดออก

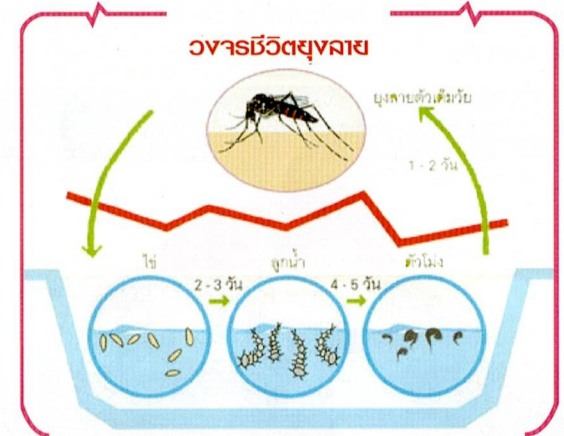
แพทย์จะสั่งให้กินยาพาราเซตามอลเพื่อลดอาการไข้เป็นระยะ ๆ (ห้ามกินยาลดไข้ชนิดอื่น ๆ โดยเฉพาะแอสไพรินและไอบูโพรเฟน เพราะจะทำให้เลือดออกซึ่งเป็นอันตรายมาก) นอกจากนี้ ให้ทานอาหารอ่อนที่ย่อยง่าย ดื่มน้ำผลไม้หรือน้ำเกลือแร่บ่อย ๆ และควรงดอาหารหรือเครื่องดื่มที่สีเข้มดำเพราะถ้าอาเจียนออกมาอาจดูไม่ออกว่าเลือดออกในกระเพาะหรือไม่

## 3. การป้องกันโรคไข้เลือดออก

ไข้เลือดออกป้องกันได้ โดยอย่าให้ยุงลายกัด ซึ่งยุงลายมักจะทำกิจกรรมกลางวัน เราจึงควรใช้มุ้งครอบเมื่อเด็กนอนกลางวันหรือให้นอนในมุ้งลวด ถ้าจะนั่งเล่นให้นั่งเล่นบริเวณที่มีลมโกรกและมีแสงสว่าง อย่างไรก็ตาม เนื่องจากการกำจัดลูกน้ำยุงลายทำได้ง่ายกว่าการกำจัดตัวยุง การพ่นสารเคมีหรือหมอกควันกำจัดยุงลายเป็นเพียงการบรรเทาปัญหาชั่วคราวเท่านั้น ยุงลายเป็นยุงที่ชอบวางไข่ในน้ำใส ๆ ที่นิ่ง และลูกน้ำจะกลายเป็นยุงลายภายใน 7-8 วัน ฉะนั้น ถ้าหากท่านเจ้าของบ้านทุกบ้านช่วยกันกำจัดแหล่งน้ำต่าง ๆ ที่อาจจะเป็แหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำยุงลายภายในบ้านและบริเวณรอบบ้านของท่านทุก ๆ 7 วัน ก็สามารถป้องกันไม่ให้เกิดไข้เลือดออกได้

## วงจรชีวิตยุงลาย

ระยะเวลา 7-11 วัน  
จากไข่เป็นลูกน้ำและเป็นตัวยุง



## วงจรการเกิดไข้เลือดออก

