

คู่มือ



การจัดการโรคติดต่อ ที่มีขุงลายเป็นพาหะ

สำหรับอาสาสมัครสาธารณสุข
ประจำหมู่บ้าน (อสม.)



กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control

สำนักโรคติดต่อแนะนำโดยแมลง
กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

www.thaivbd.org



ມາດຖານ

ປ້ອງກັນຍຸງລາຍ

3 ເກັບ 3 ໂຮດ

ປ້ອງກັນ



1. ເກັບນ້ຳ

Clean Water

ອັດຕິກຸລະວາ ເຊ

ນ້ຳລົບລ້າງ

ຈີກສູກ



1. ໂຮໄຂ້ເລືອດອອກ

Dengue Hemorrhagic Fever

ເຊື້ອລູກໂຮໄຂ້

ໄຂ້ເລືອດອອກ

ໂຮໄຂ້

2. ເກັບບ້ານ

Clean House

ບຸກຄົນ ອົບດູອົບດູ

ຮັກສາເຮືອນ

ຜູ້: ກຸສົນ



2. ໂຮຕົດເຊື້ອໄວຣັສຊິກາ

Zika Fever

Zika ບີດ: ຊີດ ເຊື້ອ

ພະຍາດ ເຊື້ອໄວຣັສ Zika

ການຜູ້ເຮັດ ການບຸກຄົນ



3. ເກັບພະ

Clean Garbage

ທຸກໆວິທີ: ເຊື້ອ

ອາຜິດວາຊີດ

ຂີ້ເຫຍື້ອ ການລົບລ້າງ

ສິ່ງອື່ນ ບຸກຄົນ

3. ໂຮໄຂ້ປວດຂ້າຍຸງລາຍ

Chikungunya disease

ທຸກໆວິທີ: ເຊື້ອ: ສາກວາດ, ທຸກໆ ຈິດ

ອາການເຈັບປວດ ຮ່ວມກັນ, ຍຸງ ອາການໄຂ້

ນິຍົມສູກ, ຜູ້ເຮັດ ບຸກຄົນ



คำนำ

ยุงลาย เป็นพาหะนำโรคที่สำคัญ ก่อให้เกิดโรคไข้เลือดออก โรคติดเชื้อมาลาเรีย และโรคไข้ปวดข้อยุงลาย เป็นต้น การที่จะทำให้โรคต่างๆ เหล่านี้หายไปต้องกำจัดพาหะนำโรคให้สิ้นซาก การป้องกัน และควบคุมลูกน้ำยุงลายจึงเป็นภารกิจที่จำเป็นอย่างยิ่ง แต่ประชาชนส่วนใหญ่ยังไม่เห็นความสำคัญ การปฏิบัติตนที่ถูกต้องสามารถป้องกันตนเอง และครอบครัว รวมไปถึงชุมชนให้ปลอดภัยจากโรคได้ ดังนั้นการที่จะป้องกันและควบคุมโรคให้ได้ผล จึงต้องสร้างความตระหนักให้กับประชาชน รวมไปถึงสร้างการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนทั้งภาครัฐ เอกชน และภาคประชาชน

กรมควบคุมโรค โดยสำนักโรคติดต่ออันตรายได้จัดทำคู่มือเล่มนี้เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้และใช้เป็นแนวทางดำเนินงานให้กับภาคีเครือข่าย ประกอบด้วย เนื้อหาความรู้ และแนวทางการทำงานให้กับอาสาสมัครสาธารณสุข และภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้องได้ใช้ประโยชน์จากคู่มือเล่มนี้



ยุงลาย

ยุงลายเป็นแมลงพาหะนำโรคไข้เลือดออก โรคติดเชื้อไวรัสซิกา โรคไข้ปวดข้อยุงลาย มีลำตัวและขาสีขาวสลับดำ ยุงลายมี ๒ ชนิด ได้แก่ ยุงลายบ้าน (*Aedes aegypti*) และยุงลายสวน (*Aedes albopictus*) ออกหากินในเวลากลางวัน หรือตอนเย็นๆ ใกล้พลบค่ำ

ยุงลายบ้าน เป็นยุงที่มีขนาดเล็ก ประมาณ ๓-๔ มม. บินได้ว่องไว มีถิ่นกำเนิดในทวีปแอฟริกา และพบในแถบร้อนชื้น

ยุงลายสวน เป็นยุงลายอีกสายพันธุ์หนึ่งที่เป็นพาหะนำโรคไข้เลือดออก และโรคไข้ปวดข้อยุงลาย มีปริมาณมากกว่ายุงลายบ้าน เพราะสามารถขยายพันธุ์ได้ในบริเวณที่มีต้นไม้มากๆ ในสวน หรือในป่า มักวางไข่บริเวณต้นไม้อ่อน โปรงไม้ ที่มีความชื้น

ยุงลายบ้าน



ยุงลายสวน



วงจรชีวิตยุงลาย



ไข่ยุง ขนาดเล็ก สามารถมองเห็นได้ด้วยตาเปล่า ยุงลาย จะวางไข่ตามผนังภาชนะเก็บกักน้ำ อยู่เหนือระดับน้ำเล็กน้อย ยุงลาย ไข่ครั้งละ ๕๐-๑๕๐ ฟอง ๔-๕ ครั้ง ยุงลาย ๑ ตัว จะผลิตลูกยุง ได้ราว ๕๐๐ ตัว ประมาณ ๒-๓ วัน ไข่ยุงลายจะมีลูกน้ำอยู่ภายใน และสามารถฟักตัวเป็นตัวอ่อน ที่เรียกว่า ลูกน้ำ

ลูกน้ำยุงลาย มีลักษณะเป็นปล้องๆ ลอยอยู่เหนือน้ำ เคลื่อนไหว รวดเร็ว ว่ายน้ำคล้ายงูเลื้อยหรือรูปตัวเอส กินสิ่งมีชีวิตที่อยู่ในน้ำ สาหร่าย และเศษอาหารเน่าเปื่อย ระยะที่เป็นลูกน้ำจะมีอายุประมาณ ๗-๑๐ วัน แล้วลูกน้ำจะลอกคราบกลายเป็นตัวดักแด้ ที่เรียกว่า ตัวโม่่ง ซึ่งเป็นระยะที่ไม่กินอาหาร หลังจากนั้น ๑-๒ วัน ตัวโม่่ง จะลอกคราบกลายเป็นตัวยุงลาย

ยุงลาย เพศผู้ มีอายุ ๗-๑๐ วัน เพศเมีย มีอายุ ๒๐-๔๕ วัน ยุงลายตัวเมียจะผสมพันธุ์เพียงครั้งเดียว และสามารถวางไข่ได้ ตลอดชีวิต อาหารของยุงลาย คือ น้ำหวานจากดอกไม้และผลไม้ จะมี เฉพาะยุงตัวเมียนั่นที่กินเลือด เพื่อนำโปรตีนในเลือดไปพัฒนา ไข่ในท้อง หลังจากกินเลือด ๓ วัน ยุงลายตัวเมียก็จะหาที่วางไข่ ระยะเวลากจากไข่เป็นยุงลาย ใช้เวลา ๑๐-๑๕ วัน หรือ ๘-๑๒ วัน

โรคติดต่อที่มีุงลายเป็นพาหะ

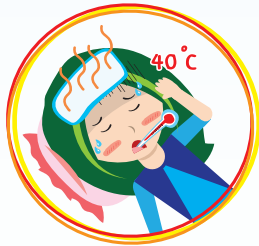
โรคไข้เลือดออก

โรคไข้เลือดออก เกิดจากเชื้อไวรัสเดงกี (Dengue virus) เป็นโรคติดต่อที่มีุงลายเป็นพาหะนำโรค เป็นได้ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ โดยเฉพาะช่วงอายุ ๕-๑๔ ปี ไข้เลือดออกจะระบาดในช่วงฤดูฝน (พฤษภาคม-กันยายน)

อาการ

ส่วนใหญ่ มีไข้สูง $39-40^{\circ}\text{C}$ ปวดศีรษะ ปวดกล้ามเนื้อ ปวดกระดูก และมีจุดแดงที่ผิวหนัง ถ้าติดเชื้อมากครั้งที่ ๒ จะมีอาการรุนแรงกว่าการติดเชื้อมากครั้งแรก อาการสำคัญแบ่งออกเป็น ๓ ระยะ

๑. ระยะไข้ ผู้ป่วยมีไข้สูงตลอดเวลา มักมีหน้าแดง เบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน มักจะไม่ไอ ไม่มีน้ำมูก และอาจมีจุดแดงตามลำตัว แขนขา เป็นอยู่ราว ๒-๗ วัน



๒. ระยะช็อก เกิดในช่วงไข้ลด ผู้ป่วยบางรายจะซึม มือเท้าเย็น ชีพจรเบาแต่เร็ว ปวดท้องบริเวณใต้ชายโครงขวา ปัสสาวะน้อย มีเลือดออกง่าย เช่น เลือดกำเดาไหล อาเจียนเป็นเลือด อุจจาระมีสีดำ ถ้าไม่ได้รับการรักษาที่ถูกต้อง อาจถึงตายได้

๓. ระยะฟื้น อาการต่างๆ จะเริ่มดีขึ้น ผู้ป่วยจะรู้สึกอยากรับประทานอาหาร ปัสสาวะออกมากขึ้น บางรายอาจมีจุดแดงเล็กๆ ตามลำตัว แขน ขา

โรคติดเชื้อไวรัสซิกา

โรคติดเชื้อไวรัสซิกา เกิดจากเชื้อไวรัสซิกา (Zika Virus-ZIKV) มีอยู่หลายเป็นพาหะนำโรค โรคนี้ป่วยแล้วหายเองได้ อาการโรคไม่รุนแรง มีปัญหาเฉพาะกับหญิงตั้งครรภ์ การติดเชื้อในสตรีมีครรภ์อาจทำให้เกิดภาวะศีรษะเล็กในเด็กแรกเกิด พัฒนาการช้า ตัวเล็ก การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสซิกา

เชื้อสามารถแพร่เชื้อโดยยุงลายที่มีเชื้อไปกัดคน หลังจากได้รับเชื้อแล้วมีระยะฟักตัว ๓-๑๒ วัน

อาการของโรค

มีไข้ ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย ตาแดง มีผื่นขึ้น และปวดข้อ และกล้ามเนื้อ อาการเหล่านี้ หากได้รับการรักษาอย่างถูกต้อง จะทุเลาลงภายในเวลา ๒-๗ วัน



การรักษา

ส่วนใหญ่มีอาการไม่รุนแรง สามารถรักษาได้โดย

- พักผ่อนให้เพียงพอ
- ดื่มน้ำมากๆ
- หากมีไข้ให้กินพาราเซตามอล (ห้ามกินแอสไพริน) หากอาการไม่ดีขึ้นควรรีบไปพบแพทย์



โรคไขข้อปวดข้อขลุยลุย

โรคไขข้อปวดข้อขลุยลุย หรือ โรคจิตุนกุนยา เป็นโรคติดเชื้อไวรัสที่มีขลุยลุยเป็นพาหะ ผู้ที่ได้รับเชื้อจะมีอาการไข้สูง และปวดข้อ อาการจะไม่รุนแรงถึงขั้นเสียชีวิต แต่อาการปวดข้ออาจจะต้องใช้เวลาคคลเดือนกว่าจะหาย อาการจะคล้ายโรคไขข้อลอก แต่ต่างกันที่ไม่มีการร่วของพลาสมาออกนอกเส้นเลือด จึงไม่พบผู้ป่วยที่มีอาการรุนแรงมากถึงขั้นช็อก

การแพร่เชื้อของโรคปวดข้อขลุยลุย

ติดต่อกันได้โดยมีขลุยลุยเป็นพาหะนำโรค เมื่อโดนขลุยที่มีเชื้อไวรัสจิตุนกุนยากัดคนทีถูกกัดจะป่วยเป็นโรคไขข้อปวดข้อขลุยลุยได้โดยมีระยะฟักตัว ๒-๔ วัน

อาการของโรค

- มีไข้สูงเฉียบพลันประมาณ ๔๐°C
- มีผื่นแดงขึ้นตามร่างกายและอาจมีอาการคันร่วมด้วย
- ในเด็ก จะมีอาการรุนแรงไม่เท่าผู้ใหญ่ ในผู้ใหญ่อาการเด่นชัดคือ อาการปวดข้อ ซึ่งอาจพบข้ออักเสบได้ ส่วนใหญ่จะเป็นที่ข้อเล็กๆ เช่น ข้อมือ ข้อเท้า อาการปวดจะพบได้หลายๆ ข้อ เปลี่ยนไปเรื่อยๆ อาการจะรุนแรงมากจนบางครั้งขยับไม่ได้
- อาการดังกล่าวจะหายภายใน ๑-๑๒ สัปดาห์ ผู้ป่วยบางราย อาการปวดข้อจะอยู่ได้นานเป็นเดือนหรือเป็นปี

การรักษา

การรักษาจะเป็นไปแบบประคับประคองให้ยาลดไข้ ปวดข้อ และพักผ่อนให้เพียงพอ ยังไม่มีการรักษาที่จำเพาะเจาะจง



การป้องกันภัยจากยุงลาย

การป้องกันตนเอง

- นอนการมุ้ง หรือห้องที่มีมุ้งลวด แม้แต่ตอนกลางวัน
- ใส่เสื้อผ้ามิดชิด
- จุดยากันยุง ใช้ยากากันยุง ใช้กลิ่นกันยุง เช่น ตะไคร้หอม หรือใช้สารเคมีอื่นๆ
- อยู่ในที่มียาอากาศถ่ายเทได้สะดวกและมีแสงสว่าง

การป้องกันในบ้านและชุมชน

- ทำความสะอาดบ้านและที่พักอาศัยสม่ำเสมอไม่ให้เป็นแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลาย
- กำจัดแหล่งน้ำขังภายในบ้านพักอาศัยและชุมชน เช่น กระจับปี่ ขวด ยางรถยนต์ เศษกระถางแตก ฯลฯ ไม่ให้เป็นแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลาย
- ปิดภาชนะใส่น้ำให้มิดชิดไม่ให้ยุงวางไข่
- ปลอ่ยปลาหางนกยูงในอ่างบัว เพื่อให้กินลูกน้ำยุงลาย
- เปลี่ยนน้ำในห้องน้ำ แจกันดอกไม้ ทุก ๗ วัน
- จานรองตู้กับข้าว เปลี่ยนจากใส่น้ำมาใส่ซีอิ๊วหรือน้ำมัน
- กำจัดยุงลายในบ้าน/ในสวน ทุกวัน



บทบาทของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน

การป้องกันโรค

๑. ให้ความรู้แก่ประชาชนผ่านหอกระจายข่าวเป็นประจำทุกสัปดาห์
๒. แนะนำ/กระตุ้น เพื่อนบ้านและชุมชน ดูแลและกำจัดลูกน้ำ ยุงลายในบ้านตนเองทุกสัปดาห์/ทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ยุง และวิธีที่ถูกต้องในการป้องกันยุง เช่น การใช้ยากันยุง ยาพากันยุง การฉีดพ่นสารเคมีกำจัดยุงลายในเวลาที่เหมาะสม
๓. สำรวจค่าดัชนีลูกน้ำยุงลาย ในชุมชน และศาสนสถาน/แหล่งเพาะพันธุ์ บริเวณหลังคาเรือน/ชุมชนที่รับผิดชอบ ทุกสัปดาห์
๔. รายงานผลการสำรวจให้ประธาน อสม.ตำบล/รพ.สต. ทุกสัปดาห์ (ทุกวันศุกร์)

การเฝ้าระวังโรค

๑. สำรวจ/คัดกรอง ผู้ป่วยในพื้นที่รับผิดชอบ ๘-๑๐ หลังคาเรือน
๒. หากพบผู้ป่วย นำส่งโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ทันที
๓. ให้ความรู้ที่ถูกต้องในการควบคุมแหล่งเพาะพันธุ์แก่ชาวบ้าน พร้อมทั้งให้ทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ ยุงลายทันที
๔. รายงานผลการสำรวจให้โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ทุกสัปดาห์
๕. ให้คำแนะนำผู้มีอาการและญาติในการดูแลรักษาเบื้องต้น เช่น ให้นอนในมุ้งป้องกันยุงกัด เพื่อลดโอกาสการแพร่เชื้อโรคในชุมชน
๖. ติดตามอาการผู้ป่วยอย่างใกล้ชิด



การควบคุมโรค

เมื่อทราบว่าผู้ป่วยสงสัย/ผู้ป่วยไข้เลือดออกในหลังคาเรือน
ที่รับผิดชอบ

ให้ดำเนินการ ดังนี้

๑. นำสเปรย์กระป๋องฉีดพ่นกำจัดยุงในบ้านผู้ป่วยทันทีภายใน ๓ ชม.
๒. กำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลายในบ้านผู้ป่วยภายใน ๑ วัน
๓. ประสาน รพ.สต. เพื่อแจ้งทีม SRRT ในเพื่อควบคุมโรค (เชื้อ/คน)
๔. ให้ความรู้ผู้ป่วย ดังนี้
 - การป้องกันตัวเองไม่ให้ถูกยุงกัดเพิ่ม
 - การดูแลรักษา ทานยาลดไข้เฉพาะ พาราเซตามอล เท่านั้น /การทำ น้ำเกลือแร่ทานเอง หรือดื่มน้ำเกลือ แทนการดื่มน้ำ
 - การสังเกตอาการเสี่ยงต่อภาวะช็อก



การกำจัดยุงลายสำหรับประชาชน ทำได้หลายวิธี

- ฉีดด้วยน้ำยาผสมผงซักฟอก น้ำยาล้างจาน แชมพู หรือ สบู่เหลว ผสมกับน้ำในอัตราส่วน ๑ ส่วนต่อน้ำ ๔ ส่วน ในจุดสเปรย์ ฉีดให้ถูกตัวยุง บริเวณที่ยุงชอบพัก เช่น มุมบ้าน หรือเสื้อผ้าที่แขวนไว้



- ใช้กับดักไฟฟ้า แสงไฟจะล่อให้ยุงบินมาสู่กับดักแล้วจะถูกกระแสไฟฟ้าช็อตตายไป (แต่อาจใช้ได้ผลน้อยกว่าการใช้กับยุงรำคาญ)
- ใช้อุปกรณ์กำจัดยุงแบบใช้ถ่านไฟฉาย รูปร่างเหมือนไม้เทนนิส ใช้โบกให้ยุงถูตัวยุง ยุงจะถูกไฟช็อตตาย
- การฉีดด้วยสารเคมีกำจัดยุง เช่น สเปรย์ ฉีดยุงกระป๋อง (ต้องเลือกซื้อฉีดยุง และ แมลงบิน เท่านั้น)

ภูมิปัญญาชาวบ้าน

๑. ตะไคร้ (แกง) ๑ ต้น

- ทุบใส่โองน้ำ เปลี่ยนทุก ๑๐-๑๕ วัน

๒. ข่า (แห้ง) ๓ แว่น

- ใส่ในโองน้ำ เปลี่ยนทุก ๑๐-๑๕ วัน

๓. ขันผง หรือ น้ำมันตะไคร้

- ใส่ในจานรองขาตู้กับข้าวแทนน้ำ

๔. ตะไคร้หอม

- แปรรูปเป็นยาทาแก้คันยุงต่างๆ

๕. ผิวลัมตากแห้ง

- จุดไฟไล่ยุง

๖. สะเดาผสมตะไคร้

- อัตราส่วน ๑ ต่อ ๑ ใส่ในน้ำพอกท่วม วางไว้ให้กลิ่นไล่ยุง

๗. ใช้بيبบรรจุถ่านประมาณครึ่งبيب

- นำไปวางไว้ตรงมุมห้องตอนเย็นๆ ๓-๔ ชั่วโมง แล้วเอาผ้าคลุมبيبไว้ พอเช้าให้นำبيبไปตากแดดเพื่อฆ่ายุง

๘. ปลากินลูกน้ำ เช่น ปลาหางนกยูง ปลากัด





www.thaivbd.org



กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control

สำนักโรคติดต่อนำโดยแมลง
กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข