

## ยุงลายหมลงร้ายตักดำบรณนี้ส่วนมนุษย์

การแพร่ระบาดของโรคไข้เลือดออก กำลังเป็นปัญหาใหญ่สร้างความหวาดกลัวให้กับผู้คนทุกเพศทุกวัย ขณะนี้พบว่ามีการ ระบาดอยู่ทั่วไปแทบทุกจังหวัด จนเกิดความเป็นห่วงกันว่าหากยังไม่สามารถควบคุมการแพร่ระบาดได้ อาจทำให้ผู้ป่วยไข้เลือดออกสูงสุดในรอบปีที่ผ่านมา

### การแพร่พันธุ์ของยุงลาย

ยุงลายเป็นยุงที่ไม่ชอบแสงแดดและลมแรง ดังนั้นจึงมักบินไปไม่เกิน ๕๐-๘๐ เมตร นอกจากนี้ยังพบว่า มียุงลายชุกชุมในฤดูฝน เพราะมีอุณหภูมิและความชื้นเหมาะสมแก่การแพร่พันธุ์ ส่วนในฤดูอื่น ๆ พบความชุกชุมของยุงลายลดลงเล็กน้อย

### วงจรการเกิดไข้เลือดออก



### แหล่งที่อยู่ของยุงลาย

โดยทั่วไป ยุงลายจะอาศัยและวางไข่ในแหล่งน้ำที่ใสและนิ่งส่วนใหญ่จะเป็นภาชนะเก็บกักน้ำในบ้านมากกว่าแหล่งน้ำตามธรรมชาติ



### การดูแลรักษาเมื่อเป็นไข้เลือดออก

โดยทั่วไปจะรักษาตามอาการและความรุนแรง ถ้าอาการไม่รุนแรงจะหายได้เอง โดยไม่ต้องใช้ยารักษาในรายที่มีอาการรุนแรงให้รักษาตามอาการ ดังนี้

- ✦ ถ้าผู้ป่วยมีไข้สูง ควรใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดตัวเพื่อลดไข้และป้องกันอาการชักจากไข้สูง
- ✦ หากจำเป็นต้องให้ยาลดไข้ ควรใช้ยาพาราเซตามอล ห้ามให้ยาแอสไพริน เพราะจะทำให้เส้นเลือดเปราะและแตกง่าย
- ✦ ถ้าผู้ป่วยมีอาการอ่อนเพลียหรือขาดน้ำให้ดื่มน้ำผลไม้หรือน้ำตาลเกลือแร่บ่อยๆ
- ✦ ให้รับประทานอาหารอ่อนๆ ย่อยง่าย เช่น ข้าวต้ม โจ๊ก นม น้ำหวาน
- ✦ ติดตามอาการอย่างใกล้ชิด ถ้าเกิดอาการนำช็อก คือ ปัสสาวะน้อยลง กระสับกระส่าย มือเท้าเย็นรอบปากเขียว พร้อมกับ ไข้ลดลง ให้รีบนำส่งโรงพยาบาลทันที



## การป้องกันโรคไข้เลือดออก

# วิธีป้องกันตนเองจาก **ไข้เลือดออก** ด้วย **หลัก 5 ป.**



- ป.ที่ 1 ปิด ปิดภาชนะขังน้ำให้มิดชิด ป้องกันยุงลงไข่วางไข่
- ป.ที่ 2 เปลี่ยน เปลี่ยนน้ำในแจกัน ถังเก็บน้ำ ทุก 7 วัน
- ป.ที่ 3 ปล่อย ปล่อยปลาในลูกน้ำ
- ป.ที่ 4 ปรับปรุงสิ่งแวดล้อม ให้ปลอดโปร่ง
- ป.ที่ 5 ปฏิบัติเป็นประจำ จนเป็นนิสัย

โดย งานอนามัยศึกษา, 2555

## กำจัดยุงลาย วายร้ายทำลายคนรัก

ทุกคนกำจัดลูกน้ำยุงลาย มาตรการร้ายในบ้านคุณ

- ไม่มีลูกน้ำ
- ไม่มียุงลาย
- ไม่มีไข้เลือดออก



- ใส่ปลา กับลูกน้ำยุงลาย
- ใส่เกลือหรือน้ำส้มสายชู
- ปิดฝาให้สนิท
- กวาดอย่าให้มีน้ำขัง
- เปลี่ยนน้ำทุก 7 วัน
- ทำความสะอาดเปลี่ยนน้ำหรือใส่สารกำจัดลูกน้ำยุงลาย

## สาระน่ารู้

- สามารถรู้ว่าเป็นไข้เลือดออกตั้งแต่วันแรกหรือไม่ ?
  - ใน ๑-๒ วันแรกจะไม่สามารถแยกจากโรคอื่นๆ ได้ จำเป็นต้องนัดมาตรวจร่างกายและอาศัยการตรวจเลือดค่ะ
- จะรู้ได้อย่างไรว่าเป็นไข้เลือดออก ?
  - ผู้ป่วยจะมีไข้สูงลอย ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามตัว มีอาการหน้าแดง มีจุดแดงๆ หรือจุดเลือดออกเล็กๆ ตาม แขน ขา รักแร้ และลำตัว
- หากรัดแขนแล้วมีจุดเลือดจะเป็นไข้เลือดออกทุกรายหรือไม่ ?
  - ไม่จริงทุกราย มีเชื้อโรคมามากมายที่ทำให้เกิดจุดเลือดออกแบบไข้เลือดออกได้เช่นกัน
- เมื่อทราบว่า เป็นไข้เลือดออกแล้วต้องดูแลอย่างไร ?
  - รักษาตามอาการ เช่น ถ้ามีไข้สูงควรให้รับประทานยาพาราเซตามอล เช็ดตัว บ่อย ๆ ด้วยน้ำอุ่น ให้รับประทานอาหารอ่อน ๆ และเฝ้าติดตามอาการนำก่อนซื้ออกเพื่อช่วยเหลือได้ทันเวลา



## คู่มือประชาชน

## ควบคุมป้องกันโรคไข้เลือดออก

โดย



องค์การบริหารส่วนตำบลหนองจะบก

โทร. ๐๔๔-๗๕๖๙๐๖

www.nongjabok.go.th

FB : อบต.หนองจะบก