

การป้องกันโรคไข้เลือดออกที่ดีที่สุด คือ การป้องกันไม่ให้ถูกยุงกัดและกำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำยุงลาย ทั้งในและนอกบริเวณที่พักอาศัย และใช้มาตรการ

“3 เก็บ ป้องกัน 3 โรค” 3 เก็บคือ

1. เก็บบ้าน
เก็บเรือน



เก็บบ้านให้สะอาดปลอดโปร่ง ไม่ให้มีมุมอับทึบเพื่อไม่ให้ยุงลายเกาะพัก เก็บเรือนให้สะอาดปอดโปร่ง บໍ່ໃຫ້ມີມຸມອັບທິບ ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ຍູງລາຍ ເກາະພັກ

2. เก็บขยะ
เก็บขยะ



เก็บขยะ เศษภาชนะ ไม่ให้เป็นแหล่งเพาะพันธุ์ยุง เก็บขยะให้สะอาดขยะบໍ່ໃຫ້ເປັນແຫຼ່ງ ເພາະພັນຍູງ

3. เก็บน้ำ
เก็บน้ำ



เก็บน้ำให้มิดชิดโดย ปิดฝาภาชนะ ภาชนะที่ปิดฝาไม่ได้ก็ให้ปล่อยน้ำทิ้งหรือเปลี่ยนน้ำเป็นประจำทุกสัปดาห์ หรือปล่อยปลาหางนกยูงกินลูกน้ำ เพื่อป้องกันยุงลายวางไข่ เก็บน้ำให้มิดชิดโดยปิดฝาภาชนะ ภาชนะที่ปิดฝาไม่ได้ก็ให้ปล่อยน้ำทิ้ง หรือปล่อยปลาหางนกยูงกินลูกน้ำ เพื่อป้องกันยุงลายวางไข่



รณรงค์กำจัดยุงลาย
ด้วยมาตรการ

3 เก็บ 3 โรค

เก็บบ้าน เก็บขยะ เก็บน้ำ



โรคไข้เลือดออก
โรคติดเชื้อไวรัสซิกา
โรคไข้ปวดข้อยุงลาย

เพื่อป้องกัน 3 โรค คือ เพื่อป้องกัน 3 โลก คือ

- | | |
|-------------------------|-------------------------|
| 1. โรคไข้เลือดออก | 1. โลกไข้เลือดออก |
| 2. โรคติดเชื้อไวรัสซิกา | 2. โลกติดเชื้อไวรัสซิกา |
| 3. โรคปวดข้อยุงลาย | 3. โลกปวดข้อยุงลาย |



สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพะเยา



ไข้เลือดออก ไข้เลือดออก

เท้าขัง ระวังยุงกัด กำจัดลูกน้ำ

ไม่มองข้ามยุงลาย

มาตรการร้ายในบ้านคุณ

เขนงำຂັງ ລະວັງຍູງກັດ ກຳຈັດໜອນນ້ຳ

ບໍ່ແນມຂ້າມຍູງລາຍ

ສັດຕູຮ້າຍໃນເຮືອນເຈົ້າ



เพื่อป้องกัน 3 โรค คือ เพื่อป้องกัน 3 โลก คือ

- | | |
|-------------------------|-------------------------|
| 1. โรคไข้เลือดออก | 1. โลกไข้เลือดออก |
| 2. โรคติดเชื้อไวรัสซิกา | 2. โลกติดเชื้อไวรัสซิกา |
| 3. โรคปวดข้อยุงลาย | 3. โลกปวดข้อยุงลาย |

โรคไข้เลือดออก

สาเหตุ: เกิดจากเชื้อไวรัสเด็งกีโดยมียุงลายเป็นพาหะนำโรค

การติดต่อ: ติดต่อกันจากคนป่วยโรคไข้เลือดออกผ่านยุงลายเป็นพาหะนำโรคมียุงลายบ้าน และยุงลายสวน แต่ส่วนใหญ่มากกว่า 90% เป็นยุงลายบ้านชอบและเพาะพันธุ์ในน้ำใส นิ่ง ในภาชนะบริเวณบ้าน ยุงลายไม่ชอบน้ำเน่าเสียสกปรก แหล่งเหล่านั้นเป็นถิ่นที่อยู่ของยุงรำคาญ

อาการ: ไข้สูง คลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร หน้าแดง อาจพบจุดเลือดที่ผิวหนัง มักจะไม่ไอ ไม่มีน้ำมูก กดเจ็บชายโครงด้านขวา

การดูแลรักษาเมื่อเป็นไข้: เช็ดตัว ทานยาพาราเซตามอล ดื่มน้ำผลไม้ น้ำเกลือแร่ให้ร่างกายสดชื่น พาไปพบแพทย์โดยเร็ว

ควรเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม: โดยดูแลสิ่งแวดล้อมไม่ให้เป็นแหล่งเพาะพันธุ์ยุง

โรคไข้เลือดออก

สาเหตุ: เกิดจากเชื้อไวรัสเด็งกีโดยมียุงลายเป็นพาหะนำโรค

การติดต่อ: ติดต่อกันจากคนป่วยโรคไข้เลือดออกผ่านยุงลายเป็นพาหะนำโรคมียุงลายบ้าน และยุงลายสวน แต่ส่วนใหญ่กว่า 90% เป็นยุงลายบ้านชอบและเพาะพันธุ์ในน้ำใส นิ่ง ในภาชนะบริเวณบ้าน ยุงลายไม่ชอบน้ำเน่าเสียสกปรก แหล่งเหล่านั้นเป็นถิ่นที่อยู่ของยุงรำคาญ

อาการ: ไข้สูง คลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร หน้าแดง อาจพบจุดเลือดที่ผิวหนัง มักจะไม่ไอ ไม่มีน้ำมูก กดเจ็บชายโครงด้านขวา

การดูแลรักษาเมื่อเป็นไข้: เช็ดตัว ทานยาพาราเซตามอล ดื่มน้ำผลไม้ น้ำเกลือแร่ให้ร่างกายสดชื่น พาไปพบแพทย์โดยเร็ว

ควรเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม: โดยดูแลสิ่งแวดล้อมไม่ให้เป็นแหล่งเพาะพันธุ์ยุง



การรักษาโรคไข้เลือดออก

1. ให้ผู้ป่วยพักผ่อนในที่ที่มีอากาศถ่ายเทได้สะดวก
2. เช็ดตัวด้วยน้ำธรรมดา หรือน้ำอุ่นบ่อยๆ
3. รับประทานยาลดไข้ ชนิดพาราเซตามอลเวลามีไข้สูง หรือปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามตัวมากๆ **ห้ามรับประทานยาลดไข้ อื่นๆ เช่น ยาแอสไพริน ยาซอลิไซลิก หรือยาพาราเซตามอล** เพราะอาจจะทำให้เลือดออกมากผิดปกติ หรือ ตับวายได้
4. ห้ามฉีดยาเข้ากล้ามเนื้อ ไม่รับประทานอาหารอื่นที่ไม่จำเป็น
5. ให้ผู้ป่วยดื่มน้ำเกลือแร่ ORS หรือน้ำผลไม้ใสเกลือเล็กน้อย ควรดื่มน้ำ เครื่องดื่มที่มีสีแดง คำ หรือน้ำตาล
6. ไปพบแพทย์ตามนัด เพื่อตรวจเลือด ติดตามการดำเนินไปของโรค



การรักษารักษาโรคไข้เลือดออก

1. ให้ผู้ป่วยพักผ่อนในที่ที่มีอากาศถ่ายเทได้สะดวก
2. เช็ดตัวด้วยน้ำธรรมดา หรือน้ำอุ่นบ่อยๆ
3. รับประทานยาลดไข้ ชนิดพาราเซตามอลเวลามีไข้สูง หรือปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามตัวมากๆ **ห้ามรับประทานยาลดไข้ อื่นๆ เช่น ยาแอสไพริน ยาซอลิไซลิก หรือยาพาราเซตามอล** เพราะอาจจะทำให้เลือดออกมากผิดปกติ หรือ ตับวายได้
4. ห้ามฉีดยาเข้ากล้ามเนื้อ ไม่รับประทานอาหารอื่นที่ไม่จำเป็น
5. ให้ผู้ป่วยดื่มน้ำเกลือแร่ ORS หรือน้ำผลไม้ใสเกลือเล็กน้อย ควรดื่มน้ำ เครื่องดื่มที่มีสีแดง คำ หรือน้ำตาล
6. ไปพบแพทย์ตามนัด เพื่อตรวจเลือด ติดตามการดำเนินไปของโรค

สัญญาณอันตราย

เมื่อผู้ป่วยโรคไข้เลือดออกมีอาการดังต่อไปนี้ข้อใดข้อหนึ่ง ต้องรีบนำส่งโรงพยาบาล

1. ผู้ป่วยซึมหรืออ่อนเพลียมาก ดื่มน้ำหรือรับประทานอาหารได้น้อยลง
2. คลื่นไส้ อาเจียนตลอดเวลา
3. ปวดท้องมาก
4. มีเลือดออก เช่น เลือดกำเดา อาเจียนหรือถ่ายเป็นเลือดหรือเป็นสีดำ
5. กระสับกระส่าย หงุดหงิด
6. พฤติกรรมเปลี่ยนไปจากปกติ
7. ระบายน้ำตลอดเวลา
8. ร้องกวนตลอดเวลาในเด็กเล็ก
9. ตัวเย็นขึ้น สีผิวคล้ำลง หรือตัวลายๆ
10. ปัสสาวะน้อยลง หรือไม่ถ่ายปัสสาวะเป็นเวลานาน

◆ หลังมีไข้ 2 - 3 วัน มักมีจุดแดงๆ ใต้ผิวหนัง ในระยะไข้ลดนี้บางคนช็อก ตัวเย็น ชีพจรเบาเร็ว กระสับกระส่ายซึมลงหมดสติและอาจถึงเสียชีวิตได้ พบอาการดังกล่าวรีบนำส่งแพทย์

สัญญาณอันตราย

เมื่อผู้ป่วยโรคไข้เลือดออกมีอาการดังต่อไปนี้ข้อใดข้อหนึ่ง ต้องรีบนำส่งโรงพยาบาล

1. ผู้ป่วยซึมหรืออ่อนเพลียมาก ดื่มน้ำหรือรับประทานอาหารได้น้อยลง
2. คลื่นไส้ อาเจียนตลอดเวลา
3. ปวดท้องมาก
4. มีเลือดออก เช่น เลือดกำเดา อาเจียนหรือถ่ายเป็นเลือดหรือเป็นสีดำ
5. กระสับกระส่าย หงุดหงิด
6. พฤติกรรมเปลี่ยนไปจากปกติ
7. ระบายน้ำตลอดเวลา
8. ร้องกวนตลอดเวลาในเด็กเล็ก
9. ตัวเย็นขึ้น สีผิวคล้ำลง หรือตัวลายๆ
10. ปัสสาวะน้อยลง หรือไม่ถ่ายปัสสาวะเป็นเวลานาน

◆ ไข้ 2 - 3 วัน มักมีจุดแดงๆ ใต้ผิวหนัง ในระยะไข้ลดนี้บางคนช็อก ตัวเย็น ชีพจรเบาเร็ว กระสับกระส่ายซึมลงหมดสติและอาจถึงเสียชีวิตได้ พบอาการดังกล่าวรีบนำส่งแพทย์

