

# โรคไข้หวัดใหญ่

เกิดจากเชื้อไวรัสอินฟลูเอนซา มีอาการคล้ายไข้หวัด (ธรรมดา) แต่รุนแรงกว่า คือ เจ็บคอ มีน้ำมูกใส ไอแห้งๆ ไข้สูง ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย ปวดเมื่อยตามกล้ามเนื้อมาก เบื่ออาหาร และต้องนอนพัก บางรายอาจมีอาการจุกแน่นท้อง คลื่นไส้ อาเจียน ท้องเดินร่วมด้วย



## การแพร่กระจายเชื้อ

เชื้อจะอยู่ในน้ำมูก น้ำลายและเสมหะของผู้ป่วย สามารถแพร่ให้ผู้อื่นได้ตั้งแต่ ๑ วันก่อนมีอาการป่วย จนถึง ๓ วันแรกที่เริ่มป่วย การติดต่อเกิดจากการสัมผัสกับผู้ป่วย หรือสิ่งของเครื่องใช้ที่แปดเปื้อนเชื้อจากผู้ป่วย นอกจากนี้เชื้อไข้หวัดใหญ่ที่แขวนลอยอยู่ในอากาศหลังจากการไอจามยังสามารถอยู่ได้นานและแพร่กระจายไปได้ไกลจึงระบาดได้รวดเร็วกว่าไข้หวัดธรรมดา



## การรักษา



เราสามารถดูแลผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่ที่บ้านเองได้ โดยมีการปฏิบัติคล้ายกับการดูแลไข้หวัด คือ

๑. ให้ผู้ป่วยนอนพัก ไม่ควรออกกำลังกาย ห้ามอาบน้ำเย็น ใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดเพื่อลดไข้ ให้ยาแก้ปวดพาราเซตามอล
๒. จัดอาหารอ่อนให้รับประทาน ต้มน้ำหวาน น้ำผลไม้ น้ำซุบหรือน้ำเกลือแร่ ไม่ควรดื่มน้ำเปล่าอย่างเดียว เพราะจะทำให้ขาดเกลือแร่ได้

ไข้หวัดใหญ่ส่วนใหญ่จะหายใช้ใน ๒-๓ วัน และอาการทุเลาลงได้เอง หากอาการรุนแรงเกินกว่า ๑๐ วัน ควรไปพบแพทย์ ผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่มีความเสี่ยงที่จะเสียชีวิตจากโรคแทรกซ้อน ได้แก่ ปอดบวม ดังนั้น หากพบอาการแน่นหน้าอก และเหนื่อยหอบ ควรนำส่งโรงพยาบาลโดยด่วน ผู้ป่วยเด็ก ผู้ป่วยสูงอายุ และผู้มีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจ โรคไต เบาหวาน หอบหืด ควรพบแพทย์ทันทีเมื่อเป็นไข้หวัดใหญ่

