

เด็กกับโรคหัด

● **นำเสนอเมื่อ** 17 ก.ค. 2555

ฝ่ายสุขศึกษา
สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี กรมการแพทย์
โทร. 0-23547-84333-43

- กลุ่มอาการไข้หวัด เป็นโรคติดเชื้อที่เกิดขึ้นบ่อยที่สุดของเรา โดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กจะเป็นไข้หวัดบ่อยกว่าผู้ใหญ่ เด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี อาจจะเป็นไข้หวัดถึง ปีละ 4-8 ครั้ง
- เชื้อไวรัสหลายชนิด เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดโรคหวัด มักจะเป็นในช่วงเปลี่ยนอากาศ เช่น หนาว หนาวหนาว
- เด็กที่เริ่มเข้าโรงเรียนใหม่ มักจะเป็นหวัดมากขึ้น เนื่องจากได้รับเชื้อจากเด็กคนที่เป็หวัดจากการหายใจหรือสัมผัสเอาละอองน้ำมูก น้ำลายของผู้ป่วยเข้าไป

อาการ

- คัดจมูก น้ำมูกไหล จาม ไอ มีไข้ เจ็บคอ เด็กเล็กอาจมีไข้สูง ส่วนเด็กโตอาจเป็นไข้ต่ำๆ คนอื่นในครอบครัวเดียวกันอาจจะเป็นหวัดพร้อมกันทีเดียวหลายคน

โรคแทรกซ้อน

- หูสว่นกลางอักเสบ ไชนัสอักเสบ ปอดอักเสบ

การรักษา

1. รักษาตามอาการ
2. ให้ดื่มน้ำและเครื่องดื่มอื่นๆ หรือ อาหารเหลว อาหารอ่อนโย่งง่าย
3. ไม่ต้องให้ยาฆ่าเชื้อ
4. ป้องกันการกระจายเชื้อไปสู่ผู้อื่นโดย ปิดปาก จมูก เวลาไอหรือจาม
5. ถ้าทำได้ควรแยกเด็กป่วยจากเด็กอื่น

ปัจจัยเสี่ยงต่อการเป็นไข้หวัด

- เด็กที่มีน้ำหนักแรกเกิดต่ำกว่า 2,500 กรัม
- เด็กขาดสารอาหาร
- ไม่ได้อุดนมแม่
- อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่มีมลภาวะ เช่น มีควันบุหรี่ ควันไฟ ฝุ่นละออง อากาศอับชื้น

โรคแทรกซ้อน ปกติไข้หวัดจะหายภายใน 7-10 วัน พ่อแม่ควรเฝ้าระวังอาการของโรคแทรกซ้อน ดังนี้

- 1) มีไข้สูงและรอกวนมาก อาจเกิดหูชั้นกลางอักเสบ
- 2) ไข้สูง ไอ หายใจเร็ว หนาวอกบวม อาจเป็นปอดอักเสบ

เมื่อสงสัยว่า เด็กเป็นหวัดจะมีโรคแทรกซ้อน ควรพาเด็กไปพบแพทย์

อาการที่ต้องไปพบแพทย์

1. ไข้สูงเกิน 38.0 องศาเซลเซียส ติดต่อกันเกิน 3 วัน
2. ไข้ ไอมาก หายใจเร็ว
3. รอกวน เจ็บหู
4. ไอเสียงก้อง
5. สังเกตการหายใจ
 - 5.1 เด็กอายุต่ำกว่า 1 ปี หายใจเร็วกว่า 50 ครั้ง/นาที
 - 5.2 เด็กอายุ 1-5 ปี หายใจเร็วกว่า 40 ครั้ง/นาที

การป้องกันไข้หวัดและปอดอักเสบ

- ส่งเสริมสุขภาพให้แข็งแรงโดยการรับประทานอาหารให้เหมาะสมครบถ้วนตามวัย
- ออกกำลังกายและพักผ่อนให้พอเหมาะ
- อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่สะอาด โปร่ง และปราศจากมลพิษ
- แต่งตัวให้พอเหมาะ ไม่นหนาวไปร้อนไป
- ฉีดวัคซีนป้องกันโรคตามกำหนด
- อายากลูกคลีกับผู้เป็นไข้หวัด ปอดอักเสบ

ขอบคุณที่มาจาก http://www.thaipedlung.org/common_cold_topic_82008.php