

## โรคมือเท้าปาก

เกิดจากการติดเชื้อไวรัสคอกซ์ซัคซ์หรือเอชเอชเอวีไวรัสและมักพบในกลุ่มเด็กทารกและเด็กเล็กที่อายุต่ำกว่า 5 ปี



### อาการของโรค

โดยทั่วไป โรคมือเท้าปาก มักจะมีอาการไม่รุนแรง โดยจะมีระยะฟักตัวประมาณ 3-6 วัน และมีอาการเริ่มต้นคือ ปวดไต่ต่ำ ๆ มีอาการครั่นเนื้อครั่นตัว ประมาณ 1-2 วัน จากนั้นจะเริ่มเจ็บปาก ไม่ยอมรับประทานอาหาร เพราะมีตุ่มแดงในช่องปาก โดยตุ่มนี้จะกลายเป็นตุ่มหนองใส รอบแผลจะอักเสบแดง ต่อมาตุ่มจะแตกออกเป็นแผลหลุมตื้น จากนั้นจะพบตุ่มหรือพื่น (มักไม่คัน) ที่ฝ่ามือ ฝ่ามือ ฝ่าเท้า และอาจพบที่ก้น แขน ขา และอวัยวะสืบพันธุ์ด้วย ในเด็กทารกอาจพบกระจายทั่วตัวได้ ทั้งนี้ หากตุ่มปวดคัน ผื่นหรือตุ่ม นานกว่า 3 วัน และมีอาการซึมร่วมด้วย ให้รีบไปพบแพทย์ทันที

## การรักษา โรคมือเท้า ปาก

ปกติแล้วโรคมือเท้า ปาก สามารถหายได้เองภายใน 7-10 วัน หากไม่มีภาวะแทรกซ้อน โรคนี้ไม่มียารักษา โดยเฉพาะ เพราะเป็นโรคที่เกิดจากเชื้อไวรัส จึงต้องใช้ภูมิคุ้มกันของตนเองต่อสู้กับเชื้อโรค ทั้งนี้ แพทย์จะให้ยารักษาตามอาการเช่น ให้ยาแก้ปวด ยาแก้ปวด ทั้งนี้ ควรเช็ดตัวผู้ป่วยเป็นระยะ ๆ ให้อาหารอ่อน ๆ ดื่มน้ำและผลไม้ และนอนพักผ่อนให้มาก ๆ ดังนั้น หากผู้ป่วยครองสังเกตเห็นลูกมีอาการ เช่น ไข้สูง ซึม อ่อนเพลียบ่อย ๆ หอบ แขนขาอ่อนแรง ไม่ยอมรับประทานอาหารและน้ำ ควรพาบุตรหลานไปพบแพทย์ทันที



(ลักษณะตุ่ม โรคมือ เท้า ปาก)

## การป้องกัน โรคมือเท้า ปาก

ปัจจุบันยังไม่มีวัคซีนป้องกันโรค แต่ป้องกันโรคได้โดยการรักษาสุขอนามัยที่ดี เช่น การรักษาความสะอาด ตัดเล็บให้สั้น ล้างมือด้วยน้ำสบู่บ่อยๆ โดยเฉพาะหลังการขับถ่ายและก่อนรับประทานอาหาร ใช้ช้อนกลาง และไม่ใช้สิ่งของร่วมกัน และหากผู้ป่วยต้องแยกผู้ป่วยขึ้นเป็นโรคออกจากกลุ่มเพื่อนในโรงเรียน สถานเลี้ยงเด็ก โดยไม่ให้เด็กทำกิจกรรมร่วมกับคนอื่น ๓-๕ ปีเป็นเวลา 1 สัปดาห์ และต้องทำความสะอาดพื้น ที่องน้ำ สุขา เครื่องใช้ ของเล่น สามารถล้าง ตลอดจากเสื้อผ้า ที่อาจปนเปื้อนเชื้อด้วย น้ำยาฆ่าเชื้อที่ใช้ทั่วไปภายในบ้าน หากมีเด็กป่วยจำนวนมากอาจจำเป็นต้องปิดสถานที่ชั่วคราว(1-2 สัปดาห์) และทำความสะอาดฆ่าเชื้อโรคโดยอาจใช้สารละลายโซดาไฟของน้ำยาฟอกขาว 1 ส่วนผสมกับน้ำ 30 ส่วน

### ดำเนินโรค

ส่วนใหญ่มักจะหายได้เองภายใน 7-10 วัน (เต็มที่ไม่เกิน 2 สัปดาห์) โดยจะมีไข้อยู่เพียง 3-4 วันแรก อาจเกิดภาวะแทรกซ้อนได้ พบมีอาการรุนแรงมากที่ทำให้เสียชีวิตได้แต่น้อย

## การแยกโรค

ในระยะแรกที่มีไข้ เจ็บคอ น้ำมูก อาจคิดว่าเป็นเพียง ไข้หวัด ถ้าเป็นไข้หวัดก็จะมีอาการเป็นแผลในปาก และมีตุ่มน้ำตามมือและเท้าตามมา ในระยะที่พบแผล ในปากอาจทำให้คิดว่าเป็น แผลร้อนในซึ่งส่วนใหญ่จะ ไม่มีไข้ และตุ่มน้ำตามมือและเท้า แผลในปากมักจะ หายได้เองภายใน 1-2 สัปดาห์ นอกจากนี้ อาการขึ้น ตุ่มน้ำใสตามผิวหนัง อาจเกิดจากโรคอื่น เช่น เริม จะมีตุ่มขึ้นเป็นหย่อมเล็กๆ เพียงหย่อมเดียว ไม่ กระจายอยู่หลายแห่ง และมักไม่มีไข้ มักจะแตกเป็น แผลตกสะเก็ด และหายได้เองภายใน 1 สัปดาห์ อีสุกอีใส จะมีไข้และผื่นขึ้นพร้อมกันใน 1-2 วันแรก ผื่นมีลักษณะเป็นจุดแดง ตุ่มนูนและกลายเป็นตุ่มใส กระจายตามใบหน้า ลำตัว และแขนขา บางครั้งอาจ ขึ้นในช่องปากร่วมด้วย



## การติดต่อ

โดยเฉพาะในช่วงสัปดาห์แรกของการป่วย สามารถ ติดต่อกันได้โดย

- ♥ การสัมผัสโดยตรงกับสารคัดหลั่ง ทั้งจากจมูก, ลำคอ และน้ำจากในตุ่มน้ำใสโดยเชื้อโรคอาจติดมากับ สิ่งของเครื่องใช้ต่าง ๆ หรือการไอจามรดกันก็ได้
- ♥ ทางอุจจาระของผู้ป่วยที่มีเชื้อไวรัสอยู่โดยช่วงที่ แพร่กระจายมากที่สุด คือ ในสัปดาห์แรกที่ผู้ป่วยมี อาการ และจะยังแพร่เชื้อได้จนกว่ารอยโรคจะหายไป แต่ก็ยังพบเชื้อในอุจจาระผู้ป่วยต่อได้อีกประมาณ 2-3 สัปดาห์ ทั้งนี้ เชื้อเอนเทอโรไวรัสสามารถทน สภาวะกรดในทางเดินอาหารมนุษย์ได้ และมีชีวิตอยู่ใน อุณหภูมิห้องได้ 2-3 วัน โรคนี้ไม่สามารถติดต่อ จากคนสู่สัตว์ หรือจากสัตว์สู่คนได้

ด้วยความปรารถนาดีจาก  
งานสาธารณสุข สำนักปลัด  
องค์การบริหารส่วนตำบลโพธิ์หมากแข้ง  
โทร 0 42 416 157

## โรค มือ เท้า ปาก



จัดทำโดย



งานสาธารณสุข สำนักปลัด  
องค์การบริหารส่วนตำบลโพธิ์หมากแข้ง  
อำเภอบึงโขงหลง จังหวัดบึงกาฬ