

โรคมือ เท้า ปาก

Hand Foot and Mouth Syndromes

เวลาเห็นลูกเป็นผื่น อาจเป็นไปได้ว่าลูกได้รับเชื้อที่ทำให้เกิดโรคมือ เท้า ปาก เข้าไปแล้ว ที่สำคัญเป็นโรคติดต่อที่มีเชื้อไวรัสเป็นตัวนำ แม้ไม่อันตรายอะไร แต่ก็สร้างความรำคาญและหงุดหงิด ทรมานมาให้ลูกได้มากเชียวแหละ

โรคมือ เท้า ปาก (Hand Foot and Mouth Syndromes) เกิดจากเชื้อไวรัสที่อาศัยอยู่ในลำไส้ของคน จึงถูกตั้งชื่อว่า เอนเทอโรไวรัส (Enterovirus) ซึ่งเจ้าไวรัสชนิดนี้จะถูกขับออกจากร่างกายมากับอุจจาระ และสามารถแพร่กระจายไปสู่อีกคนหนึ่งได้โดยการกินอาหารหรือดื่มน้ำที่ปนเปื้อนเชื้อไวรัสที่มาจากอุจจาระ 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 อย่างโรงเรียนอนุบาล หรือสถานรับเลี้ยงเด็ก

โรคนี้นักจะมีระยะฟักตัวค่อนข้างสั้น ประมาณ 4-6 วัน โดยมีอาการของผื่นที่บริเวณเยื่อเมือกในปากและมีผื่นเกิดที่ผิวหนังร่วมด้วย - เด็กเล็กจะมีผื่นในปากและผื่นที่ผิวหนังเท่าๆ กัน เกือบ 100%

- เด็กวัยเรียนจะมีผื่นในปากมากกว่าผิวหนัง 38%

- ผู้ใหญ่จะมีผื่นในปาก 11% และมักจะมีผื่นที่ผิวหนังมากถึง 81%



สัญญาณ อาการ

- เริ่มมีไข้ต่ำๆ เบื่ออาหาร 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 หนองๆ เท่านั้น โดยเด็กบางคนอาจจะเป็นโรคมือ เท้า ปากซ้ำๆ ได้หลายครั้ง นอกจากเชื้อค็อกแซคกีไวรัส A16 แล้วยังพบว่าเชื้อเอนเทอโรไวรัส A17 ยังเป็นสาเหตุของโรคนี้อีกด้วย แต่มักทำให้เกิดอาการที่รุนแรงกว่า อาจจะเป็นอันตรายถึงชีวิตได้ เช่น เชื้อหุ้มสมองอักเสบ สมองอักเสบอัมพาต แต่ในประเทศไทยยังไม่พบรายงานว่ามีเชื้อเอนเทอโรไวรัส A17 นี้แต่อย่างใดค่ะ

เนื่องจากเชื้อไวรัสจะติดต่อกันทางการกินหรือการอมเชื้อโรคที่ปนเปื้อนอยู่กับอาหารหรือของเล่นแล้ว เด็กๆ อาจจะได้รับเชื้อโรคที่แพร่กระจายอยู่ในละอองฝอย น้ำลายจากการไอหรือจามก็ได้ ดังนั้นเมื่อเกิดโรคนี้ขึ้นกับเด็กที่อยู่ในโรงเรียนหรือสถานรับเลี้ยงเด็ก จะเห็นว่าการแพร่ระบาดกันอย่างรวดเร็ว จึงต้องมีการปิดโรงเรียนหรือสถานรับเลี้ยงเด็ก ซึ่งก็เคยเป็นข่าวเมื่อเร็วๆ นี้ที่โรงเรียนในกรุงเทพมหานครมีการสั่งปิดโรงเรียน เพื่อป้องกันการแพร่ระบาด ส่วนในต่างประเทศก็เคยเป็นข่าวใหญ่ในประเทศสิงคโปร์เมื่อ

3-4 ปีที่ผ่านมา ที่ต้องปิดโรงเรียนเช่นเดียวกับในกรุงเทพฯ แต่ในประเทศสิงคโปร์นั้นมิใช่สาเหตุมาจากเอนเทอโรไวรัส

A17 ทำให้เด็กมีอาการหนักและบางคนถึงกับเสียชีวิต ส่วนในเมืองไทยอาการของเด็กไม่รุนแรงเพราะเป็นเชื้อมนุษย์ด้วยกัน

วิธีป้องกันที่ดีอีกอย่างหนึ่ง คือการดูแลรักษาสุขภาพอนามัยส่วนบุคคล โดยสอนให้เด็กล้างมือก่อนและหลังกินอาหาร ฉะนั้นเด็กเล็กที่ยังรับผิดชอบตนเองไม่ค่อยได้มักเป็นโรคนี้มากกว่าเด็กโต คุณพ่อคุณแม่และผู้ปกครองต้องระวังสุขอนามัยตนเองด้วย

เมื่อเด็กมีแผลในปากและผื่นตามมือ เท้า และสะโพกนั้น จะรักษาตามอาการ เช่น ให้อาบน้ำ เช็ดตัวลดไข้ ให้อาหารเหลวเนื่องจากการเคี้ยวอาหารเพราะแผลในปาก เมื่อรักษาตามอาการแล้วส่วนใหญ่ไข้จะลด และหายไปในเวลา 1 สัปดาห์ แต่ถ้าเชื้อมนุษย์รุนแรงอาจมีอาการเจ็บคอ อ่อนเพลีย หรือมีอาการชัก ซึม ไม่กินอาหาร ควรนำลูกส่งโรงพยาบาลด่วน

นอกจากนี้เด็กอาจมีอาการท้องร่วง อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร เนื่องจากสูญเสียน้ำ และเกลือแร่ไปกับอุจจาระ

ที่ถ่ายบ่อยๆ ควรให้เด็กดื่มสารละลายเกลือแร่ หรือน้ำข้าวต้มใส่เกลือเล็กน้อยพออร่อยก็ได้ค่ะ อีกวิธีหนึ่งคือการแยกเด็กไม่ให้เข้าใกล้กลุ่มคนอื่นๆ แต่ส่วนมากแล้วก่อนที่เด็กจะมีผื่นที่ผื่นหรือแผลในปากนั้น จะมีไวรัสอยู่ในร่างกายและลำไส้อยู่แล้ว และแพร่กระจายจากการไอ จาม น้ำลายไหล หรือการปนเปื้อนอุจจาระ

เด็กคนอื่นๆ อาจจะรับเชื้อโรคไปแล้วแต่ยังไม่แสดงอาการ เนื่องจากอยู่ในระยะฟักตัว ดังนั้นถ้าพบว่าเด็กในกลุ่มหรือในห้องเรียน 1 คน มีผื่นที่ผื่นหรือแผลในปากแล้ว แสดงว่ามีการแพร่ไปสู่เด็กคนอื่นๆ หลายคนแล้วค่ะ หากเกิดในโรงเรียนจึงจำเป็นต้องปิดโรงเรียนด้วยเหตุนี้ สุดท้ายเนื่องจากเชื้อเอนเทอโรไวรัสมีหลายชนิดหลายกลุ่มมาก จึงยังไม่มีวัคซีนป้องกัน นอกจากเชื้อเอนเทอโรไวรัสที่ทำให้เกิดโรคโปลิโอเท่านั้นที่มีวัคซีนเรียบร้อยแล้ว

ผู้ปกครองควรสังเกตดูแลบุตรหลานของท่านด้วยนะคะ เพื่อป้องกันโรคมือ เท้า ปาก



โรค มือ เท้า ปาก

Hand Foot and Mouth Syndromes



เกิดปุ่มแดงที่ลิ้น



เกิดตุ่มแผลบริเวณฝ่ามือ นิ้วมือ



และฝ่าเท้า

งานสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
องค์การบริหารส่วนตำบลศรีเมืองชุม

www.srimueangchum.go.th