



ที่ อต ๐๐๒๓.๓/ว ๑๒๕๐

ถึง สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นอำเภอทุกอำเภอ ที่ทำการองค์การบริหารส่วนจังหวัดอุดรดิตถ์ และสำนักงานเทศบาลเมืองอุดรดิตถ์

ด้วยสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรดิตถ์แจ้งว่า ขณะนี้ประเทศไทยเข้าสู่ฤดูหนาว สภาพอากาศเริ่มเปลี่ยนแปลงในหลายพื้นที่ โดยเฉพาะทางภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคกลาง ของประเทศไทย เริ่มมีอากาศหนาวเย็น และมีอุณหภูมิลดลงอย่างต่อเนื่อง ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพของ ประชาชนและอาจเกิดแนวโน้มการเจ็บป่วยด้วยโรคจากภัยหนาวเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะโรคอุจจาระร่วงที่เกิดจาก ไวรัส ซึ่งเชื้อไวรัสจะเจริญเติบโตได้ดีในช่วงฤดูหนาว

เพื่อเป็นการป้องกันโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันที่อาจเกิดขึ้นในพื้นที่จังหวัดอุดรดิตถ์ จึงขอ ความร่วมมือองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ฝ้าระวัง และประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนและผู้สัมผัสอาหารมีความรู้ ความเข้าใจในการปฏิบัติตน เพื่อความปลอดภัยจากโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน ตามแนวทางการฝ้าระวัง ป้องกัน ควบคุม โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน รายละเอียดตามหนังสือจังหวัดอุดรดิตถ์ ที่ อต ๐๐๓๒.๐๐๔/ว ๒๓๔๗ ลงวันที่ ๙ ธันวาคม ๒๕๖๒ สำหรับอำเภอให้แจ้งองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในพื้นที่ด้วย



สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดอุดรดิตถ์

กลุ่มงานส่งเสริมและพัฒนาท้องถิ่น

โทร. ๐ ๕๕๔๐ ๓๐๐๘ ต่อ ๓ โทรสาร ๐ ๕๕๔๐ ๓๐๐๘ ต่อ ๗

ผู้ประสาน/ นางสุชาดา ฮวดยินดี โทร. ๐๘๗ ๓๑๘ ๒๓๐๔



ที่ อต ๐๐๓๒.๐๐๔/๖๒๓๕๗

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรธานี  
อำเภอลับแล อต ๕๓๑๓๐

จันวาคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขอความร่วมมือดำเนินการเฝ้าระวัง ป้องกัน ควบคุม โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน  
เรียน

สิ่งที่ส่งมาด้วย แนวทางดำเนินงานเฝ้าระวังโรคอาหารเป็นพิษฯ จำนวน ๑ ชุด

เนื่องจากขณะนี้ประเทศไทยเข้าสู่ฤดูหนาว สภาพอากาศเริ่มเปลี่ยนแปลงในหลายพื้นที่ โดยเฉพาะทางภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคกลางของประเทศไทย เริ่มมีอากาศหนาวเย็น และมีอุณหภูมิลดลงอย่างต่อเนื่อง ซึ่งอาจส่งผลต่อสุขภาพของประชาชนและอาจเกิดแนวโน้มการเจ็บป่วยด้วยโรคจากภัยหนาวเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะโรคอุจจาระร่วงที่เกิดจากไวรัส ซึ่งเชื้อไวรัสจะเจริญเติบโตได้ดีในช่วงฤดูหนาว และจากข้อมูลเฝ้าระวังโรคอุจจาระร่วง พบผู้ป่วย จำนวน ๘๖๓,๓๔๖ ราย จาก ๗๗ จังหวัด คิดเป็นอัตรา ๑,๒๙๙.๖๕ ต่อแสนประชากร เสียชีวิต ๖ ราย คิดเป็นอัตราตาย ๐.๐๑ ต่อแสนประชากร กลุ่มอายุที่พบมากที่สุด มากกว่า ๖๕ ปี ๑๕ - ๒๔ ปี และ ๒๕ - ๓๔ ปี ตามลำดับ

ในการนี้ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรธานี ซึ่งมีหน้าที่เฝ้าระวัง และควบคุมป้องกัน ไม่ให้เกิดการระบาดของโรค เพื่อเป็นการป้องกันโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันที่อาจเกิดขึ้นได้ในพื้นที่ของจังหวัดอุดรธานี จึงขอความร่วมมือจากท่าน เฝ้าระวัง และสื่อสารความเสี่ยงไปยังหน่วยงานที่เกี่ยวข้องประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนและผู้สัมผัสอาหารมีความรู้ ความเข้าใจในการปฏิบัติตน เพื่อความปลอดภัยจากโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน ตามแนวทางการเฝ้าระวังป้องกัน ควบคุม โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน ดังรายละเอียดตามสิ่งที่ส่งมาด้วยนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและแจ้งผู้เกี่ยวข้องดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(นางเสวี นพไพบ)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาล (โรงพยาบาลลับแล) สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรธานี  
นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดอุดรธานี

กลุ่มงานควบคุมโรคติดต่อ

โทร ๐ ๕๕๔๑ ๑๔๓๙ ต่อ ๑๑๓

โทรสาร ๐ ๕๕๔๑ ๑๘๔๘

รายชื่อแนบท้าย

1. ท้องถิ่นจังหวัดอุดรดิตถ์
2. ศึกษาธิการจังหวัดอุดรดิตถ์
3. ประชาสัมพันธ์จังหวัดอุดรดิตถ์

## แนวทางการป้องกัน ควบคุมโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันจากเชื้อไวรัส

### มาตรการป้องกันโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันจากเชื้อไวรัส

- ประชาสัมพันธ์/ให้ความรู้แก่ประชาชน การเลือกซื้อ การบริโภคอาหาร น้ำ น้ำแข็งที่สะอาดได้มาตรฐาน และสุขอนามัยส่วนบุคคล
- ตรวจสอบ ควบคุม และปรับปรุงด้านสุขาภิบาลอาหารและน้ำ โดยเติมคลอรีนในน้ำประปาในแหล่งน้ำดื่ม น้ำใช้ รวมถึงการดูแลควบคุมมาตรฐานน้ำประปาโรงงานผลิตน้ำดื่มบรรจุขวด โรงงานผลิตน้ำแข็งให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐานคุณภาพน้ำของกระทรวงสาธารณสุขอย่างน้อยปีละ ๑ ครั้ง
- เฝ้าระวังแนวโน้มของสถิติการป่วยด้วยโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันในพื้นที่นั้นๆ ที่ไม่ทราบเชื้อสาเหตุ และหากมีอาการป่วยด้วยโรคติดต่อทางอาหารและน้ำที่เกิดจากเชื้อไวรัสให้ส่งตัวอย่างตรวจทางไวรัสวิทยา

### ตรวจจับการระบาด

- ให้เฝ้าระวังอัตราการป่วยสูงกว่า 2 เท่า ของค่ามัธยฐานในกลุ่มคนที่อยู่รวมกัน เช่น โรงเรียน สถานที่ท่องเที่ยว วัด ตลาดนัด ตลาดน้ำ เรือนจำ ห้างสรรพสินค้า

### การแนะนำผู้ป่วย

- เมื่อเกิดอาการอุจจาระร่วงให้รีบดื่มสารน้ำเกลือแร่ทดแทน (ORS) โดยผสมน้ำตาลเกลือแร่ โอ อาร์ เอส 1 ของ ในน้ำต้มสุกที่เย็นแล้ว 1 แก้ว (240 ซีซี) กรณีไม่มีน้ำตาลเกลือแร่ อาจเตรียมได้เอง โดยใช้เกลือแกง ครึ่งช้อนชา และน้ำตาลทราย 2 ช้อนโต๊ะ ละลายในน้ำต้มสุก 1 ขวด ขนาดน้ำปลากลม (750 ซีซี) เมื่อผสมแล้วดื่มไม่หมดภายใน 1 วัน ให้ทิ้งและผสมใหม่
- ควรหยุดเรียน/หยุดทำงานขณะป่วย
- พบแพทย์ ถ้าอาการไม่ดีขึ้นหรือแย่ลง

### การทำลายเชื้อ

- การทำความสะอาดอุปกรณ์และสิ่งของ สถานที่ปนเปื้อน รวมทั้งเสื้อผ้า ด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อที่ผ่านการรับรองจากโรงงานว่าสามารถกำจัดเชื้อไวรัสได้ (โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันจากเชื้อไวรัสไม่ถูกทำลายได้ด้วย แอลกอฮอล์) และควรสวมถุงมือยางชนิดใส่ครั้งเดียว และการซักเสื้อผ้าที่ปนเปื้อนไม่ควรแฉะให้เกิดผยผอง
- ขยะติดเชื้อ เช่น ผ้าอ้อม ผ้าเปื้อนอาเจียน อุจจาระผู้ป่วย ให้ทำลายเชื้อโดยแช่ในน้ำผสมน้ำยาซักผ้าขาว เช่น ไฮเตอร์ ครึ่งฝาผสมน้ำครึ่งลิตรถึง 600 ซีซี แชทิ้งไว้ 30 นาที จึงนำมาซักด้วยผงซักฟอกแล้วตากให้แห้ง ก่อนนำมาใช้
- กรณีผ้าอ้อมสำเร็จรูปหลังจากแช่น้ำยาซักผ้าขาวแล้ว ให้แยกใส่ถุงขยะ ชั้น 2 ชั้น และรัดปากถุงให้แน่น ใส่ในถังขยะและจัดเก็บเป็นขยะติดเชื้อ กรณีไม่มีรถเก็บขยะ ให้ใช้วิธีฝังกลบใต้ดินลึกไม่น้อยกว่า 50 ซม. และห่างจากแหล่งน้ำไม่น้อยกว่า 700 ม.

\*น้ำจากการแช่ผ้าอ้อม หรือเสื้อผ้า ควรทิ้งลงในโถส้วม เพื่อเข้าสู่ระบบบำบัดสิ่งปฏิกูลต่อไป

- การทำความสะอาดห้องน้ำให้ใช้น้ำยาล้างห้องน้ำที่สามารถฆ่าเชื้อไวรัสและแบคทีเรียได้ จุดที่ต้องทำความสะอาดเป็นพิเศษ คือ ที่จับสายฉีดน้ำ พื้นห้องส้วม ที่รองนั่งส้วม ที่ก้นน้ำของโถส้วม ก๊อกน้ำ และกลอนประตู
- โดยให้ทำความสะอาดต่อเนื่องไปอีก 3 วัน หลังผู้ป่วยหยุดถ่าย และเน้นให้ทุกคนในบ้านต้องล้างมือด้วยสบู่ทุกครั้ง หลังถ่ายอุจจาระและทำความสะอาดห้องน้ำ

#### ข้อแนะนำสำหรับประชาชน

- เลือกซื้ออาหารและวัตถุดิบสดสะอาด เช่น ไม้วางขายบนพื้น อาหารปรุงสำเร็จมีที่ปิดป้องกันสัตว์แมลงพาหะนำโรคและเก็บที่อุณหภูมิที่เหมาะสม ไม่รับประทานอาหารสุกๆ ดิบๆ ฯลฯ
- เลือกกินอาหารที่ปรุงสุกใหม่ๆ หากซื้อมาจากร้านค้าหรือค้ำมือก่อนรับประทานอาหารต้องทำการอุ่นร้อนให้ทั่วถึงและเดือด (อุณหภูมิ 70 องศาเซลเซียสหรือสูงกว่านี้) อย่างน้อย 2 นาที
- ใช้ช้อนกลางเมื่อรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่นทุกครั้ง
- ล้างมือด้วยสบู่ก่อนสัมผัสอาหารทุกครั้งโดยเฉพาะหลังถ่ายอุจจาระ และจับสิ่งสกปรก เช่น เข้าห้องน้ำ ขยะ ฯลฯ
- น้ำที่ใช้ปรุงอาหารต้องสะอาด เช่นเดียวกับน้ำดื่ม ถ้าไม่แน่ใจว่าน้ำที่ใช้สะอาดให้นำมาต้มก่อนปรุงอาหารหรือทำน้ำแข็ง และควรระวังเป็นพิเศษสำหรับน้ำที่ใช้ในการเตรียมอาหารทารกหรือเด็กอ่อน
- แยกน้ำแข็งที่รับประทานออกจากน้ำแข็งใช้แช่ของหรือวัตถุดิบประกอบอาหาร เพื่อป้องกันการปนเปื้อนเชื้อฯ
- การเลือกอาหารในการเข้าค่าย ทัศนศึกษา หรือจัดกิจกรรมของคนหมู่มาก ให้เลือกร้านขายอาหารที่สะอาดปรุงเสร็จไม่เกิน 2 ชั่วโมง แยกส่วนข้าวและกับข้าว น้ำหรือน้ำแข็งที่ใช้รับประทานได้รับการรับรองมาตรฐานและเชื่อถือได้

## โรคอุจจาระร่วงจากไวรัสโรต้า (Rotavirus)

**ไวรัสโรต้า** เป็นเชื้อไวรัสที่เป็นสาเหตุของโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน พบการระบาดมากในช่วงฤดูหนาว ที่สำคัญไวรัสโรต้าเป็นไวรัสชนิดที่ติดต่อกันได้ง่ายมาก เพราะชอบแฝงตัวอยู่ตามสิ่งของ เช่น ของเล่นเด็ก องค์การอนามัยโลกให้ความสำคัญและยืนยันถึงภัยอันตราย เนื่องจากอัตราการเสียชีวิตของเด็กยังมีอัตราที่สูง โดยคร่าชีวิตเด็กทั่วโลกปีละ 10,000 - 50,000 คน และที่ผ่านยังพบการติดเชื้อไวรัสโรต้าในผู้ใหญ่ได้บ้าง แต่พบได้ไม่บ่อยนัก เพราะผู้ใหญ่จะมีภูมิคุ้มกันที่แข็งแรงพอจะกำจัดไวรัสโรต้าได้ แต่หากร่างกายมีภูมิคุ้มกันต่ำ เช่น อดนอน หรือป่วยอยู่ เชื้อไวรัสโรต้าก็สามารถก่อให้เกิดอาการท้องร่วงอย่างรุนแรงได้เช่นกัน

**สาเหตุ** : เกิดจากเชื้อไวรัสโรต้า (Rotavirus) เป็นสาเหตุที่พบมากของโรคอุจจาระร่วงในเด็กเล็ก

**ระยะฟักตัว** : 2-3 วัน (มักไม่เกิน 48 ชั่วโมง)

**อาการ** : มีไข้ต่ำๆ น้ำมูก ไอ อาเจียน และมีอาการทางเดินอาหารตามมา ปวดท้อง อุจจาระเป็นน้ำ ไม่มีมูก หรือเลือดปน หากอาการไม่รุนแรงเด็กจะหายได้เองใน 2-3 วัน หรือไม่เกิน 1 สัปดาห์ แต่ถ้ามีอาการรุนแรง อาจเกิดภาวะขาดน้ำ นำไปสู่ภาวะช็อก และเสียชีวิตได้

**การติดต่อ** : เกิดจากการได้รับเชื้อเข้าสู่ปากโดยตรง โดยการรับประทานอาหาร น้ำ และน้ำแข็ง ที่ปนเปื้อนเชื้อ การสัมผัสกับคน สิ่งของ หรือพื้นผิวต่างๆ ที่มีการปนเปื้อนอุจจาระของผู้ป่วย และไม่ทำความสะอาด เช่น ของเล่น ของใช้ของเด็ก ทำให้ได้รับเชื้อจากมือที่สกปรกแล้วหยิบเข้าปาก และโรคนี้อาจติดต่อทางการหายใจได้ด้วย

**การรักษา** : รักษาตามอาการ เช่น กินยาลดไข้ ให้สารละลายเกลือแร่กินให้เพียงพอกับน้ำ/เกลือแร่ที่เสียไป หรือให้น้ำเกลือทางหลอดเลือดดำ

**กลุ่มเสี่ยง** :

1. เด็กอายุระหว่าง 6 เดือน - 2 ปี
2. ผู้สูงอายุ
3. ผู้ที่มีภูมิคุ้มกันโรครต่ำ

**การป้องกัน** :

1. ให้เด็กได้รับวัคซีนป้องกันเชื้อโรต้าไวรัส
2. การรักษาความสะอาดและสุขอนามัยที่ดี เช่น การล้างมือด้วยสบู่ทุกครั้งก่อนการเตรียมอาหาร เตรียมนม และรักษาความสะอาดของภาชนะ ของเล่น เป็นต้น

อ้างอิง

หนังสือ ระบาดบัณฑิตโลก 17 โรคอุจจาระร่วงในเด็ก <http://haamor.com/th/โรคท้องร่วงจากไวรัสโรต้า>