



ประชาสัมพันธ์

ให้ความรู้และวิธีการป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่



อาการของโรคไข้หวัดใหญ่

โดยช่วงของระยะฟักตัว 1-4 วัน จะมีอาการอ่อนเพลีย หายใจหอบ เมื่ออาหาร ปวดศีรษะ ปวดบริเวณรอบดวงตา ตาแดง ปวดแขน ปวดขา มีอาการเจ็บคอ คอแดง มีน้ำมูกหรือเสมหะ ตัวร้อน มีไข้สูงถึง 39 - 41 องศาเซลเซียส และมักมีอาการอาเจียนหรือท้องเสียร่วมด้วย โดยจะเป็นไข้ประมาณ 2 - 4 วัน แล้วไข้จะค่อยๆ ลดลง แต่อาการคัดจมูกและแสบคอยังคงมีอยู่ ซึ่งอาจจะหายได้ในช่วงเวลาประมาณ 1 - 2 สัปดาห์ ช่วงที่ไข้หวัดใหญ่มีอาการรุนแรงและมักเกิดโรคแทรกซ้อน จะพบการอักเสบของเยื่อหุ้มหัวใจ ผู้ป่วยจะมีอาการเจ็บหน้าอก หรือบางครั้งมีอาการหวั่นไหว อาจพบอาการเยื่อหุ้มสมองหรือสมองอักเสบ ซึ่งจะทำให้ผู้ป่วยปวดศีรษะอย่างมาก และมีอาการซึมลงตามมา บางรายอาจมีอาการระบบทางเดินหายใจผิดปกติ เช่น หลอดลมอักเสบ ปอดบวม โดยผู้ป่วยจะมีอาการแน่นหน้าอก หรือเจ็บหน้าอกรุนแรงและเหนื่อยง่ายร่วมด้วย หากอาการไม่ดีขึ้นภายใน 3 วัน เช่น ไข้สูงมากจนเพ้อ ซึม หายใจหอบ หายใจลำบาก เจ็บแน่นหน้าอก หน้ามืด มีอาการขาดน้ำและดื่มไม่เพียงพอ ควรรีบไปพบแพทย์ เพราะอาจมีภาวะแทรกซ้อน หรืออาจมีสาเหตุมาจากโรคอื่นๆ

รู้ไว้
ไข้หวัดใหญ่
วิธีสังเกตอาการ
และดูแลตัวเองเมื่อป่วย



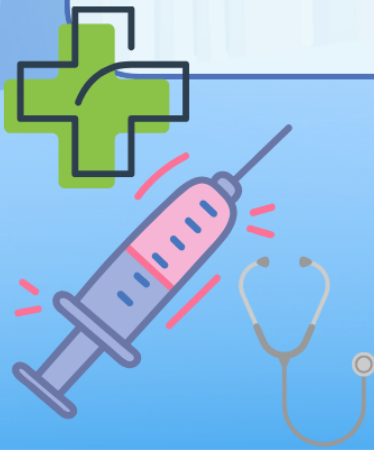
วิธีป้องกันการติดเชื้อไข้หวัดใหญ่

- ฉีดวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่ทุกปี เป็นวิธีที่ดีที่สุดในการป้องกันไข้หวัดใหญ่
- หลีกเลี่ยงการคลุกคลีกับผู้ป่วยที่มีอาการของไข้หวัด หลีกเลี่ยงไปในที่สาธารณะในช่วงที่มีการระบาดของโรค
- ผู้ป่วยและผู้ดูแลผู้ป่วยต้องสวมหน้ากากอนามัยตลอดเวลา(โดยเฉพาะเมื่อมีอาการไอ/จาม)
- ล้างมือหรือทำความสะอาดมือด้วยแอลกอฮอล์ให้เป็นอย่างดี โดยเฉพาะหลังการไอหรือจาม หรือการสัมผัสสิ่งของเครื่องใช้ในที่สาธารณะ และหลังถอดหน้ากากอนามัยทุกครั้ง
- ทิ้งทิชชูที่เช็ดน้ำมูก น้ำลาย หรือหน้ากากที่ใช้แล้วลงถังขยะที่มีฝาปิดมิดชิด
- หลีกเลี่ยงการใช้มือยี้ตาหรือใช้นิ้วแคะจมูก เพราะเป็นช่องทางที่ทำให้เชื้อโรคเข้าร่างกายได้ง่าย
- ไม่ใช้ของส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น ได้แก่ แก้วน้ำ หลอดดูดน้ำ ช้อนส้อม ผ้าเช็ดมือ หรือผ้าเช็ดหน้า
- ใช้ช้อนกลางเมื่อต้องรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่น



ติดต่อสอบถาม

งานบริหารสาธารณสุข สำนักปลัด
เทศบาลตำบลทุ่งทอง
sarabun@tungtong.go.th
โทร. 0-4481-6838





การดำเนินการควบคุมโรคไข้หวัดใหญ่ กรณีเกิดการระบาดในพื้นที่โรงเรียนบ้านหนองโสมง

นายพดล ฐานสินเพิ่ม ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านหนองโสมง ได้แจ้งประกาศหยุดเรียนตั้งแต่วันที่ 25-28 กุมภาพันธ์ 2568 เป็นกรณีพิเศษ เนื่องจากเกิดสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ A ได้พบผู้ติดเชื้อเพิ่มขึ้นภายในโรงเรียนบ้านหนองโสมงเป็นจำนวนมาก และขอความอนุเคราะห์ทางเทศบาลตำบลทุ่งทองลงพื้นที่ตรวจสอบและพ่นยาฆ่าเชื้อเพื่อความปลอดภัย

ทั้งนี้ นายสมถวิล หมั่นอุตส่าห์ นายกเทศมนตรีตำบลทุ่งทอง มอบหมายงานบริหารสาธารณสุขให้ดำเนินการออกควบคุมโรคโดยการฉีดพ่นยาฆ่าเชื้อและให้ความรู้ในการป้องกันและควบคุมการแพร่ระบาดของโรคภายในโรงเรียนบ้านหนองโสมง ใน วันที่ 25 กุมภาพันธ์ 2568 เวลา 14.00 น.



ติดต่อสอบถาม

งานบริหารสาธารณสุข สำนักปลัด
เทศบาลตำบลทุ่งทอง

sarabun@tungtong.go.th

โทร. 0-4481-6838





กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control



ไข้หวัดใหญ่ Influenza

สาเหตุ

เกิดจากเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่ (Influenza virus) ซึ่งจำแนกได้ 3 ชนิด ที่พบมากที่สุดได้แก่ ชนิด A (H1N1) (H3N2) รองลงมาคือ ชนิด B และ C

อาการป่วย



มีไข้สูง



ปวดเมื่อย
กล้ามเนื้อ



มีน้ำมูกใส
ไหลแฉะๆ



เมื่ออาหาร



การแพร่ติดต่อ

แพร่กระจายโดยการไอ หรือจามรดกัน การสัมผัสสิ่งของ
เครื่องใช้ร่วมกัน โดยเชื้อจะเข้าสู่ร่างกายทาง จมูก ตา ปาก

ปิด



ปิดจมูก ปาก
เมื่อไอ หรือ จาม

การป้องกันไข้หวัดใหญ่

ล้าง



ล้างมือบ่อยๆ ด้วยน้ำและสบู่

เลี่ยง



เลี่ยงสถานที่คนหนาแน่น

หยุด



หยุดเรียน หยุดงาน
พักรักษาตัวอยู่บ้าน



ไข้หวัดใหญ่

วายเป็นภัยทำลายสุขภาพ

"ไข้หวัดใหญ่" เกิดจากเชื้อไวรัสที่เรียกว่า ไวรัสไข้หวัดใหญ่ หรือ Influenza virus แบ่งออกเป็น 3 ชนิดตามสายพันธุ์ของเชื้อไวรัส คือ เอ (A) บี (B) และซี (C) โดยไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์เอจะมีความรุนแรงมากที่สุด

อาการ



มีไข้สูง



ร่างกายอ่อนเพลีย



ปวดเมื่อยตามตัว



ปวดศีรษะรุนแรง

ผู้ที่มีความเสี่ยง

- เด็กอายุน้อยกว่า 6 เดือน
- ผู้สูงอายุตั้งแต่ 65 ปีขึ้นไป
- ผู้ที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่อง เช่น ผู้ป่วยที่ได้รับยาเคมีบำบัด ผู้ป่วยที่ได้รับยากดภูมิคุ้มกัน
- ผู้ป่วยที่มีโรคประจำตัวเรื้อรัง เช่น โรคหัวใจ โรคปอด โรคหืด โรคไตวายเรื้อรัง

วิธีการป้องกัน

- รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ พักผ่อนให้เพียงพอ
- ใส่หน้ากากอนามัยเมื่ออยู่ในสถานที่แออัด
- ล้างมือบ่อย ๆ เพื่อลดความเสี่ยงการติดเชื้อ
- ฉีดวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่เป็นประจำทุกปี

