

www.nhso.go.th

สปสช.
สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ

โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน

โรคที่ควรระวังในช่วงฤดูฝน

ในช่วงฤดูฝนทำให้มีความชื้นในอากาศมากเชื้อโรคเจริญเติบโตและแพร่เชื้อได้ดีทำให้อาหารและน้ำดื่มมีโอกาสปนเปื้อนเชื้อโรคเพิ่มขึ้นทำให้เกิดโรคของระบบทางเดินอาหารได้ง่าย โดยเฉพาะโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน

อาการของโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน คือ จะถ่ายอุจจาระเหลวกว่าปกติเกิน 3 ครั้งต่อวันหรือถ่ายเป็นน้ำ 1 ครั้งต่อวัน หรือถ่ายมีมูกปนเลือด 1 ครั้งต่อวันอาจมีไข้ ปวดท้อง คลื่นไส้อาเจียน

ป้องกันการเกิดโรคอุจจาระร่วง

- 1 ดื่มน้ำสะอาด
- 2 ล้างมือให้สะอาด
- 3 ล้างจาน ช้อน ถ้วย ชาม ให้สะอาด
- 4 รับประทานอาหารที่สุกใหม่
- 5 ล้างผักหลายๆ ครั้ง
- 6 ปิดอาหารจะยังไม่ให้แมลงวันตอม
- 7 อุ่นอาหารก่อนรับประทาน
- 7 กำจัดขยะมูลฝอย

สำหรับผู้ที่มีสิทธิหลักประกันสุขภาพ 30 บาท หรือสิทธิบัตรทอง หากมีอาการอุจจาระร่วงเฉียบพลันสามารถติดต่อเข้ารับบริการที่หน่วยบริการประจำตามสิทธิ หรือกรณีมีภาวะฉุกเฉินสามารถเข้ารับบริการที่หน่วยบริการในระบบหลักประกันสุขภาพแห่งชาติได้ทุกแห่ง

วันจัดทำ 5 ก.ย. 65

สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ

โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน โรคที่ควรระวังในช่วงฤดูฝน

ในช่วงฤดูฝนทำให้มีความชื้นในอากาศมากเชื้อโรคเจริญเติบโตและแพร่เชื้อได้ดีทำให้อาหารและน้ำดื่มมีโอกาสปนเปื้อนเชื้อโรคเพิ่มขึ้นทำให้เกิดโรคของระบบทางเดินอาหารได้ง่าย โดยเฉพาะโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน เกิดได้ทั้งจากเชื้อแบคทีเรียและเชื้อไวรัสอาการของโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน คือ จะถ่ายอุจจาระเหลวกว่าปกติเกิน 3 ครั้งต่อวันหรือถ่ายเป็นน้ำ 1 ครั้งต่อวัน หรือถ่ายมีมูกปนเลือด 1 ครั้งต่อวันอาจมีไข้ ปวดท้อง คลื่นไส้อาเจียน

แนะนำให้ดูแลสุขภาพให้ปลอดภัยจากโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันซึ่งกลุ่มเสี่ยงเด็กและผู้สูงอายุ และผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจ โรคไต อาจจะมีภาวะขาดน้ำรุนแรงทำให้ร่างกายสูญเสียน้ำและแร่ธาตุจำเป็น หากผู้ป่วยมีอาการไข้ขึ้นสูง อาเจียนมาก ถ่ายเหลวมาก ชีพจรเต้นเร็ว ควรพบแพทย์ทันที

ถ้าล่าช้าอาจทำให้ไตวายหรือเสียชีวิตได้

การป้องกันการเกิดโรคอุจจาระร่วง

1. ดื่มน้ำสะอาด ถ้าเป็นน้ำต้มสุกจะดีที่สุด
2. ล้างมือให้สะอาด ก่อนรับประทานอาหารและหลังการใช้ห้องน้ำ
3. จาน ช้อน ถ้วย ชาม ล้างให้สะอาดก่อนใช้
4. เลือกรับประทานอาหารที่สุกใหม่ๆ ไม่มีแมลงวันตอม และงดอาหารสุกๆ ดิบๆ
5. รับประทานอาหารผักสด ควรล้างผักหลายๆ ครั้ง ให้สะอาดก่อนรับประทาน
6. ระวังไม่ให้แมลงวันตอมอาหาร ควรใช้ผ้าชีкрอบ หรือนำอาหารใส่ตู้กับข้าวให้มิดชิด
7. อาหารสำเร็จรูปที่ซื้อไว้ หรืออาหารที่เหลือค้างก่อนนำมารับประทาน ต้องอุ่นก่อนรับประทาน
8. กำจัดขยะมูลฝอย เศษอาหาร และมูลสัตว์ต่างๆ รักษาบริเวณบ้านให้สะอาดอยู่เสมอ

//////ขอบคุณข้อมูลจากกรมการแพทย์ โดยโรงพยาบาลราชวิถี

สำหรับผู้ที่มิสิทธิหลักประกันสุขภาพ 30 บาท หรือ สิทธิบัตรทอง หากมีอาการอุจจาระร่วงเฉียบพลันสามารถติดต่อเข้ารับบริการหน่วยบริการประจำตามสิทธิ หรือกรณีมีภาวะฉุกเฉินสามารถเข้ารับบริการหน่วยบริการในระบบหลักประกันสุขภาพแห่งชาติได้ทุกแห่ง

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่สายด่วน สปสช. 1330 ตลอด 24 ชม. หรือคลิก <https://lin.ee/zzn3pU6> เพิ่มเพื่อนไลน์กับ สปสช. @nhso

[#สปสช](#) [#กรมการแพทย์](#) [#โรงพยาบาลราชวิถี](#) [#อุจจาระร่วงเฉียบพลัน](#) [#โรคที่มากับหน้าฝน](#)