

## คำแนะนำในการป้องกันและควบคุมโรคไข้หวัดนก

กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

๑๔ ตุลาคม ๒๕๖๔

### ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับโรคไข้หวัดนก (Avian Influenza)

โรคไข้หวัดนกเป็นโรคที่เกิดจากการติดเชื้อไวรัส Avian Influenza ชนิด A ซึ่งมีผลต่อระบบทางเดินหายใจ ติดต่อจากการสัมผัสกับสัตว์ปีกป่วยโดยตรง และสัมผัสสารคัดหลั่งจากสัตว์ที่ป่วย เช่น อุจจาระ น้ำมูก น้ำตา น้ำลายของสัตว์ที่ป่วย และมักเอามือมาสัมผัสกับหน้า จมูก หรือปากตนเอง ทำให้รับเชื้อเข้าสู่ร่างกาย หรือโดยทางอ้อมจากการสัมผัสกับสารคัดหลั่งที่ฟุ้งกระจายในบรรยากาศโดยรอบจากการกระพือปีก การสะบัดหัว ของสัตว์ปีกที่ป่วย มีระยะฟักตัว 2-7 วัน อาการที่พบ มีไข้สูง ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ อ่อนเพลีย มีน้ำมูก ไอ เจ็บคอ ในรายที่มีอาการแทรกซ้อนรุนแรง อาจทำให้ระบบหายใจล้มเหลว จนถึงเสียชีวิตได้ในที่สุด ซึ่งพบผู้ที่เสียชีวิต หลังมีอาการ 9 – 10 วัน โดยเฉพาะในเด็ก และผู้สูงอายุ การรักษา ผู้ป่วยที่มีอาการไม่รุนแรงรักษาตามอาการ และการรักษาแบบประคับประคอง ในรายที่พบมีอาการปอดอักเสบแพทย์จะพิจารณาให้ยาต้านไวรัส Oseltamivir สำหรับสัตว์ปีกที่ป่วย มักมีอาการชูปนม ไม่กินอาหาร ขนยุ่ง ขนร่วง ซึม และอาจตายกระทันหัน หรืออาจพบการตายผิดปกติเป็นจำนวนมาก

ดังนั้นเพื่อเป็นการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคไข้หวัดนก กรมควบคุมโรคจึงได้จัดทำคำแนะนำสำหรับประชาชนทั่วไป และกลุ่มเสี่ยงต่างๆ ที่อาจมีโอกาสที่จะสัมผัสสัตว์ปีก และอาจได้รับเชื้อจนอาจเกิดอาการป่วยด้วยโรคไข้หวัดนกได้ ได้แก่ เกษตรกร ผู้เดินทางไปต่างประเทศ ครู และนักเรียน ในโรงเรียนที่มีโครงการอาหารกลางวัน ซึ่งมักมีการเลี้ยงเป็ด และไก่ เพื่อนำไข่ไก่ ไปจัดทำอาหารกลางวันสำหรับนักเรียน เป็นต้น ดังคำแนะนำต่อไปนี้

### การป้องกันสำหรับประชาชนทั่วไป

1. รับประทานเนื้อไก่ และไข่ที่ปรุงสุก
2. หลีกเลี่ยงการสัมผัสสัตว์ปีกที่ป่วย หรือตาย
3. หากต้องสัมผัสกับสัตว์ปีกในระยะที่มีการระบาดในพื้นที่ให้สวมหน้ากากอนามัย หรือสวมถุงมือเพื่อป้องกันการสัมผัสสารคัดหลั่งจากสัตว์ที่ป่วย เช่น อุจจาระ น้ำมูก น้ำตา น้ำลายของสัตว์ที่ป่วย
4. ห้ามนำซากสัตว์ปีกที่ป่วยตายไปปรุงอาหาร หรือให้สัตว์อื่นกิน
5. ล้างมือทุกครั้งหลังจากสัมผัสสัตว์ปีก หรือสารคัดหลั่งของสัตว์ปีกด้วยน้ำ และสบู่
6. หากมีอาการ ไข้ ไอ โดยเฉพาะผู้ที่มีอาชีพเลี้ยงสัตว์ปีก ได้แก่ เป็ด ไก่ หรืออาชีพขนส่ง ข่าแหละ และขายสัตว์ปีก หรือเกี่ยวข้องกับซากสัตว์ ให้รีบไปพบแพทย์ พร้อมแจ้งประวัติการสัมผัสสัตว์ปีก

**กลุ่มเสี่ยง** คือ เกษตรกร นักเรียนที่ในโรงเรียนมีการเลี้ยงสัตว์ปีกเพื่อโครงการอาหารกลางวันสำหรับนักเรียน ผู้ที่มีอาชีพใกล้ชิด และคลุกคลีกับสัตว์ปีก เช่น ผู้เลี้ยง ขำแหละ ขนส่ง ขนย้าย ผู้ขายสัตว์ปีก ซากสัตว์ปีก และบุคลากรทางการแพทย์

### **คำแนะนำการป้องกันตนเองของเกษตรกร**

1. หากมีไก่ เป็ดป่วย หรือตายไม่ว่าด้วยสาเหตุใด ให้รีบปรึกษาเจ้าหน้าที่ปศุสัตว์ในพื้นที่ทันที
2. ต้องไม่นำไก่ เป็ด ที่ป่วย หรือตายออกมาจำหน่าย
3. ทำลายสัตว์ปีกตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่ปศุสัตว์อย่างเคร่งครัด เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อมาสู่สัตว์อื่นหรือคน
4. เกษตรกรผู้เลี้ยงสัตว์ ต้องป้องกันสัตว์ปีกของตนเองไม่ให้ติดเชื้อไข้หวัดนก โดยปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่ปศุสัตว์และเจ้าหน้าที่สาธารณสุขอย่างเคร่งครัด

### **ผู้เดินทางไปต่างประเทศ**

ประชาชนที่เดินทางไปยังพื้นที่ที่พบการเกิดโรค สามารถเดินทางไปยังพื้นที่ดังกล่าวได้ตามปกติ ทั้งนี้

1. ควรรับประทานอาหารปรุงสุก
2. ล้างมือบ่อยๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งก่อนรับประทานอาหาร ในชีวิตประจำวัน
3. ให้หลีกเลี่ยงการสัมผัสสัตว์ปีก
4. หากจะไปตลาดค้าสัตว์มีชีวิตควรหลีกเลี่ยงการสัมผัสสัตว์ รวมทั้งพื้นผิวที่สัตว์เหล่านั้นอยู่
5. หากมีอาการป่วยคล้ายไข้หวัดใหญ่ให้รีบไปพบแพทย์พร้อมแจ้งประวัติการสัมผัสสัตว์ปีก และประวัติการเดินทางไปยังพื้นที่ที่มีการระบาดของโรค

### **คำแนะนำสำหรับสถานศึกษา**

#### **แนวทางปฏิบัติสำหรับครู**

1. หมั่นสังเกตอาการผิดปกติของสัตว์ปีกในโรงเรียน และนักเรียน หรือหากพบนักเรียนมีอาการไข้ และมีโอกาสสัมผัสสัตว์ปีก ให้แจ้งผู้ปกครองนำเด็กนักเรียน พบแพทย์เพื่อรับการรักษาที่เหมาะสมต่อไป และแจ้งประวัติสัมผัสสัตว์ปีก และแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่เพื่อดำเนินการสอบสวนโรคต่อไป
2. หากพบสัตว์ปีกป่วยตายผิดปกติ ให้แจ้งเจ้าหน้าที่ปศุสัตว์ทันที และรอเจ้าหน้าที่เพื่อดำเนินการ ห้ามเคลื่อนย้ายหรือจับสัตว์ป่วยตายไปฝัง ทิ้งลงคลอง บ่อ หรือแหล่งน้ำธรรมชาติ (หากมีความจำเป็นต้องสัมผัสสัตว์ ควรสวมถุงมือยาง ถ้าไม่มี อาจใช้ถุงพลาสติกแบบหนาสวมมือ โดยไม่ต้องจับสัตว์ด้วยมือเปล่า รวมทั้งล้างมือบ่อยๆ ด้วยสบู่และน้ำ ไม่นำมือมาลูบหน้า จมูกหรือปาก)

#### **แนวทางปฏิบัติสำหรับนักเรียน**

- 1 หากพบสัตว์ปีกป่วยตายผิดปกติให้แจ้งครู/ผู้ปกครอง ไม่จับสัตว์ปีกป่วยตายเอง ไม่นำสัตว์ปีกที่ป่วยตายหรือไข่จากสัตว์ปีกที่ป่วย/ตายมารับประทาน และหากมีอาการไข้ ภายใน 2 สัปดาห์ ให้แจ้งครู/ผู้ปกครอง

2 ล้างมือบ่อยๆ ด้วยสบู่และน้ำทุกครั้ง หลังจากสัมผัสสัตว์ปีกและสิ่งคัดหลั่งจากสัตว์ปีก ไม่นำมือมาลูบหน้า จมูก หรือปาก หลังสัมผัสสัตว์ปีก

สามารถติดตามแนวทาง คำแนะนำ และข้อมูลข่าวสารต่างๆ ที่เป็นปัจจุบัน ได้ที่สายด่วน กรมควบคุมโรค หมายเลข ๑๔๒๒ หรือเว็บไซต์กองโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค (<http://beid.ddc.moph.go.th>)

\*\*\*\*\*

รวบรวมและเรียบเรียงโดย : กองโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค