

เฝ้าระวังโรคมือ เท้า ปาก



เชื้อไวรัสที่เป็นสาเหตุบ่อยคือเชื้อ Coxsackievirus A 16 และ Enterovirus 71 (EV71) แต่ EV71 จะมีการทางระบบประสาทร่วมด้วย จึงค่อนข้างน่ากลัว มักพบในเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปีที่อยู่ร่วมกัน ในโรงเรียนอนุบาล หรือสถานรับเลี้ยงเด็ก



การติดต่อ มักจะติดต่อกันทางน้ำมูก น้ำลาย ไอ-จาม รดกัน หรือจากตุ่มน้ำใสที่มือที่จับของเล่น ของใช้ร่วมกัน

อาการ

- เป็นไข้ อ่อนเพลีย
- มีตุ่มแดงขึ้นในปาก มือ เท้า
- เบื่ออาหาร เจ็บคอ

อาการจะหายได้ภายใน 7- 10 วัน หากไม่มีอาการแทรกซ้อน

การป้องกัน

- ไม่อยู่ในที่แออัด
- ล้างมือบ่อยๆ
- ไม่ใช้ของร่วมกับคนอื่น

Photo credit: pennypinchingparent

ที่มา: www.vcharkarn.com/varticle/43937

สาเหตุของโรคมือเท้าปาก

โรคมือเท้าปากเกิดจากการติดเชื้อไวรัสในกลุ่มเอนเทอโรไวรัส ซึ่งมีมากกว่า 100 สายพันธุ์ โดยสายพันธุ์ที่ทำให้เกิดโรคที่พบได้บ่อย เช่น คอกซากีไวรัส เอ16 (coxsackievirus A16) และเอนเทอโรไวรัส 71 (enter virus 71) กลุ่มเสี่ยงที่พบบ่อยคือ เด็กทารกและเด็กเล็กอายุต่ำกว่า 5 ปี ซึ่งมักมีอาการรุนแรงมากกว่าเด็กโต สำหรับผู้ใหญ่พบโรคนี้น้อย

การติดต่อของโรคมือเท้าปาก

โรคมือเท้าปากสามารถติดต่อโดยตรงจากการสัมผัสกับสารคัดหลั่งจากจมูก ลำคอ น้ำลาย และน้ำจากตุ่มใส รวมถึงอุจจาระของผู้ป่วยที่มีเชื้ออยู่ และสามารถติดต่อโดยอ้อมจากการสัมผัสของเล่น พื้นผิวสัมผัสที่มีการปนเปื้อนของเชื้อ อาหารหรือน้ำดื่มที่ปนเปื้อนเชื้อ มือของผู้เลี้ยงดู โดยสถานที่ที่มักพบการระบาดของโรคได้แก่ สถานรับเลี้ยงเด็กและโรงเรียนอนุบาล และช่วงที่มักมีการระบาดของโรคนี้คือ ช่วงฤดูฝนเข้าสู่ฤดูหนาว อย่างไรก็ตาม โรคนี้ไม่ติดต่อจากคนสู่สัตว์หรือสัตว์สู่คน

ทั้งนี้ โรคนี้สามารถเป็นซ้ำได้อีก เนื่องจากภูมิคุ้มกันที่เกิดขึ้นในผู้ป่วยที่หายจากการติดเชื้อไวรัสสายพันธุ์หนึ่งๆ อาจไม่สามารถช่วยป้องกันการติดเชื้อจากไวรัสสายพันธุ์อื่นๆ ได้ แม้จะจัดอยู่ในกลุ่มย่อยของเชื้อไวรัสเดียวกัน



อาการและภาวะแทรกซ้อนของโรคมือเท้าปาก

อาการเริ่มต้นของโรคมือเท้าปากจะคล้ายไข้หวัด คือ มีตุ่มใส หรือแผลร้อนในเกิดขึ้นหลายแผลในปาก และมีอาการเจ็บ มีผื่นแดงหรือตุ่มใส ขนาดเล็กที่บริเวณฝ่ามือ นิ้วมือ ฝ่าเท้า หรือก้น และมีอาการไข้เป็นระยะเวลา 5-7 วัน

อย่างไรก็ตาม โรคมือเท้าปากอาจทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรง เช่น เยื่อหุ้มสมองอักเสบ สมอองอักเสบ อัมพาตกล้ามเนื้ออ่อนปวกเปียก หรือกล้ามเนื้อหัวใจอักเสบ ไปจนถึงเสียชีวิตได้ โดยอาการแทรกซ้อนไม่สัมพันธ์กับจำนวนแผลในปากหรือตุ่มที่พบตามฝ่ามือฝ่าเท้า ในรายที่มีอาการแทรกซ้อนรุนแรงอาจมีแผลไม่ก่จุดในลำคอหรืออาจมีตุ่มเพียงไม่กี่ตุ่มตามฝ่ามือฝ่าเท้าก็ได้ ซึ่งคุณพ่อคุณแม่ควรดูแลลูกอย่างใกล้ชิดในช่วง 1-2 สัปดาห์แรก แม้จะคิดว่าผื่นและแผลในปากหายไปแล้วก็ตาม โดยสัญญาณเตือนของภาวะแทรกซ้อนรุนแรงที่คุณพ่อคุณแม่ควรพาลูกไปพบแพทย์ทันที เช่น

- เด็กมีอาการซึมลง ไม่เล่น ไม่อยากรับประทานอาหารหรือนม
- บ่นปวดศีรษะมาก ปวดทนต์ไม่ไหว
- มีอาการพูดเพ้อไม่รู้เรื่อง สลับกับการซึมลง หรือเห็นภาพแปลกๆ
- ปวดต้นคอ คอแข็ง มีการรับรู้สับสน ซึมลง และอาเจียน
- มีอาการสะดุ้งผวา ตัวสั่นๆ แขนหรือมือสั่นบ้าง
- มีอาการไอ หายใจเร็ว ตูหน้อยๆ หน้าซีด มีเสมหะมาก โดยอาจมีหรือไม่มีไข้ร่วมด้วยก็ได้

การรักษาโรคมือเท้าปาก

เนื่องจากในปัจจุบันโรคมือเท้าปากยังไม่มีการรักษาโดยเฉพาะ การรักษาจึงเป็นการรักษาอาการต่างๆ ไปตามแต่อาการของผู้ป่วย เช่น เจ็บคอมมาก รับประทานอะไรไม่ได้ ผู้ป่วยดูเพลียจากการขาดอาหารและน้ำ ก็จะให้พยายามป้อนน้ำ นมและอาหารอ่อน ในรายที่เพลียมากอาจให้นอนรักษาตัวในโรงพยาบาลและให้น้ำเกลือทางหลอดเลือด ร่วมกับให้ยาลดไข้แก้ปวด และ/หรือหยอดยาสีในปากเพื่อลดอาการเจ็บแผลในปาก ร่วมกับการเฝ้าระวังสังเกตอาการของภาวะแทรกซ้อนทางสมองและหัวใจ เป็นต้น

การป้องกันโรคมือเท้าปาก

เนื่องจากในปัจจุบันยังไม่มีวัคซีนป้องกันเชื้อไวรัสที่ก่อให้เกิดโรคมือเท้าปาก สิ่งสำคัญที่สุดคือการดูแลรักษาสุขอนามัยที่ดี โดยคุณพ่อคุณแม่สามารถป้องกันโรคมือเท้าปาก รวมถึงป้องกันอาการแทรกซ้อนที่อาจรุนแรงถึงเสียชีวิตได้โดย

- หลีกเลี่ยงการให้เด็กคลุกคลีหรือใกล้ชิดกับผู้ป่วย
- รักษาอนามัยส่วนบุคคล โดยเฉพาะผู้เลี้ยงดูเด็กเล็กควรล้างทำความสะอาดมือก่อนหยิบจับอาหารให้เด็กรับประทาน และรับประทานอาหารที่สุก สะอาด ปรุงใหม่ๆ ไม่มีแมลงวันตอม ดื่มน้ำสะอาด
- ไม่ใช้ภาชนะในการรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่น โดยเฉพาะช้อน จาน ชาม แก้วน้ำ ขวดนม
- เมื่อเช็ดน้ำมูกหรือน้ำลายให้เด็กแล้วต้องล้างมือให้สะอาดโดยเร็ว
- รับประทานอาหารหรือเสื้อผ้าที่เปื้อนอุจจาระให้สะอาดโดยเร็ว และทิ้งน้ำลงในโถส้วม ห้ามทิ้งลงท่อระบายน้ำ
- หากเด็กมีอาการของโรคมือเท้าปากให้รีบพาเด็กไปพบแพทย์ และเมื่อแพทย์วินิจฉัยว่าเป็นโรคมือเท้าปาก ต้องให้เด็กหยุดเรียนอย่างน้อย 1 สัปดาห์ หรือจนกว่าแผลจะหาย

โรคมือเท้าปาก (Hand foot and Mouth Disease)

