

## โรคไข้ซิกา

โรคไข้ซิกาเกิดจากการติดเชื้อไวรัสซิกา ซึ่งอยู่ในตระกูลฟลาวิไวรัส (flavivirus) มียุงลายเป็นพาหะนำโรค โดยยุงที่เป็นพาหะนำโรคไข้ซิกาเป็นชนิดเดียวกันกับยุงที่เป็นพาหะของโรคไข้เลือดออก โรคไข้ปวดข้อยุงลาย (Chikungunya)

สาเหตุหลักของการติดเชื้อเกิดจากการโดนยุงลายที่มีเชื้อไวรัสซิกาตอมและช่องทางอื่นๆ ที่อาจเป็นไปได้ เช่น การแพร่ผ่านทางเลือด การแพร่จากมารดาที่ป่วยสู่ทารกในครรภ์

### อาการของโรคไข้ซิกา

ระยะฟักตัวของโรคไข้ซิกาใช้เวลาเฉลี่ย ๔-๗ วันหลังโดนยุงกัด (สั้นสุด ๓ วันและยาวสุด ๑๒ วัน)

อาการที่พบบ่อย ได้แก่ มีไข้ มีผื่นแดง เยื่อบุตาอักเสบ ปวดกล้ามเนื้อ ปวดข้อ อ่อนเพลีย ปวดศีรษะ ซึ่งโดยปกติแล้วอาการเหล่านี้จะเป็นเพียงเล็กน้อย ไม่รุนแรง และเป็นอยู่ประมาณ ๒-๗ วัน \*\*\*ยกเว้นในหญิงตั้งครรภ์ซึ่งอาจทำให้เด็กทารกที่คลอดมามีสมองเล็ก (microcephaly) หรือมีภาวะแทรกซ้อนระหว่างตั้งครรภ์ได้

### การรักษาโรคไข้ซิกา

ในปัจจุบันยังไม่มีวัคซีนป้องกันโรคไข้ซิกาโดยเฉพาะ การรักษาทำได้ด้วยการพักผ่อนให้เพียงพอ ดื่มน้ำมากๆ และรักษาตามอาการ เช่น ไข้ยาพาราเซตามอลเพื่อลดไข้หรือบรรเทาอาการปวด ทั้งนี้ห้ามรับประทานยาแอสไพรินหรือยากลุ่มลดการอักเสบที่ไม่ใช่สเตียรอยด์ (NSAIDs) เนื่องจากยาบางชนิดเป็นอันตรายสำหรับโรคนี้ โดยอาจทำให้เลือดออกในอวัยวะภายในได้ง่ายขึ้น

การป้องกันโรคคือหัวใจที่สำคัญที่สุด

วิธีการป้องกันโรคไข้ซิกาสามารถทำได้ดังนี้

- ระวังอย่าให้ยุงกัด วิธีนี้สำคัญที่สุด โดย
  - ใช้ยากำจัดแมลงหรือยาทาป้องกันยุงกัด
  - นอนในมุ้ง และปิดหน้าต่าง ปิดประตูหรือใช้มุ้งลวดติดป้องกันยุงเข้าบ้าน
  - สวมเสื้อแขนยาว กางเกงขายาวให้มิดชิด

- กำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลายโดยการทำความสะอาด การเทน้ำทิ้ง หรือปิดฝาภาชนะที่สามารถบรรจุน้ำได้ เช่น กระถางต้นไม้ เพื่อป้องกันน้ำขังอันจะเป็นแหล่งเพาะพันธุ์ยุง
- หากมีอาการไข้ ออกผื่น ตาแดง ปวดข้อ หรืออาการที่สงสัยว่าอาจเป็นโรคนี้ โดยเฉพาะหญิงตั้งครรภ์ ควรรีบปรึกษาแพทย์และเข้ารับการรักษาทันที
- หญิงตั้งครรภ์ควรหลีกเลี่ยงการเดินทางไปยังประเทศที่มีการระบาด แต่หากจำเป็นต้องเดินทาง ควรปรึกษาแพทย์และป้องกันไม่ให้ถูกยุงกัด

### สิ่งสำคัญที่ควรรู้เพื่อช่วยลดการแพร่กระจายของเชื้อได้ดีที่สุด

- ในระยะ ๗ วันที่เริ่มมีไข้ จะมีปริมาณของเชื้อไวรัสในกระแสเลือดจำนวนมาก หากถูกยุงกัดในช่วงนี้จะสามารถแพร่กระจายเชื้อให้ผู้อื่นได้อย่างมาก
- วิธีที่จะทำให้มีโอกาสดำเนินการแพร่กระจายของเชื่อน้อยที่สุด คือ การป้องกันไม่ให้ตนเองถูกยุงกัด โดยเฉพาะในระยะ ๗ วันแรกที่มีอาการ

สำนักปลัด  
องค์การบริหารส่วนตำบลวังใหม่  
อำเภอป่าบอน จังหวัดพัทลุง