

ชื่อเรื่อง โรคมือ เท้า ปาก (Hand, Foot, and Mouth Disease)

โรคมือ เท้า ปาก (Hand, Foot, and Mouth Disease) เป็นโรคติดต่อที่พบมากในเด็กเล็ก เกิดจากการติดเชื้อไวรัสในกลุ่ม Enterovirus ซึ่งสามารถแพร่กระจายได้ง่ายผ่านการสัมผัสใกล้ชิดหรือสิ่งของที่ปนเปื้อน โดยเฉพาะในสถานที่ที่เด็ก ๆ รวมตัวกัน เช่น โรงเรียนหรือศูนย์รับเลี้ยงเด็ก ทำให้มีอาการ ไข้ ผื่นแดง ตุ่มน้ำบริเวณมือ เท้า และแผลในช่องปาก ซึ่งอาจทำให้เจ็บหรือไม่สบายตัว แม้ว่าโรคนี้จะหายได้เองในเวลาไม่กี่วัน แต่ในบางกรณีอาจมีภาวะแทรกซ้อน จึงจำเป็นต้องดูแลสุขภาพและรักษาความสะอาดเพื่อป้องกันการแพร่ระบาด

โรคมือ เท้า ปาก ทำไมต้องระวัง

โรค มือ เท้า ปาก (Hand Foot and Mouth Disease) เป็นโรคที่พบบ่อยในเด็กเล็กโดยเฉพาะช่วงหน้าฝน เกิดจากเชื้อไวรัสกลุ่มเอนเทอโร Enterovirus 71 (EV71) Coxsackie Virus ส่งผลให้มีอาการเป็นไข้ เป็นแผลในปาก มีตุ่มน้ำใสตามฝ่ามือ ฝ่าเท้า และลำตัว ถือได้ว่าเป็นโรคที่สร้างความกังวลใจให้กับคุณพ่อคุณแม่อยู่ไม่น้อย สามารถพบในผู้ใหญ่ได้เช่นกัน แต่จะพบได้น้อยกว่า และอาการมักจะไม่น่ารุนแรงเท่าในเด็กเล็ก

สังเกตอาการโรค มือ เท้า ปาก

เด็กๆ ที่เป็นโรคมือเท้าปาก จะมีอาการ

- มีไข้ อ่อนเพลีย
- มีแผลในปาก
- ผื่นเป็นจุดแดงขึ้นที่มือ เท้า (อาจมีผื่นตามลำตัว แขนและขาด้วย)



เมื่อเชื้อโรคเข้าสู่ร่างกายจะใช้ระยะเวลาฟักตัวประมาณ 3-7 วัน ผู้ป่วยจึงจะแสดงอาการโดยมีอาการเริ่มต้นคือ เด็กจะเริ่มมีไข้สูง 38-39 องศาเซลเซียสเป็นอาการนำก่อน จากนั้นจึงมีอาการอื่น ๆ ตามมาภายใน 1-2 วัน ได้แก่ เจ็บคอ ไม่อยากอาหาร อ่อนเพลีย และจะเริ่มมีตุ่ม ผื่น หรือแผลอักเสบมีหนองที่ผิวหนังบริเวณฝ่ามือ ฝ่าเท้า และบริเวณปากทั้งภายนอกและภายใน

โรคมือ เท้า ปาก กี่วันหาย?

สามารถหายได้เองภายใน 7-10 วัน แต่มีโอกาสเสี่ยงเกิดโรครุนแรงได้ เช่น ก้านสมองอักเสบ หัวใจอักเสบ หรือถึงขั้นเสียชีวิตได้ โดยเฉพาะการติดเชื้อเอนเทอโรไวรัสสายพันธุ์ 71 (EV71) ทำให้มีอาการรุนแรงและเสียชีวิตได้ คุณพ่อคุณแม่ควรสังเกตอาการที่อาจเป็นภาวะแทรกซ้อน ได้แก่ มีไข้สูง ซึม อ่อนแรง มือสั่น เดินเซ อาเจียนมาก หายใจหอบ กล้ามเนื้อกระตุก และชัก หากพบอาการเหล่านี้ ควรรีบพาพบแพทย์โดยด่วน!

(อาการแทรกซ้อนจะไม่สัมพันธ์กับจำนวนแผลในปากหรือตุ่มที่พบตามฝ่ามือหรือฝ่าเท้า)

โรคมือ เท้า ปาก ติดต่อไหม? ติดต่อได้อย่างไร?

สามารถติดต่อผ่านการสัมผัสโดยตรงกับสารคัดหลั่งของผู้ป่วย และจากการสัมผัสทางอ้อมผ่านของเล่น มือผู้เลี้ยงดู น้ำ และอาหารที่มีการปนเปื้อนเชื้อโรค โดยส่วนใหญ่มักพบการแพร่ระบาดในโรงเรียนอนุบาล และสถานรับเลี้ยงเด็กโดยสามารถเป็นซ้ำได้อีก ถ้าได้รับเชื้อไวรัสคนละสายพันธุ์กับที่เคยเกิด เนื่องจากภูมิคุ้มกันที่เกิดขึ้นของผู้ป่วยที่หายจากการติดเชื้อไวรัสสายพันธุ์หนึ่งๆ อาจไม่สามารถป้องกันการติดเชื้อจากไวรัสสายพันธุ์อื่น ๆ ได้ แม้จะจัดอยู่ในกลุ่มย่อยของไวรัสเอนเทอโร เช่นเดียวกันก็ตาม

มีวิธีการรักษา และป้องกันอย่างไร?

โดยทั่วไปแล้ว อาการจะค่อยๆ ดีขึ้นตามลำดับ โดยแพทย์จะดูแลรักษาตามอาการ เช่น การให้รับประทานยาแก้ปวด ในรายที่เพลียมากแพทย์อาจให้นอนรักษาตัวในโรงพยาบาลและให้น้ำเกลือทางหลอดเลือด ร่วมกับให้ยาลดไข้แก้ปวด ยารักษาแผลในปาก และให้ยาปฏิชีวนะในกรณีที่เป็น ร่วมกับการเฝ้าระวังสังเกตอาการของภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรง อย่างที่ทราบกันว่าโรคนี้ติดต่อได้ผ่านการรับเชื้อไวรัสจากทางเดินอาหาร น้ำมูก น้ำลาย และจากการหายใจเอาเชื้อที่แพร่จากผู้ป่วยเข้าไป คุณพ่อคุณแม่ควรดูแลสุขอนามัยให้กับเด็กๆ

- สวมหน้ากากอนามัยทุกครั้งเมื่อออกจากบ้าน
- สอนวิธีการล้างมือที่ถูกต้อง ให้เด็กๆ ล้างมือให้สะอาด ด้วยสบู่ หรือเจลแอลกอฮอล์
- ทำความสะอาดของเล่น
- ดูแลความสะอาดของน้ำดื่มและอาหาร
- หลีกเลี่ยงการใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่น เช่น แก้วน้ำ
- ไม่พาเด็กไปในสถานที่แออัด เช่น สนามเด็กเล่น ห้างสรรพสินค้า โดยเฉพาะในช่วงที่มีการระบาดของโรค
- หากเด็กที่ป่วย ควรหยุดเรียน และพักรักษาให้หายป่วยเสียก่อน เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดคนอื่น ๆ และผู้ปกครองต้องรีบแจ้งให้ทางโรงเรียนทราบ และที่สำคัญต้องหมั่นสังเกตอาการของบุตรหลาน หากพบว่ามีอาการผิดปกติ ควรพาเด็กมาพบแพทย์โดยเร็ว

เสริมเกราะป้องกันด้วยวัคซีน

สามารถป้องกันได้ ด้วย**วัคซีนป้องกัน โรคมือเท้าปาก (EV71)** โดยแนะนำให้รับวัคซีนในเด็กอายุตั้งแต่ 6 เดือนถึง 5 ปี ฉีดวัคซีนเพื่อสร้างภูมิคุ้มกัน และป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนรุนแรงที่เป็นอันตรายถึงชีวิต โดยฉีดเข้ากล้ามเนื้อจำนวน 2 เข็ม เว้นระยะห่างจากเข็มแรก 1 เดือน

วัคซีนป้องกัน “โรคมือเท้าปาก” รุนแรง จากไวรัส EV71 (EntroVac)

- ประสิทธิภาพในการป้องกันโรคมือเท้าปากที่มาจากการติดเชื้อ EV71 ได้ 97.3%
- ประสิทธิภาพการป้องกันโรคมือเท้าปากจากเชื้อ EV71 ที่ต้องรักษาในโรงพยาบาล 88.0%
- ประสิทธิภาพการป้องกันโรคมือเท้าปากรุนแรงจากเชื้อ EV71 ได้ 100%

*อาการไม่พึงประสงค์ที่อาจพบได้หลังรับวัคซีน: ปวด บวม แดง คัน บริเวณที่ฉีด, ไข้, คลื่นไส้ อาเจียน, ถ่ายเหลว, ปวดศีรษะ)

**สามารถฉีดได้ตั้งแต่อายุ 6 เดือน – 5 ปี 11 เดือน 29 วัน

***วัคซีนนี้ไม่สามารถใช้เพื่อป้องกันโรคมือ เท้า ปาก ที่มีสาเหตุจากเชื้อเอนเทอโรไวรัสชนิดอื่น (รวมถึง Coxsackie Virus A16 และอื่นๆ)

ที่มา <https://shorturl.asia/Pf1Fi>

ผู้เขียน / ผู้แต่ง / เจ้าของ โรงพยาบาลศิริรินทร์ กรุงเทพ

วัน / เดือน / ปี (เผยแพร่ แต่ง) 23 สิงหาคม พ.ศ.2565

คำถามที่ 1 แบบเลือกตอบ (อย่างน้อย 1 คำถาม)

คำถาม จากบทความข้างต้น การดูแลสุขอนามัยของเด็ก ๆ ที่เป็นโรคมือเท้าปากมีวิธีป้องกันที่ถูกต้องวิธีใด

1. สอนวิธีการล้างมือที่ถูกต้อง
2. ใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่น
3. สวมหน้ากากอนามัยทุกครั้งเมื่อออกจากบ้าน
4. เด็กที่ป่วย ควรหยุดเรียน และพักรักษาให้หายป่วยก่อน

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : 2. ใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่น

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: แบบเลือกตอบ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

คำถามที่ 2 แบบเลือกตอบเชิงซ้อน (อย่างน้อย 1 คำถาม)

คำถาม : จากบทความเรื่อง โรคมือ เท้า ปาก (Hand, Foot, and Mouth Disease) ข้อความเหล่านี้เป็นข้อเท็จจริง หรือความคิดเห็น จงใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่เป็นข้อเท็จจริง หรือความคิดเห็นในแต่ละข้อความ

ข้อความที่เป็นข้อเท็จจริง หรือความคิดเห็น	ข้อเท็จจริง	ความคิดเห็น
การติดเชื้อเอนเทอโรไวรัสสายพันธุ์ 71 (EV71) ทำให้มีอาการรุนแรงและเสียชีวิตได้		
เด็กๆ ที่เป็นโรคมือเท้าปาก จะมีอาการ มีไข้ อ่อนเพลีย มีแผลในปาก ผื่นเป็นจุดแดงขึ้นที่มือ เท้า (อาจมีผื่นตามลำตัว แขนและขาด้วย)		
คุณพ่อคุณแม่ควรสังเกตอาการที่อาจเป็นภาวะแทรกซ้อน ได้แก่ มีไข้สูง ซึม อ่อนแรง มือสั่น เดินเซ อาเจียนมาก หายใจหอบ กล้ามเนื้อกระตุก และชัก หากพบอาการเหล่านี้ ควรรีบพาพบแพทย์		
สามารถติดต่อผ่านการสัมผัสโดยตรงกับสารคัดหลั่งของผู้ป่วย และจากการสัมผัสทางอ้อมผ่านของเล่น มือผู้เลี้ยงดู น้ำ และอาหารที่มีการปนเปื้อนเชื้อโรค		
เด็กที่ป่วย ควรหยุดเรียน และพักรักษาให้หายป่วยเสียก่อน เพื่อป้องกันไม่ให้ไปแพร่เชื้อยังเด็กคนอื่นๆ		

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : ข้อเท็จจริง , ข้อเท็จจริง , ความคิดเห็น , ข้อเท็จจริง , ความคิดเห็น

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: แบบเลือกตอบเชิงซ้อน

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

คำถามที่ 3 แบบเติมคำตอบแบบปิด (อย่างน้อย 1 คำถาม)

คำถาม อ่านข้อความด้านล่าง และใส่ตัวเลขตามลำดับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในเรื่อง โรคมือ เท้า ปาก (Hand, Foot, and Mouth Disease)

ข้อความ	ลำดับเหตุการณ์
เมื่อเชื้อโรคเข้าสู่ร่างกายจะใช้ระยะเวลาฟักตัวประมาณ 3-7 วัน ผู้ป่วยจึงจะแสดงอาการ โดยมีอาการเริ่มต้น	
สามารถป้องกันได้ ด้วยวัคซีนป้องกัน โรคมือเท้าปาก (EV71) โดยแนะนำให้รับวัคซีนในเด็กอายุตั้งแต่ 6 เดือนถึง 5 ปี	
สามารถติดต่อผ่านการสัมผัสโดยตรงกับสารคัดหลั่งของผู้ป่วย และจากการสัมผัสทางอ้อมผ่านของเล่น มือผู้เลี้ยงดู น้ำ และอาหารที่มีการปนเปื้อนเชื้อโรค	
โรค มือ เท้า ปาก (Hand Foot and Mouth Disease) เป็นโรคที่พบบ่อยในเด็กเล็ก โดยเฉพาะช่วงหน้าฝน	

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : 4 1 3 2

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: เติมคำตอบ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

คำถามที่ 4 แบบเติมคำตอบแบบเปิด (อย่างน้อย 1 คำถาม)

คำถาม : จากบทความข้างต้น โรคมือ เท้า ปาก ติดต่ได้อย่างไร?

คำตอบ :

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : สามารถติดต่อผ่านการสัมผัสโดยตรงกับสารคัดหลั่งของผู้ป่วย และจากการสัมผัสทางอ้อมผ่านของเล่น มือผู้เลี้ยงดู น้ำ และอาหารที่มีการปนเปื้อนเชื้อโรค โดยส่วนใหญ่มักพบการแพร่ระบาดในโรงเรียนอนุบาล และสถานรับเลี้ยงเด็กโดยสามารถเป็นซ้ำได้อีก ถ้าได้รับเชื้อไวรัสคนละสายพันธุ์กับที่เคยเกิด เนื่องจากภูมิคุ้มกันที่เกิดขึ้นของผู้ป่วยที่หายจากการติดเชื้อไวรัสสายพันธุ์หนึ่งอาจไม่สามารถป้องกันการติดเชื้อจากไวรัสสายพันธุ์อื่น ๆ ได้

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: เติมคำตอบตอบเชิงซ้อน

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

คำถามที่ 5 แบบเติมคำตอบแบบอิสระ (อย่างน้อย 1 คำถาม)

คำถาม : จากบทความเรื่อง โรคมือ เท้า ปาก (Hand, Foot, and Mouth Disease) ในการรักษาความปลอดภัยสำหรับพื้นที่แออัด ที่เสี่ยงต่อการติดต่อโรคมือ เท้า ปาก ในสถานที่ต่าง ๆ นักเรียนจะมีแนวทางอย่างไร

คำตอบ :

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : การดูแลอนามัยสิ่งแวดล้อมที่ดี เช่น การกำจัดขยะและสิ่งปฏิกูลที่ถูกต้อง ดูแลรักษาและทำความสะอาดอาคาร สถานที่ อุปกรณ์ เครื่องมือเครื่องใช้ และของเล่นต่าง ๆ เป็นประจำ สม่ำเสมอ ด้วยน้ำยาทำความสะอาด หรือน้ำยาฆ่าเชื้อโรค

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: เติมคำตอบ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน