



# เจาะลึกสกัดโรค

เว็บไซต์กรมควบคุมโรค  
<http://www.cdc.gov.tw>

เว็บไซต์สภาเกษตรกรรม  
<http://www.coa.gov.tw>

สายด่วนสอบถามและรายงานโรคติดต่อ  
กรมควบคุมโรค : 1922



## คำเตือนจากใจกรมควบคุมโรค :

เมื่อเดินทางไปท่องเที่ยวในเขตประเทศที่มีไข้หวัดนกระบาด

หลีกเลี่ยงสถานโรมาส์ตัว, โรงเลี้ยงสัตว์ปีก,

ตลาดนกและฟาร์มปศุสัตว์

และหลีกเลี่ยงการให้อาหารเลี้ยงนก

# เที่ยวให้สนุก ไม่เข้าใกล้เขตไข่หวัดนก

ไม่เข้าใกล้สัตว์ปีก



รับประทานอาหารที่สุกแล้ว



ล้างมือบ่อยๆ



ระมัดระวังการสวมหน้ากาก



สายด่วนสอบถาม



ท่องเที่ยวอย่างสุขใจ ห่างไกลไข้หวัดนก



ท่องเที่ยวอย่างสุขใจเก็บไว้แต่ความทรงจำที่งดงาม

สายด่วนสอบถามและรายงานโรคติดต่อ ☎ 1922  
<http://www.cdc.gov.tw>



กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข TAIWAN CDC



# กลยุทธส์สกัดโรค :

## รู้จักไข้หวัดนก

เชื้อไข้หวัดนกเป็นเชื้อไวรัสชนิดหนึ่งที่เกิดอยู่ในนํ้าและสัตว์เลื้อย (โดยเฉพาะสัตว์ปีกเช่นไก่, เป็ด, ห่าน, ไก่ทรง เป็นต้น)

โดยนับจากปี 2003 เป็นต้นมามีจำนวนคนติดเชื้อไข้หวัดนก 10กว่าประเทศ อัตราการตายโดยเฉลี่ยเกินกว่า 60 เปอร์เซ็นต์ ซึ่งในประเทศเหล่านี้เริ่มไปถึงประเทศที่ห่างไกลวันไปมาหาสู่เช่น ประเทศไทย, เวียดนาม, กัมพูชา, อินโดนีเซีย และประเทศจีน เป็นต้น

เชื้อไข้หวัดนกมีหลายชนิด เดิมทีมันจะติดต่อกันเฉพาะในสัตว์ปีกเท่านั้น แต่ในหลายปีมานี้เนื่องจากกาการกักกันของเชื้อหวัดนกทำให้มีการติดเชื้อไวรัสบางชนิดจากนกมาสู่คน

ในปัจจุบันยังมีไข้หวัดนกที่ติดจากความคิดต่อโดยคนเป็นพาหะ แต่หากวันหนึ่งซึ่งทางนาเชื้อหวัดนกปรับตัวเข้ากับร่างกายมนุษย์ได้อย่าง ทำให้เกิดโรคไข้หวัดติดต่อกันคนก็ทำให้หลายประเทศบ่าวไปทั่วโลกก็เป็นได้

เชื้อหวัดนกสามารถมีชีวิตอยู่ในสภาพแวดล้อมได้เป็นเวลานาน โดยเฉพาะในเวลาที่อุณหภูมิต่ำ ยกตัวอย่างเช่นในอุณหภูมิต่ำ (4°C) เชื้อหวัดนกสามารถมีชีวิตอยู่ได้ 35 วัน ในอุณหภูมิห้อง (37°C) เชื้อหวัดนกมีชีวิตอยู่ได้ 6 วันในเชื้อสัตว์ปีก

- วิธีการฆ่าเชื้อหวัดนกที่ใช้ทั่วไปคือ
  1. เพิ่มอุณหภูมิ : ใช้ความร้อน 60°C ติดต่อกันเป็นเวลา 30 นาที หรือใช้ความร้อนเกิน 70°C ขึ้นไป
  2. นำยาฆ่าเชื้อโรทักไป : พอร์มาลีน, สารไอโอดีนและยาฟอกขาว เป็นต้น



เที่ยวให้สนุก • ไม่เอาไกลเซตไข้หวัดนก ช่องเชื่อมข้างสุดใช้ทำงานใกล้หวัดนก !

# H5N1

## ไข้หวัดนกติดต่อดังไร

การติดเชื้อไวรัสโดยทั่วไปนั้นเนื่องมาจากสัมผัสโดนสัตว์ปีกที่ติดเชื้อหรืออุจจาระและสิ่งขับถ่ายเป็นของอุจจาระของสัตว์ที่เป็นโรค ซึ่งทำให้ติดเชื้อได้โดยทางหายใจหรือสัมผัสโดนปาก, ตา, จมูก

เชื้อไวรัสของนกอาจอยู่ในตัวสัตว์ปีกที่ติดเชื้อแล้วอย่างอาศัยอยู่ตามอุปรณ, ภาชนะ, อาหารสัตว์, กรมบกหรือตามเสื้อผ้าและรองเท้าซึ่งทำให้เกิดการแพร่ระบาดในฟาร์มได้ และจากการคนควรวัวในตางประเทศยังพบว่าเชื้อไวรัสชนิดนี้ยังสามารถอาศัยอยู่ในเป็ดอีกไซ, ไช้แดงและไซขาวอีกด้วย

ตามประกาศการติดเชื้อไข้หวัดนกในคนขององค์การอนามัยโลกระบุว่า ผู้ติดเชื้ออย่างน้อย 60เปอร์เซ็นต์มีประวัติสัมผัสกับสัตว์ปีก ดังนั้นหากเดินทางไปยังประเทศหรือเขตที่มีการระบาดของไข้หวัดนก ต้องหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับสัตว์ปีก

## อาการของโรคไข้หวัดนก



เมื่อติดเชื้อไข้หวัดนกจะมีอาการรุนแรงและมีอัตราการตายสูง เชื้อโรคไข้หวัดนกมีระยะฟักตัวประมาณ 2-8 วัน แต่อาจนานถึง 17 วันก็เป็นได้

อาการไข้หวัดนกกระแษะแรกนั้นรวมไปถึง มีไข้สูง (โดยทั่วไปจะมีอุณหภูมิ ≥ 38°C) และมีอาการคล้ายกับโรคไข้หวัดใหญ่ เช่น ไอ, ปวดศีรษะ, ปวดเมื่อยตามกล้ามเนื้อ, อ่อนเพลีย เป็นต้น ผู้ป่วยบางรายในระยะแรกอาจมีอาการท้องร่วง, อาเจียน, ปวดท้อง, ปวดหน้าอก, เนื้อเยื่ออกตามงอกและเหงือกเป็นต้น อาการของโรคหวัดรุนแรงกลายเป็นโรครุนแรงโดยหายใจส่วนล่างอย่างรวดเร็ว ในผู้ป่วยที่มีอาการหนักอาจตายได้

# เคล็ดลับสกัดโรค :

## เมื่อเดินทางไปประเทศหรือเขตที่มีการระบาดของโรคไข้หวัดนก

ศึกษาการระบาดของโรคในเขตประเทศที่ต้องการจะไปก่อนการเดินทาง หลีกเลี่ยงการไปโรงฆ่าสัตว์, โรงเลี้ยงสัตว์ปีก, ตลาดนกหรือฟาร์มปศุสัตว์ และหลีกเลี่ยงการให้อาหารเลี้ยงนก

รักษาอนามัยส่วนตัว สึกตัวเมื่อใกล้ตัวเองให้ล้างมือบ่อยๆ เมื่อไม่สามารถล้างมือให้ใช้แอลกอฮอล์ฆ่าเชื้ออย่างน้อยครึ่งชั่วโมงของ แอลกอฮอล์ (60% ขึ้นไป)

ไม่สัมผัสกับสัตว์ปีกหรือมูลนก หากสัมผัสโดนต้อง ไซ้ล้างมือให้สะอาดทันที รับประทานอาหารประเภทเนื้อสัตว์และไข่ที่ทำให้สุกทั้งหมด

หากในระหว่างการท่องเที่ยวมีอาการไอ, จาม, เจ็บคอ, ตาแดง เป็นต้น ในขณะอยู่ต่างประเทศแนะนำให้พกหน้ากากอนามัย และล้างมือบ่อยๆ หากมีอาการเข้าประเทศให้รีบเข้าพบแพทย์ทันที

## หลังจากกลับเข้าประเทศได้ให้วันจากเขตประเทศที่มีการระบาดของโรคไข้หวัดนกแล้ว

หากมีอาการไม่สบายระหว่างการท่องเที่ยว เมื่อกลับเข้าประเทศให้รีบเข้าพบแพทย์ “แบบสอบถามควบคุมโรคติดต่อ”

หากกลับเข้าประเทศได้ให้วันจากเขตประเทศที่มีโรคไข้หวัดนกระบาด ให้วัดอุณหภูมิร่างกายเช้า-เย็น ทุกวันและระวังตรวจสุขภาพตนเองเป็นเวลา 7 วัน

หากมีอาการของไข้หวัดใหญ่เช่นไข้สูง (38°C ขึ้นไป), ไอ, เจ็บคอ เป็นต้น ให้สวมหน้ากากอนามัย แจ้งหน่วยงานสาธารณสุขท้องถิ่นขอความช่วยเหลือทางการแพทย์ และแจ้งให้แพทย์ทราบถึง

1. อาการ, 2. ประวัติการเดินทาง, 3. มีการสัมผัสกับสัตว์ปีกหรือไม่



ช่องเชื่อมข้างสุดใช้กับตัวความทราบเจ้าหน้าที่ตรง