

**หมอเด็กแนะ ไข้หวัดใหญ่ รู้ทัน ป้องกันได้**

**กรมการแพทย์ โดยสถาบันสุขภาพเด็กเด็กแห่งชาติมหาราชินี** แนะผู้ปกครองหมั่นดูแลสุขภาพอนามัยเด็ก ๆ ให้ล้างมือบ่อยๆ สวมใส่หน้ากากอนามัยเมื่อต้องออกไปพบเจอผู้อื่น หลีกเลี่ยงสถานที่แออัด ดื่มน้ำสะอาดให้เพียงพอ และควรพาบุตรหลานไปฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่เป็นประจำทุกปี

**นายแพทย์ธนินทร์ เวชชาภินันท์ รองอธิบดีกรมการแพทย์** กล่าวว่า โรคไข้หวัดใหญ่ เป็นอีกหนึ่งโรคที่พบได้บ่อย สามารถเกิดขึ้นได้ตลอดทั้งปี ช่วงที่เกิดการระบาดมากที่สุดคือช่วงฤดูฝน และฤดูหนาว ไข้หวัดใหญ่เกิดจากการติดเชื้ออินฟลูเอนซา (Influenza Virus) แบ่งออกตามสายพันธุ์ของเชื้อไวรัสคือ A และ B โดยข้อมูล ณ วันที่ 24 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2568 กระทรวงสาธารณสุข รายงานว่ามีผู้ป่วยสะสมจำนวน 107,570 ราย และมีผู้เสียชีวิต 9 ราย โดยจำนวนผู้ป่วยใหม่เพิ่มขึ้นประมาณ 15,000 รายต่อสัปดาห์ ซึ่งสูงกว่าช่วงเวลาเดียวกันของปี พ.ศ. 2567 ที่มีผู้ป่วยใหม่ประมาณ 10,000 รายต่อสัปดาห์ สายพันธุ์ที่พบมากที่สุดคือ A/H1N1 (2009) ผู้เสียชีวิตทั้ง 9 รายมีอายุระหว่าง 11 ถึง 86 ปี และทุกคนได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่แล้ว จังหวัดที่มีจำนวนผู้ป่วยสูงสุด ได้แก่ พะเยา ลำพูน เชียงราย ภูเก็ต เชียงใหม่ ลำปาง กรุงเทพมหานคร น่าน อุบลราชธานี และนนทบุรี การเพิ่มขึ้นของผู้ป่วยเกิดจากการผ่อนคลายมาตรการป้องกันโควิด-19 และฤดูหนาวที่ยาวนานกว่าปกติ ส่งผลให้โรคระบบทางเดินหายใจเพิ่มขึ้น กระทรวงสาธารณสุขกำลังเร่งแจกจ่ายวัคซีน โดยเฉพาะเด็กเล็ก มีความเสี่ยงที่จะติดเชื้อได้งาน แนะผู้ปกครองพาบุตรหลานเข้ารับวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่

**นายแพทย์อัครฐาน จิตนุยานนท์ ผู้อำนวยการสถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี** กล่าวเพิ่มเติมว่า อาการไข้หวัดใหญ่ จะคล้ายคลึงกับไข้หวัดทั่วไป คือติดต่อโดยการหายใจเอาละอองน้ำมูก น้ำลาย และเสมหะของผู้ป่วยที่ไอ หรือจาม และการสัมผัสมือ หรือการใช้สิ่งของเครื่องใช้ต่างๆ ร่วมกับผู้ป่วย เช่น ผ้าเช็ดตัว แก้วน้ำ โทรศัพท์ ของเล่น เมื่อใช้มือมาขยี้ตา แคะจมูก เชื้อโรคก็จะเข้าสู่ร่างกายของเราได้โดยง่าย ในสถานการณ์ปัจจุบัน การเสริมสร้างมาตรการป้องกันเป็นสิ่งสำคัญ เช่น การล้างมือเป็นประจำ การสวมหน้ากากอนามัยในที่ชุมชน และการรับวัคซีนให้ครบถ้วน โดยเฉพาะในกลุ่มที่มีความเสี่ยงสูง ไข้หวัดใหญ่ จะแสดงอาการโดยมี ไข้สูง ปวดหัว ปวดเมื่อยตามตัว ร่างกายอ่อนเพลีย อาจมีกล้ามเนื้ออักเสบ และอาการทางระบบหายใจ ตั้งเเต่นํ้ามูก ไอมาก หรือหากรุนเเรงอาจเกิดภาวะแทรกซ้อนที่เป็นอันตรายถึงชีวิต กลุ่มอายุที่มีอัตราการติดเชื้อสูงสุดคือเด็กอายุ 5-9 ปี รองลงมาคือเด็กอายุต่ำกว่า 4 ปี และเด็กอายุ 10-14 ปี ผู้สูงอายุตั้งแต่ 65 ปีขึ้นไป ผู้ป่วยที่มีภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่อง ผู้ป่วยเด็กที่มีโรคประจำตัวเรื้อรังต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นโรคหัวใจ ปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรคหลอดลมอักเสบ ปอดอักเสบ โรคหอบหืด จนทำให้มีอาการหอบเหนื่อย ดังนั้นหากสังเกตอาการที่รุนแรงกว่าปกติควรรีบไปพบแพทย์เพื่อทำการรักษาได้ทันท่วงที การป้องกันที่จะช่วยป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่คือ ล้างมือด้วยน้ำและสบู่บ่อยๆ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์และพักผ่อนให้เพียงพอ หลีกเลี่ยงสถานที่แออัด และการสัมผัสหรือคลุกคลีกับผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่ สวมหน้ากากอนามัยเมื่อออกนอกบ้าน ไม่เอามือขยี้ตาแคะจมูกหรือเอามือเข้าปาก ไม่ใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่น เช่น แก้วน้ำ ช้อนอาหาร ผ้าเช็ดตัว ผ้าเช็ดหน้า เป็นต้น ควรแยกเด็กที่เป็นไข้หวัดออกจากเด็กคนอื่นๆ เพื่อป้องกันการติดไข้หวัดระหว่างกัน ผู้ปกครองสามารถลดความเสี่ยงในการติดเชื้อที่รุนแรงได้โดยการให้เด็กได้รับวัคซีนไข้หวัดใหญ่ทุกปี ปีละ 1 ครั้ง สามารถฉีดได้ตั้งแต่เด็กอายุ 6 เดือนเป็นต้นไป เพียงเท่านี้ก็จะลดความเสี่ยงในการติดเชื้อไข้หวัดใหญ่ได้

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*
#กรมการแพทย์ #สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี #สุขภาพลูกน้อย #ไข้หวัดใหญ่รู้ทันป้องกันได้

-ขอขอบคุณ-

 27 กุมภาพันธ์ 2568