

# ไขหวัดใหญ่... โรคภัยยุคใหม่อยู่ใกล้ตัว



จัดทำโดย : กลุ่มงานสุขศึกษา โรงพยาบาลยะลา



# โรคไขหวัดใหญ่คืออะไร

ไขหวัดใหญ่ เกิดจากการติดเชื้อไวรัส อินฟลูเอนซา ซึ่งมีการระบาดเป็นช่วงๆ ในหน้าฝนและหน้าหนาว เป็นเชื้อที่มีโอกาสกลายพันธุ์ เป็นสายพันธุ์ใหม่ที่รุนแรงได้







# อาการของโรค



อาการโดยทั่วไปจะคล้ายไข้หวัดจากเชื้ออื่นๆทั่วไป  
แต่มีโอกาสมันจะมีความรุนแรงและเกิดโรคแทรกซ้อน  
ได้มากกว่า ระยะพักตัวของเชื้อ คือ 1-4 วัน  
ผู้ป่วยจะมีอาการ น้ำมูกไหล ไอ เจ็บคอ มีไข้สูง  
ปวดศีรษะ อ่อนเพลียง ปวดเมื่อยตามตัว  
แต่บางรายอาจมีอาการรุนแรง เช่น ปอดบวม  
และจำเป็นต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล







# การติดต่อ

เชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่สามารถแพร่กระจายเชื้อได้  
ทางการหายใจรดกัน การไอ จาม เชื้อจะเข้าทาง  
เยื่อจมูก ตาและปาก หรือ จากการสัมผัส  
น้ำมูกน้ำลายของผู้ที่ป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่







# การรักษา

ไข้หวัดใหญ่ที่ไม่มีภาวะแทรกซ้อนสามารถดูแลตัวเอง  
ดังนี้

1. นอนพักผ่อนมากๆ

2. ใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดตัวเวลามีไข้สูง

3. ดื่มน้ำ รับประทานอาหารอ่อน ๆ ง่าย ๆ

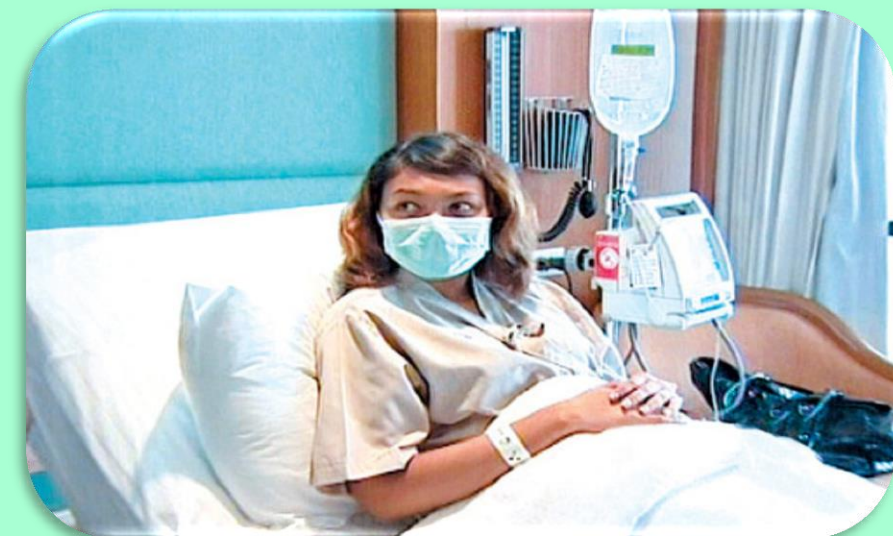
4. ถ้ามีไข้ ควรรับประทานยา พาราเซตามอล

หลีกเลี่ยงงการใช้ยาแอสไพริน

5. งดปฏิบัติวัชระ แพทย์จะให้ก็ต่อเมื่อมีภาวะแทรกซ้อน

จากเชื้อแบคทีเรีย เช่น น้ำมูกหรือ เสมหะเป็น

สีเหลืองหรือเขียว





# ข้อแนะนำ

โรคนี้ส่วนใหญ่ให้การดูแลตามอาการ  
ก็จะหายได้เองภายใน 3-5 วัน ถ้ามีไข้เกิน 7 วัน  
และหากมีอาการดังต่อไปนี้ควรรีบมาพบแพทย์ทันที  
หายใจ หอบเหนื่อย ร่วมกับ ไอมาก อาจร่วมกับ  
นอนราบไม่ได้  
เจ็บหน้าอกมาก ร่วมกับหายใจขัด เหนื่อย



# 6 วิธีป้องกันโรคยอดฮิต



โรคไข้หวัด

