

แพทย์เตือนระวังโรคมือ เท้า ปากในเด็ก



ช่วงนี้คงจะได้ยินการระบาดของโรคมือเท้าปากในเด็กกันอย่างกว้างขวาง ยิ่งช่วงเด็กเปิดเทอมการระบาดของโรคยิ่งเพิ่มขึ้น เนื่องจากเด็กยังไม่มีภูมิคุ้มกันที่มากเพียงพอ หากมีการระบาดมากทำให้บางโรงเรียนในเด็กเล็กต้องประกาศหยุดการเรียนการสอน

อาการของโรค หลังจากได้รับเชื้อ 3-6 วัน ผู้ติดเชื้อจะเริ่มแสดงอาการป่วย เริ่มด้วยมีไข้ต่ำๆ อ่อนเพลีย ต่อมาอีก 1-2 วัน จะมีตุ่มแดงขนาด 2-8 มิลลิเมตรที่ลิ้น เหงือก กระพุ้งแก้ม ต่อมาจะเห็นเป็นตุ่มน้ำสีเทาเล็กๆ แต่ตุ่มน้ำจะแตกเร็ว เห็นเป็นแผลตื้นๆ สีออกเหลืองเทา และมีผื่นแดงล้อมรอบแผลเล็กๆ อาจรวมเป็นแผลขนาดใหญ่ ซึ่งแผลเหล่านี้จะเจ็บและทำให้เด็กไม่รับประทานอาหาร อีกทั้งยังทำให้ลิ้นมีสีแดงและบวมได้ แต่รอยโรคเหล่านี้มักจะหายไปภายใน 5-10 วัน

โรคมือเท้าปากเกิดจากเชื้อไวรัส พบได้บ่อยในกลุ่มเด็กทารกและเด็กเล็กอายุต่ำกว่า 5 ปี ความจริงโรคดังกล่าวจะเกิดประปรายตลอดปีแต่จะเพิ่มมากขึ้นในหน้าฝน ที่อากาศเย็นและชื้น

การป้องกันโรคมือเท้าปากนั้น แพทย์แนะนำว่าสามารถป้องกันได้โดยการรักษาสุขอนามัย ผู้ปกครองควรแนะนำบุตรหลานและผู้เลี้ยงดูเด็กให้รักษาความสะอาด ตัดเล็บให้สั้น ล้างมือบ่อยๆด้วยน้ำและสบู่ โดยเฉพาะหลังการขับถ่าย และก่อนรับประทานอาหาร รวมทั้งการใช้ช้อนกลาง และหลีกเลี่ยงการใช้สิ่งของร่วมกัน เช่น แก้วน้ำ ผ้าเช็ดหน้า และผ้าเช็ดมือ เป็นต้น

อย่างไรก็ตาม โรคมือเท้าปากโดยทั่วไปกรณีที่เป็นไม่รุนแรงสามารถหายได้เองภายในเวลา 5-7 วันหรือไม่เกิน 2 สัปดาห์ แต่ถ้าเด็กมีไข้สูง รับประทานอาหารได้น้อยมาก ซึมลง หรือมีอาการชัก ควรรีบพบแพทย์และที่สำคัญที่สุดในการดูแลตัวเอง คือ รับประทานอาหารปรุงสุกใหม่ ช้อนกลาง และล้างมือ