

คู่มือ การให้ความรู้ เรื่องโรคติดต่อ

ปีงบประมาณ 2569



ส่วนที่ 1: เผชิญหน้าโรครัดต่อ

เจาะลึกภัยคุกคามจากโรครัดต่อ นำโดยแมลง
และโรคระบาดทางเดินอาหาร-ทางเดินหายใจ
เพื่อร่วมกันสร้างแนวทางป้องกันเชิงรุก
ในตำบลของเรา



ความเสี่ยงโรคติดต่อตำบलगู เขว่า

โรคติดต่อนำโดยยุงลาย

ไข้เลือดออก และไข้ปวดข้อยุงลาย (ซิกนุงุนยา) ที่ระบาดหนักในช่วงฤดูฝน โดยมียุงลายที่เพาะพันธุ์ตามแหล่งน้ำขังรอบบ้านและในป่ากล้วยสวนหลังบ้าน เป็นพาหะนำโรคหลัก

โรคติดต่อทางอาหารและน้ำ

โรคอาหารเป็นพิษ และอุจจาระร่วงเฉียบพลัน พบบ่อยในช่วงสภาพอากาศแปรปรวน เกิดจากพฤติกรรมสุขอนามัยในการกิน และอาหารปนเปื้อนเชื้อโรคที่เน่าเสียง่ายในฤดูร้อน

ยุทธการพิฆาตยุงลาย สยบไข้เลือดออก

มาตรการเด็ดขาด "3 เก็บ ป้องกัน 3 โรค"

ร่วมกันทำความสะอาดและตรวจสอบแหล่งน้ำขังรอบตัวบ้านเป็นประจำทุกสัปดาห์:

เก็บบ้าน: ดูแลบ้านให้โปร่งสว่าง ลมพัดผ่านสะดวก ไม่เป็นที่เกาะพักของยุง

เก็บขยะ: ทำลายเศษภาชนะและยางรถยนต์เก่าที่อาจมีน้ำฝนขังสะสม

เก็บน้ำ: ปิดฝาทิ้งน้ำหรือโอ่งน้ำให้มิดชิด ใส่ทรายอะเบทป้องกันลูกน้ำ

ห้ามซื้อยาชุดหรือยากุ่มแอสไพริน ไอบูโพรเฟน มารับประทานเองเด็ดขาด!



ล้างมือถูกวิธี สกัดโรคทางเดิน อาหาร

เพราะป้องกันที่ง่ายและได้ผลดีที่สุด

การล้างมือด้วยน้ำสะอาดและสบู่เป็นประจำ สามารถลด
ความเสี่ยงจากการติดเชื้อระบบทางเดินอาหารและโรค
ระบบทางเดินหายใจได้อย่างมาก



3 เวลาสำคัญที่ต้องล้างมือ: ก่อนรับประทานอาหาร
หลังจากการใช้ห้องสุขา และหลังสัมผัสสิ่งของเครื่องใช้
สาธารณะในที่ชุมชนร่วมกัน

3 กฎเหล็กควบคุมสุขอนามัยในครัวเรือน



1. กินของสุกร้อน

รับประทานอาหารปรุงสุกใหม่ หลีกเลี่ยงอาหารดิบ หากเป็นอาหารค้างมือต้องนำมาอุ่นร้อนให้เดือดก่อนทานเสมอ

2. ใช้ช้อนส่วนตัว

ใช้ช้อนกลางและช้อนตักส่วนตัวในการร่วมวงอาหาร เพื่อป้องกันการติดเชื้อผ่านทางน้ำลายและสารคัดหลั่ง

3. เลือกน้ำดื่มสะอาด

เลือกดื่มน้ำที่ผ่านการกรองที่ได้มาตรฐาน หรือน้ำดื่มสุกที่สะอาด และตรวจสอบการล้างถังเก็บน้ำเป็นประจำ

การเลือกซื้อและเตรียมอาหารปลอดภัย สุขวิทยาการปรุงอาหาร

อาหารปรุงเองในบ้านหรือร้านค้าชุมชน มีจุด
ตรวจคัดกรองสุขอนามัยที่สำคัญดังนี้:



วัตถุดิบสดใหม่: เลือกเนื้อสัตว์และผักที่สด ล้างทำ
ความสะอาดด้วยน้ำไหลหลาย ๆ รอบ

แยกอุปกรณ์: แยกเขียงและมีดสำหรับของดิบและ
ของสุกเพื่อป้องกันการปนเปื้อนข้าม

เก็บในอุณหภูมิที่เหมาะสม: ไม่ทิ้งอาหารบูดเสียง่าย
ไว้ภายนอกตู้เย็นเกิน 2 ชั่วโมง

เป้าหมายเฝ้าระวังโรคติดต่อปี 2569

0 ราย

อัตราการเสียชีวิตจากไข้เลือดออกและท้องร่วงรุนแรง

ประเมินไว ตรวจสอบคัดกรองทันเวลา

รพ.สต.ลุงเขว้า มุ่งมั่นลดอัตราการเจ็บป่วยและ
อัตราการสูญเสียในชุมชนให้เป็นศูนย์ ด้วยระบบ
อสม. เฝ้าระวังและทีมตอบโต้สถานการณ์ฉุกเฉิน
ประเมินไว

หากคนในบ้านมีไข้สูงเฉียบพลัน เกิน 2 วัน
ร่วมกับอาการปวดเมื่อยรุนแรง หรือมีอาการ
ท้องเสีย ถ่ายเหลวบ่อยครั้งจนอ่อนเพลีย ให้รีบพบ
เจ้าหน้าที่ รพ.สต. ทันที

4 แนวปฏิบัติสกัดกั้นโรคในบ้านเรือน

- แยกผู้ป่วย: สวมหน้ากากและแยกของใช้แก้วน้ำ-ช้อนส้อมทันที
- กำจัดขยะ: ร่วมพ่นยากำจัดขยะรอบพื้นที่รัศมี 100 เมตรทันทีที่พบคดี
- จิบเกลือแร่ ORS: ใช้บรรเทาอาการท้องเสียทดแทนน้ำงดยาหยุดถ่ายเฉียบพลัน
- ประสาน อสม.: แจ้งผู้นำ อสม. ประจำคุ้มบ้านเมื่อพบผู้ป่วยต้องสงสัย



ตารางการแยกอาการ และแนวทางการดูแลเบื้องต้น

หัวข้อ ข้อสังเกต	ไข้เลือดออก	ไข้หวัดใหญ่	อุจจาระร่วง รุนแรง
ไข้และอาการ ปวด	ไข้สูงลอย 39-40°C ปวดกระบอกตา ปวดเมื่อยกระดูก	ไข้สูงหนาวสั่น ปวด ศีรษะ ปวดเมื่อย ตามตัว มีไอ เจ็บคอ	มักไม่มีไข้สูง แต่อาจมีไข้ ต่ำ ปวดบิดเกร็งบริเวณ ท้อง
สัญญาณ วิกฤต	มีจุดเลือดออกตาม ผิวหนัง อาเจียนเป็น เลือด ถ่ายดำ	หายใจเหนื่อยหอบ แน่นหน้าอก เจ็บ หน้าอกรุนแรง	ปากแห้ง คอแห้งมาก ปัสสาวะไม่ออก ช็อกจาก การขาดน้ำ
การปฐม พยาบาล	เช็ดตัวลดไข้ ทาน พาราเซตามอล (ห้ามยากลุ่ม แอสไพริน)	พักผ่อนให้เพียงพอ ดื่มน้ำอุ่น ทานยา ตามอาการ	ชงสารละลายเกลือแร่ ORS ดื่มบ่อยครั้ง งด อาหารย่อยยาก

เป้าหมายดัชนีชี้วัด งานควบคุมโรค ปี 2569

การจัดบ้านและกำจัดแหล่งน้ำขังรอบตัวเรือน

เป้าหมายร่วมใจ 95% ของครัวเรือนทั้งหมด

การควบคุมขุงลายหลังพบคดีไข้เลือดออก
(ใน 3 ชม.)

เป้าหมายสกัดกั้น 100% หลังได้รับรายงาน

ความรู้ความเข้าใจเรื่องการล้างมือและการรับ
ประทานอาหาร

ประเมินผลสุขศึกษา 90% ของผู้เข้ารับบริการ

เจ็บป่วยฉุกเฉิน หรือส่งสัยการระบาค?

ทีมเจ้าหน้าที่ รพ.สต. และ พี่น้อง อสม.ลุงเขว่า ยินดีบริการและดูแลเตียงข้างทุกคน

สายด่วนกู้ชีพฉุกเฉิน

1669

ช่วยเหลือเหตุเจ็บป่วยฉุกเฉิน ฟรี 24 ชั่วโมง

รพ.สต.ลุงเขว่า

โทร 090-2632191

โทรติดต่อสอบถามในวันและเวลาราชการ

อสม. ประจำหมู่บ้าน

ประสาน อสม. ในเขตดูแล

พร้อมสนับสนุนแจกทรายอะเบท ตัดกรองไข่