

โรคที่มาพร้อม กับ ฝน



โรคระบบทางเดินหายใจ

อาการ

ปวดศีรษะ ไอแห้ง มีน้ำมูก คัดจมูก
ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ มีไข้สูง

การป้องกัน

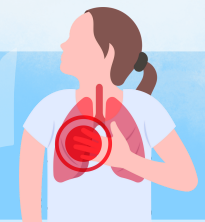
หมั่นล้างมือด้วยสบู่ให้สะอาดอยู่เสมอ ,หลีกเลี่ยงพื้นที่แออัด หรือใส่หน้ากากอนามัยเพื่อป้องกันการติดเชื้อ ,ควรฉีดวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่เป็นประจำทุกปี

อาการ

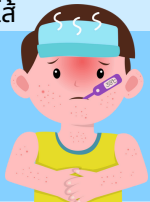
มีไข้สูง ตัวร้อน หน้าแดง เหงื่อออก
หนาวสั่น ไอ มีเสมหะ เจ็บหน้าอก
หายใจเร็ว หายใจลำบาก หอบเหนื่อย
คลื่นไส้

การป้องกัน

ไม่สูบบุหรี่ ,หลีกเลี่ยงควันบุหรี่ ควันไฟ ควันจากท่อไอเสียรถยนต์ หรือ
อากาศที่หนาวเย็น ,สร้างระบบภูมิคุ้มกันให้แข็งแรงด้วยการนอนหลับ
พักผ่อนให้เพียงพอ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ และออกกำลังกาย
อย่างสม่ำเสมอ



โรคปอดอักเสบ หรือ ปอดบวม



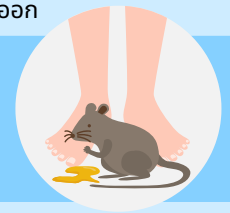
โรคไข้เลือดออก

อาการ

ระยะไข้ มีไข้สูงเกือบตลอดเวลา
ระยะช็อก ไข้เริ่มลดลง มีอาการซึม
ระยะฟื้นตัว อาการต่างๆ จะเริ่มดีขึ้น

การป้องกัน

ป้องกันไม่ให้ยุงกัด กำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ยุงในบ้าน ,ควรเปลี่ยนถ่ายน้ำใน
ภาชนะที่ขังน้ำทุก 7 วัน ,ปิดฝาโถหรือภาชนะอื่นๆ ให้มิดชิด หรือใส่ทรายเคมี
กำจัดลูกน้ำในภาชนะ ,ในผู้ที่เคยเป็นโรคไข้เลือดออกมาแล้ว หลังจากหายป่วย
จากโรคเป็นเวลา 1 ปี ควรรับการฉีดวัคซีนไข้เลือดออก



โรคฉี่หนู

อาการ

เยื่อบุตาบวมแดง เจ็บกล้ามเนื้อ
อย่างรุนแรง มีเลือดออกบริเวณ
ต่างๆ เฉพาะในรายที่มีการ
รุนแรง มีผื่นขึ้นบริเวณผิวหนัง

การป้องกัน

ควรสวมชุดป้องกัน ,หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับสัตว์ที่เป็นพาหะของโรค
,หลีกเลี่ยงอาหารที่ทิ้งไว้ค้างคืนที่ไม่ปิดภาชนะ ,หลีกเลี่ยงการทำงานใน
น้ำหรือต้องลุยน้ำ ลุยโคลนเป็นเวลานานๆ ,รีบอาบน้ำ ทำความสะอาด
ร่างกายโดยเร็วหากย่ำลงไปในพื้นที่ที่สงสัยว่าอาจปนเปื้อนเชื้อ



โรคตาแดง

อาการ

ตาแดง ปวดเล็กน้อยในเช้าตา คัน
ตา เคืองตา รู้สึกเหมือนมีสิ่งแปลก
ปลอมในดวงตา น้ำตาไหล เปลือก
ตาบวม อาจพบตุ่มเล็กๆ

การป้องกัน

หมั่นล้างมือด้วยสบู่บ่อยๆ หลีกเลี่ยงการสัมผัสหรือขยี้ตา มัใช้ยา
หยอดตาขวดเดียวกันกับดวงตาทิ้งสองข้าง ไม่ใช้ผ้าเช็ดตัว
ปกคลุมหน้า ผ้าห่ม ร่วมกับผู้ป่วยโรคตาแดง พักการใช้สายตา และ
พักผ่อนให้เพียงพอ

อาการ

เริ่มด้วยไข้ต่ำ ๆ เจ็บปาก ไม่ยอมรับ
ประทานอาหาร น้ำลายไหล มีผื่นเป็น
จุดแดงขึ้นบริเวณ ฝ่ามือ ฝ่าเท้า
และอาจมีตามลำตัว เช่น ขา

การป้องกัน

แยกผู้ป่วยที่เป็นโรคไม่ให้ไปสัมผัสกับเด็กคนอื่น ผู้ใหญ่ที่ดูแลเด็ก
ควรหมั่นล้างมือเพื่อป้องกันการแพร่เชื้อ และหมั่นทำความสะอาดของ
เล่นและสิ่งแวดล้อมที่เด็กอยู่ทุกวัน



โรค มือ เท้า ปาก

