โรคติดต่อและภัยสุขภาพที่ควรเฝ้าระวังในช่วง ฤดูหนาว

1 โรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ

โรคไข้หวัดใหญ่

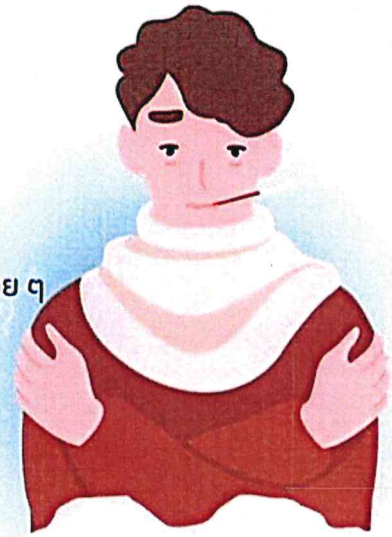
ผู้ป่วยส่วนใหญ่เป็นเด็กเล็กจนถึงเด็กโต ผู้เสียชีวิตมักจะเป็นผู้สูงวัย อายุ 65 ปีขึ้นไป ติดต่อจากการไอ จาม อยู่รวมกันเป็นกลุ่ม ในสถานที่แออัด เช่น โรงเรียน

การป้องกัน ดูแลสุขภาพให้แข็งแรง หลีกเลี่ยงการคลุกคลีกับผู้มีอาการคล้ายไข้หวัด

โรคปอดอักเสบ

ติดต่อจากการ ไอ จาม หรือ หายใจรดกัน อาการจะรุนแรงในเด็กเล็กอายุต่ำกว่า 2 ปี

การป้องกัน หลีกเลี่ยงสถานที่แออัด ล้างมือบ่อย ๆ ด้วยน้ำ และสบู่ ควรดื่มน้ำมาก ๆ



2 โรคติดต่อทางเดินอาหารและน้ำ

โรคอุจจาระร่วง

ติดต่อโดยการรับประทานอาหารและน้ำที่มีเชื้อไวรัส

การป้องกัน ดูแลสุขอนามัย อาหาร และน้ำ รับประทานอาหารที่สุกใหม่ และหมั่นล้างมือ

3 โรคติดต่ออื่นๆ

โรคหัด

ติดต่อจาก การไอ จาม หรือ พูดคุยในระยะใกล้ชิดกับผู้ป่วย

การป้องกัน เด็กอายุ ครบ 9 เดือน ให้ไปฉีดวัคซีน MMR ที่ รพ.สต.

4 ภัยสุขภาพ

การเสียชีวิตที่เกี่ยวเนื่องจากภาวะอากาศหนาว

มักเกิดขึ้นในกลุ่มผู้สูงอายุ คนเร่ร่อน ผู้มีโรคประจำตัว และผู้ดื่มสุราเพื่อลดความหนาว

การป้องกัน สวมใส่เครื่องนุ่งห่มที่ทำให้ร่างกายอบอุ่น และประชาสัมพันธ์ถึงโทษของการดื่มสุรา

การขาดอากาศหายใจและการสูดดมแก๊สพิษจากอุปกรณ์ที่ใช้เพิ่มความอบอุ่นให้ร่างกายจากเครื่องทำน้ำอุ่นแบบใช้ระบบแก๊ส

จากอุปกรณ์ที่ใช้เพิ่มความอบอุ่น ให้ร่างกายจากเครื่องทำน้ำอุ่นแบบใช้ระบบแก๊ส บ้านพักหรือรีสอร์ทส่วนใหญ่ มักใช้เครื่องทำน้ำอุ่นระบบแก๊ส

การป้องกัน ตรวจสอบเครื่องทำน้ำอุ่นระบบแก๊สให้ได้มาตรฐาน และปลอดภัย ก่อนใช้งาน

ขอขอบคุณข้อมูลจาก : กรมควบคุมโรค

กองสาธารณสุขท้องถิ่น: กลุ่มงานป้องกันโรค