

โรคมือเท้าปาก

Hand foot mouth disease

โรคมือเท้าปากเป็นโรคติดเชื้อไวรัสที่มักจะเป็นในเด็กที่อายุน้อยกว่า 5 ขวบ แต่ก็อาจจะพบในผู้ใหญ่ได้ โรคมือเท้าปากจะเกิดเชื้อไวรัสกลุ่ม Enterovirus genus ซึ่งเชื้อโรคในกลุ่มนี้ประกอบไปด้วย polioviruses, coxsackieviruses, echoviruses, and enteroviruses

สาเหตุ

โรคปากเท้าเปื่อยเกิดจากการติดเชื้อไวรัสที่ชื่อว่า Coxsackievirus โดยติดต่อประกอบด้วยพื้นที่ มือ เท้า และที่ปาก เริ่มต้นเป็นที่ปาก เหนืออหิวาตกโรค สัน และลามไปที่มือ เท้า บริเวณที่พันพำอ้อนเช่นกัน พื้นจะเป็นตุ่มน้ำใส มีแผลไม่มาก อายุที่เริ่มเป็นคือ 2 สัปดาห์จนถึง 3 ปี พื้นจะหายใน 5-7 วัน

การติดต่อ

เชื้อมีชีวิตต่อจากการสัมผัสเสมหะ น้ำลายของผู้ที่ป่วย หรือน้ำจากพื้นที่มือหรือเท้า และอุจจาระ ระยะที่แพร่เชื้อประมาณอาทิตย์แรกของการเจ็บป่วย เชื้อนั้นอาจจะอยู่ในร่างกายได้เป็นสัปดาห์หลังจากอาการดีขึ้นแล้ว ซึ่งยังสามารถติดต่อสู่ผู้อื่นได้แม้ว่าจะหายแล้ว

อาการ

อาการมักจะเริ่มด้วย มีไข้สูง เบื่ออาหาร ครั้นเมื่อครั้นตัวเริ่มค้อ หลังจากมีไข้ 1-2 วันจะเห็นแผลแดงเล็กๆที่ปากโดยเป็นตุ่มน้ำในระยะแรก และแตกเป็นแผล ตาแหน่งของแผล มักจะอยู่ที่เพดานปาก หลังจากนั้นอีก 1-2 วันจะเกิดพื้นที่มือและเท้า แต่ก็อาจจะเกิดที่แขนและก้นได้ เด็กที่เจ็บปากมาก อาจจะไม่ดื่มน้ำ กรณีอาการรุนแรง เด็กมีไข้สูง ซึม และชัก อาจถึงขั้นเสียชีวิตได้

การรักษา

- ไม่มีการรักษาเฉพาะโดยการรักษาตามอาการ
- ถ้ามีไข้ให้ยา paracetamol ลดไข้ ห้ามให้ aspirin
 - บ้วนปากด้วยน้ำเกลือไฮโปทอนิก 1/2 ช้อน ต่อ น้ำ 1 แก้ว ต้องมั่นใจว่าเด็กบ้วนคอได้
 - ดื่มน้ำให้พอ



การป้องกัน

- ป้องกันได้โดยการหลีกเลี่ยงการสัมผัส น้ำมูก น้ำลาย เสมหะของผู้ป่วย รวมทั้งน้ำจากตุ่ม และอุจจาระ การลดความเสี่ยงของการติดต่อทำได้โดย
- ล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่และน้ำ
 - หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับผู้ป่วย
 - หลีกเลี่ยงที่มีคนมาก
 - ทำความสะอาดอุปกรณ์ที่มีการจับบ่อย เช่น ลูกบิด โถงศพ ฯลฯ





หน้าฝนนี้ หากเด็กเล็กเป็นไข้ มีแผลในปาก พบตุ่มน้ำใสที่ฝ่ามือ ฝ่าเท้า ควรเฝ้าระวังโรค

มือ เท้า ปาก

โรค มือ-เท้า-ปาก นับเป็นโรคที่ระบาดในเด็กโรคหนึ่ง ที่พบทุกปี โดยเฉพาะในช่วงที่เริ่มเข้าหน้าฝนเป็นช่วงที่มีอัตราการระบาดของโรคนี้สูง เพราะฉะนั้น เรามาทำความรู้จักโรคนี้ให้มากขึ้นกันดีกว่าค่ะ

โรค มือ-เท้า-ปาก

เป็นโรคที่พบบ่อยในเด็ก ผู้ป่วยส่วนใหญ่เป็นเด็กอายุน้อยกว่า 5 ปี มักระบาดในช่วงหน้าฝน โรคนี้เกิดจากเชื้อไวรัสกลุ่มเอนเทอโรไวรัส ซึ่งมีหลายตัวที่ทำให้เกิดได้ โดยเชื้อที่รุนแรงที่สุดคือ เอนเทอโรไวรัส 71 หรือเรียกสั้นๆ ว่าเชื้อ อีวี71 ที่มีการระบาดรุนแรงในประเทศเพื่อนบ้านของเราก็เป็นเชื้ออีวี 71 นี้เอง ประเทศไทยเราก็พบเชื้ออีวี71 ร่วมกับเอนเทอโรไวรัสตัวอื่นๆด้วย แต่ส่วนใหญ่เป็นสายพันธุ์ที่ไม่ค่อยรุนแรง

อาการของโรคมือ-เท้า-ปาก

เด็กที่เป็นโรคมือ-เท้า-ปาก มักเริ่มด้วยอาการ ไข้ เจ็บปาก กินอะไรไม่ค่อยได้ น้ำลายไหล เพราะมีแผลในปากเหมือนแผลร้อนใน และมีผื่นเป็นจุดแดง หรือเป็นตุ่มน้ำใสขึ้นบริเวณฝ่ามือ ฝ่าเท้า และอาจมีตามลำตัว แขน ขาได้ ผู้ป่วยมักมีอาการมากอยู่ 2-3 วัน จากนั้นจะค่อยๆ ดีขึ้นจนหายใน 1 สัปดาห์ ส่วนใหญ่มีอาการไม่มาก แต่บางรายมีอาการมากจนกินอาหารและน้ำไม่ได้

โดยปกติโรคนี้ไม่น่ากลัว และหายเองโดยไม่มีปัญหา แต่อาจมีโอกาสน้อยที่จะเกิดอาการรุนแรงหรือพบปัญหาแทรกซ้อนได้ โดยเฉพาะถ้าเกิดจากเชื้ออีวี 71 จะมีโอกาสเกิดโรครุนแรงได้มากขึ้น

ปัญหาแทรกซ้อนที่รุนแรงที่สุดคือ ก้านสมองอักเสบ ทำให้เกิดภาวะหายใจและระบบไหลเวียนของโลหิตล้มเหลว ซึ่งถึงแก่ชีวิตได้อย่างรวดเร็ว และบางครั้งเชื้ออีวี 71 อาจทำให้เกิดสมองอักเสบรุนแรงได้ โดยไม่ต้องมีผื่นแบบ มือ-เท้า-ปากได้ เด็กที่จะมีปัญหาแทรกซ้อนรุนแรงหรือสมองอักเสบ จะมีสัญญาณอันตรายได้แก่ ซึม อ่อนแรง ชักกระตุก มือสั่น เดินเซ หอบ อาเจียน ซึ่งหากพบอาการเหล่านี้จะต้องรีบไปพบ

แพทย์โดยด่วน การระบาดของโรคมือ-เท้า-ปาก ในประเทศไทยในขณะนี้แม้ส่วนใหญ่จะเป็นชนิดอาการไม่รุนแรง แต่อย่างไรก็ดีต้องระวังอาการรุนแรงไว้ด้วย แม้จะมีโอกาสเกิดน้อยก็ตาม

การรักษาโรคมือ-เท้า-ปาก

โรคนี้ไม่มียารักษาจำเพาะ หลักการรักษาเป็นการรักษาตามอาการ เด็กที่มีภาวะแทรกซ้อนรุนแรง จำเป็นต้องได้รับการดูแลรักษาแบบผู้ป่วยวิกฤต

การติดต่อของโรค มือ-เท้า-ปาก

โรคนี้ติดต่อโดยการสัมผัส น้ำมูก น้ำลาย หรืออุจจาระของผู้ป่วยโดยตรง หรือทางอ้อม เช่น สัมผัสผ่านของเล่น มือผู้เลี้ยงดู น้ำและอาหารที่ปนเปื้อนเชื้อ โรคนี้จึงมักระบาดในโรงเรียนชั้นอนุบาลเด็กเล็กหรือสถานรับเลี้ยงเด็กเล็ก

วิธีป้องกันโรค มือ-เท้า-ปาก

ยังไม่มีวัคซีนป้องกันโรคนี้ การป้องกันที่สำคัญคือ แยกผู้ป่วยที่เป็นโรคนี้ออกไปสัมผัสกับเด็กคนอื่น เด็กทุกคนรวมทั้งผู้ใหญ่ที่ดูแลเด็กควรหมั่นล้างมือ เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อ หมั่นทำความสะอาดของเล่น และสิ่งแวดล้อมทุกวัน การทำความสะอาดโดยใช้สบู่ ผงซักฟอก หรือน้ำยาฆ่าเชื้อล้างทำความสะอาดทั่วไป แล้วทำให้แห้ง ควรระมัดระวังในความสะดวกของน้ำ อาหาร และสิ่งของต่างๆ อย่างที่เด็กอาจเอาเข้าปาก ไม่ให้เด็กใช้ของเล่นที่อาจปนเปื้อนนําลาย หรืออุปกรณ์การรับประทานอาหารร่วมกัน ควรสอนให้เด็กๆ ใช้ช้อนกลาง และล้างมือก่อนรับประทานอาหาร

โรงเรียนไม่ควรรับเด็กป่วยเข้าเรียนจนกว่าจะหายดี ซึ่งมักใช้เวลาประมาณ 1 สัปดาห์ เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อ ผู้ปกครองควรพาบุตรหลานที่ป่วยไปพบแพทย์ ไม่ควรพาไปโรงเรียน หากพบว่าเป็นโรคนี้ควรให้การรักษาคำแนะนำของแพทย์ และ เมื่อหายป่วยแล้ว เด็กที่เป็นโรคนี้ยังมีเชื้ออยู่ในอุจจาระได้นานหลายสัปดาห์ ดังนั้นเมื่อเด็กหายป่วยแล้ว ยังต้องมีการระวังการปนเปื้อนของอุจจาระต่ออีกนาน ควรเน้นการล้างมือหลังเข้าห้องน้ำหรือเปลี่ยนผ้าอ้อม และก่อนรับประทานอาหารแก่เด็กและผู้ใหญ่ทุกคน ควรล้างมือด้วยน้ำและสบู่ เพราะแอลกอฮอล์เจลจะฆ่าเชื้อเอนเทอโรไวรัสไม่ได้

ในช่วงที่มีการระบาด ไม่ควรนำเด็กไปในที่ที่มีเด็กอื่นอยู่รวมกันจำนวนมาก เพราะจะมีโอกาสรับเชื้อได้เนื่องจากมีเด็กที่เป็นโรคนี้และแพร่เชื้อได้โดยที่ไม่มีอาการหรือมีอาการน้อยมาก ที่อาจไปอยู่รวมกัน

การป้องกันการระบาดในสถานรับดูแลเด็กหรือโรงเรียนชั้นอนุบาล

1. มีการตรวจคัดกรองเด็กป่วย ได้แก่ เด็กที่มีไข้ หรือเด็กที่มีผื่น หรือมีแผลในปาก ไม่ให้เข้าเรียน ทั้งนี้เพราะมีผู้ป่วยบางคนที่มีอาการน้อยมาก หรือมีบางคนที่มีอาการไข้แต่ไม่มีผื่น ควรต้องจัดหาเครื่องมือวัดอุณหภูมิ (ปรอท) ไว้ให้พร้อมเพื่อใช้ในกรณีที่สงสัยว่าเด็กจะมีไข้ และมีครูหรือพยาบาลตรวจรับเด็กก่อนเข้าเรียนทุกวัน
2. ควรมีมาตรการในการทำความสะอาดของเล่น และสิ่งแวดล้อมทุกวัน หรือเมื่อมีการเปลี่ยนน้ำลาย น้ำมูกหรือสิ่งสกปรก
3. มีมาตรการเคร่งครัดในการล้างมือ ให้แก่เจ้าหน้าที่ทุกระดับที่ดูแลสัมผัสเด็กเล็ก โดยเฉพาะในทุกครั้งที่อาจสัมผัสน้ำมูก น้ำลาย หรืออุจจาระ การใช้แอลกอฮอล์เจลล้างมือ ไม่สามารถฆ่าเชื้อได้
4. หากมีการระบาดเกิดขึ้นหลายราย ควรพิจารณาปิดชั้นเรียนนั้นเป็นเวลา 1 สัปดาห์ หรือหากมีการระบาดเกิดขึ้นในหลายชั้นเรียน ควรปิดโรงเรียนด้วย เพื่อหยุดการระบาด