

โรคมือ เท้า ปาก

Hand Foot and Mouth Syndromes

เวลาเห็นลูกเป็นผื่น อาจเป็นไปได้ว่าลูกได้รับเชื้อที่ทำให้เกิดโรคมือ เท้า ปาก เข้าไปแล้ว ที่สำคัญเป็นโรคติดต่อที่มีเชื้อไวรัสเป็นตัวนำ แม้ไม่อันตรายอะไร แต่ก็สร้างความรำคาญและหงุดหงิด ทรมานมาให้ลูกได้มากเชียวนะ

โรคมือเท้าปาก (Hand Foot and Mouth Syndromes) เกิดจากเชื้อไวรัสที่อาศัยอยู่ในลำไส้ของคน จึงถูกตั้งชื่อว่า เอนเทอโรไวรัส (Enterovirus) ซึ่งเจ้าไวรัสชนิดนี้จะถูกขับออกจากร่างกายมากับอุจจาระ และสามารถแพร่กระจายไปสู่คนอื่นหนึ่งได้โดยการกินอาหารหรือดื่มน้ำที่ปนเปื้อนเชื้อไวรัสที่มาจากอุจจาระ ส่วนสัตว์อื่นๆ ไม่สามารถที่จะแพร่กระจายเชื้อไวรัสนี้ได้

สำหรับเชื้อเอนเทอโรไวรัสนี้มีหลายกลุ่มมาก เช่น เอกโคไวรัส (Echovirus) และค็อกแซคกีไวรัส (Coxsackie virus) ซึ่งค็อกแซคกีไวรัสนี้เองที่ทำให้เกิดโรคมือ ปาก เท้า และแบ่งได้เป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่ม A และ B โดยเชื้อที่แสดงอาการโรคมือ ปาก เท้า นี้อยู่ในค็อกแซคกีไวรัสกลุ่ม A 16 ค่ะ ที่สำคัญเด็กจะมีความเสี่ยงสูงที่สุดเพราะมักจะไม่สามารถรักษาความสะอาดส่วนตัวได้ดี เด็กจึงมักแพร่เชื้อไวรัสไปสู่เด็กอื่นๆ ได้ง่าย

(อุจจาระ-ผิวหนัง-มือ-ใส่ปาก) โดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กที่อยู่รวมกันมากๆ อย่าง โรงเรียนอนุบาล หรือสถานรับเลี้ยงเด็ก

- โรคนี้มักจะมีระยะฟักตัวค่อนข้างสั้น ประมาณ 4-6 วัน โดยมีอาการของผื่นที่บริเวณเยื่อเมือกในปากและมีผื่นเกิดที่ผิวหนังร่วมด้วย
- เด็กเล็กจะมีผื่นในปากและผื่นที่ผิวหนังเท่าๆ กัน เกือบ 100%
- เด็กวัยเรียนจะมีผื่นในปากมากกว่าผิวหนัง 38%
- ผู้ใหญ่จะมีผื่นในปาก 11% และมักจะมีผื่นที่ผิวหนังมากถึง 81%



สัญญาณ อาการ

- เริ่มมีไข้ต่ำๆ เมื่ออาหาร อ่อนเพลีย คอเจ็บ
- อาการที่อาจมีร่วมด้วย คือมีอาการคล้ายหวัด น้ำมูกไหล ต่อม้ำเหลืองโต ใต้คางโตและอักเสบ ท้องร่วง ถ่ายเหลว คลื่นไส้ อาเจียน
- หลังจากนั้นประมาณ 1-2 วัน ก็จะพบผื่นที่เยื่อในปาก มักจะเกิดที่บริเวณลิ้นและในช่องปาก
- ผื่นจะกลายเป็นแผลเล็กๆ มีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 4-8 มิลลิเมตร
- สุดท้ายจะกลายเป็นตุ่มน้ำใสๆ และแตกเป็นแผล
- จากนั้นอีกไม่กี่วันก็จะเป็นผื่นผิวหนัง มีขนาด 3-7 มิลลิเมตร ที่มักจะเกิดที่มือมากกว่าที่เท้า โดยเฉพาะ

หลังมือและหลังเท้ามากกว่าฝ่ามือและฝ่าเท้า ผื่นจะกลายเป็นตุ่มน้ำใสๆ และในตุ่มน้ำใสๆ นี้ก็มีเชื้อไวรัสอยู่ด้วย ซึ่งจะยุบแห้งไปเองภายในเวลาประมาณ 1 สัปดาห์ ไม่แตกเป็นแผลเหมือนในปาก ทั้งนี้บางครั้งจะเจอบริเวณสะโพกด้วย แต่จะไม่กลายเป็นตุ่มน้ำใสๆ จะเป็นเพียงผื่นแดง หนูๆ เท่านั้น โดยเด็กบางคนอาจจะเป็นโรคมือ เท้า ปากซ้ำๆ ได้หลายครั้ง นอกจากเชื้อค็อกแซคกีไวรัส A16 แล้วยังพบว่าเชื้อเอนเทอโรไวรัส A17 ยังเป็นสาเหตุของโรคนี้อีกด้วย แต่มักทำให้เกิดอาการที่รุนแรงกว่า อาจจะเป็นอันตรายถึงชีวิตได้ เช่น เชื้อหุ้มสมองอักเสบ สมองอักเสบอัมพาต แต่ในประเทศไทยยังไม่พบรายงานว่ามีเชื้อเอนเทอโรไวรัส A17 นี้แต่อย่างใดค่ะ

เนื่องจากเชื้อไวรัสจะติดต่อกันทางการกินหรือการอมเชื้อโรคที่ปนเปื้อนอยู่กับอาหารหรือของเล่นแล้ว เด็กๆ อาจจะได้รับเชื้อโรคที่แพร่กระจายอยู่ในละอองฝอย น้ำลายจากการไอหรือจามก็ได้ ดังนั้นเมื่อเกิดโรคนี้ขึ้นกับเด็กที่อยู่ในโรงเรียนหรือสถานรับเลี้ยงเด็ก จะเห็นว่ามีการแพร่ระบาดกันอย่างรวดเร็ว จึงต้องมีการปิดโรงเรียนหรือสถานรับเลี้ยงเด็ก ซึ่งก็เคยเป็นข่าวเมื่อเร็วๆ นี้ที่โรงเรียนในกรุงเทพมหานครมีการสั่งปิดโรงเรียน เพื่อป้องกันการแพร่ระบาด ส่วนในต่างประเทศก็เคยเป็นข่าวใหญ่ในประเทศสิงคโปร์เมื่อ

3-4 ปีที่ผ่านมา ที่ต้องปิดโรงเรียนเช่นเดียวกันกับใน
กรุงเทพฯ แต่ในประเทศสิงคโปร์นั้นมิสาเหตุมาจาก
เอนเทอโรไวรัส

A17 ทำให้เด็กมีอาการหนักและบางคนถึงกับเสียชีวิต
ส่วนในเมืองไทยอาการของเด็กไม่รุนแรงเพราะเป็น
เชื้อคนละตัวกันค่ะ

วิธีป้องกันที่ดีอีกอย่างหนึ่ง คือการดูแลรักษาสุขภาพ
อนามัยส่วนบุคคล โดยสอนให้เด็กล้างมือก่อนและ
หลังกินอาหาร ฉะนั้นเด็กเล็กที่ยังรับผิดชอบตนเองไม่
ค่อยได้มักเป็นโรคนี้นี้มากกว่าเด็กโต คุณพ่อคุณแม่และผู้ปกครองต้องระวังสุขอนามัยแทนตัวเด็กเองด้วยค่ะ

เมื่อเด็กมีแผลในปากและผื่นตามมือ เท้า และสะโพก
นั้น จะรักษาตามอาการ เช่น ให้อาหารอ่อน ใช้น้ำเย็นเช็ดตัวลดไข้
ให้อาหารเหลวเนื่องจากการเบื่ออาหารเพราะแผลใน
ปาก เมื่อรักษาตามอาการแล้วส่วนใหญ่ไข้จะลด และ
หายไปในเวลา 1 สัปดาห์ แต่ถ้าเชื้อรุนแรงอาจจะมี
อาการเชื้อหุ้มสมองอักเสบหรือสมองอักเสบ ซึ่งจะมี
อาการชัก ซึม ไม่กินอาหาร ควรนำลูกส่งโรงพยาบาล
ด่วนค่ะ

นอกจากนี้เด็กอาจจะมีอาการท้องร่วง อ่อนเพลีย เบื่อ
อาหาร เนื่องจากสูญเสียน้ำ และเกลือแร่ไปกับอุจจาระ

ที่ถ่ายบ่อยๆ ควรให้เด็กดื่มสารละลายเกลือแร่ หรือน้ำ
ข้าวต้มใสเกลือเล็กน้อยพออร่อยก็ได้ค่ะ
อีกวิธีหนึ่งคือการแยกเด็กไม่ให้เข้ากับกลุ่มคนอื่นๆ แต่
ส่วนมากแล้วก่อนที่เด็กจะมีผื่นที่ผิงหนังหรือแผลใน
ปากนั้น จะมีไวรัสอยู่ในร่างกายและลำไส้อยู่แล้ว และ
แพร่กระจายจากการไอ จาม น้ำลายไหล หรือการ
ปนเปื้อนอุจจาระ

เด็กคนอื่นๆ อาจจะได้รับเชื้อโรคไปแล้วแต่ยังไม่แสดง
อาการ เนื่องจากอยู่ในระยะฟักตัว ดังนั้นถ้าพบว่าเด็ก
ในกลุ่มหรือในห้องเรียน 1 คน มีผื่นที่ผิงหนังหรือแผล
ในปากแล้ว แสดงว่ามีการแพร่ไปสู่เด็กคนอื่นๆ หลาย
คนแล้วค่ะ หากเกิดในโรงเรียนจึงจำเป็นต้องปิด
โรงเรียนด้วยเหตุนี้ สุดท้ายเนื่องจากเชื้อเอนเทอโร
ไวรัสมีหลายชนิดหลายกลุ่มมาก จึงยังไม่มีวัคซีน
ป้องกัน นอกจากเชื้อเอนเทอโรไวรัสที่ทำให้เกิดโรค
โปลิโอเท่านั้นที่มีวัคซีนเรียนร่อยแล้วค่ะ

ผู้ปกครองควรจะต้องดูแลบุตรหลานของท่านด้วย
นะคะ เพื่อป้องกันโรคมือ เท้า ปาก



โรค มือ เท้า ปาก

Hand Foot and Mouth Syndromes



เกิดตุ่มแผลบริเวณฝ่ามือ นิ้วมือ



และฝ่าเท้า

โดย

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านกอก

อ.จตุรัส จ.ชัยภูมิ