

แนวทางการควบคุมและป้องกัน โรคไข้หวัดใหญ่ที่ระบาดในเม็กซิโก

วันที่ 29 เมษายน 2552

การติดต่อและอาการของโรค

- เชื้อไวรัสอยู่ในเสมหะ น้ำมูก น้ำลาย
- ทางติดต่อ
 - โดยการถูกผู้ป่วยไอจามรดโดยตรง
 - รับเชื้อทางอ้อมผ่านทางมือหรือสิ่งของเครื่องใช้ที่ปนเปื้อนเชื้อ
- อาการ
 - ใกล้เคียงกับไข้หวัดใหญ่ เช่น ไข้สูง ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ ไอ เจ็บคอ อาจมีอาการอาเจียน ท้องเสีย และหากมีอาการรุนแรงจะมีอาการปวดอวัยวะรุนแรง หอบ หายใจลำบาก

มาตรการดำเนินงาน

ใช้มาตรการการควบคุมและป้องกันโรคไข้หวัดนก/ไข้หวัดใหญ่

- เร่งรัดและเพิ่มระดับความเข้มข้นการเฝ้าระวังโรค
- เตรียมพร้อมด้านการตรวจยืนยันยืนยันเชื้อทางห้องปฏิบัติการ
- เตรียมความพร้อมด้านการดูแลรักษาพยาบาลผู้ป่วย
- สำรองเวชภัณฑ์ อุปกรณ์ป้องกันการติดเชื้อ
- ให้บุคลากร และประชาชนสัมพันธ์
- ตรวจสอบผู้โดยสารที่มาจากต่างประเทศ

กลุ่มเสี่ยง

- ผู้ที่เดินทางจากประเทศที่มีการระบาด
 - นักท่องเที่ยว
 - ประชาชนที่เดินทาง
- ผู้สัมผัสโรค
 - ผู้ให้บริการ : โรงแรม เกสต์เฮาส์ ร้านอาหาร
 - ครอบครัว ชุมชน

การเฝ้าระวังและการป้องกัน

1. หากไม่จำเป็น ควรเลื่อนหรือชะลอการเดินทางไปยังประเทศที่มีการระบาด
2. หลีกเลี่ยงการใกล้ชิดกับผู้มีอาการไอจาม สถานที่แออัด หากต้องเดินทางไปยังประเทศที่ระบาด
3. ผู้ที่เดินทางกลับมาจากพื้นที่ระบาด ถ้ามีอาการของไข้หวัดใหญ่ ภายใน 14 วันหลังเดินทางกลับให้พบแพทย์ และแจ้งประวัติการเดินทางกับแพทย์ด้วย

การเฝ้าระวังและการป้องกัน

4. หากพบว่ามีนักท่องเที่ยว หรือมีผู้ป่วยที่มีอาการคล้ายโรคไข้หวัดใหญ่ ภายในบ้าน โรงแรม เกสต์เฮาส์ สถานประกอบการ สถานที่ทำงาน ให้แจ้ง ศูนย์บริการสาธารณสุข สำนักงานเขต หรือโรงพยาบาลเพื่อดำเนินการป้องกันการแพร่ระบาดในวงกว้างและเพื่อให้ได้รับการรักษาได้ทันเวลาที่
5. สร้างเสริมสุขภาพให้แข็งแรง โดย
 - หมั่นล้างมือบ่อยๆ โดยเฉพาะเวลาไอ จาม
 - รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ดื่มน้ำสะอาดให้พอเพียง
 - นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ
 - ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ