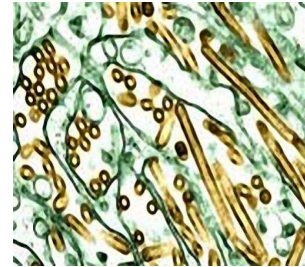


## ไขหวัดนก (Avian Influenza)

### เชื้อไขหวัดนก คืออะไร

เกิดจากเชื้อไวรัส Avian Influenza type A ในตระกูล Orthomyxoviridae ซึ่งเป็น RNA ไวรัสชนิดมีเปลือกหุ้ม โดยมีแอนติเจนที่ผิวที่สำคัญ ได้แก่ Hemagglutinin (H) มี 15 ชนิด และ Neuraminidase (N) มี 9 ชนิด เช่น H5N1



### สัตว์นำโรค

นกเป็ดน้ำ นกอพยพ และนกตามธรรมชาตินั้นแหล่งรังโรคโดยไม่แสดงอาการ เป็ด ไก่ ในฟาร์ม และในบ้านสามารถติดเชื้อและแสดงอาการ

### การติดต่อระหว่างสัตว์

โดยสัตว์นำโรคได้แก่ นกจะขับถ่ายไวรัสออกมาทางอุจจาระ และติดต่อกับสัตว์ปีกที่ได้รับเชื้อทางระบบ ทางเดินหายใจ และทางเดินอาหาร

### ระยะฟักตัวและอาการในสัตว์

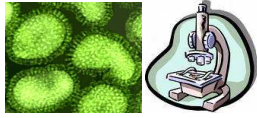
ระยะฟักตัวสั้นเพียงไม่กี่ชั่วโมง ถึง 3 วัน ในสัตว์จะมีอาการซึม ซุปผอม ไม่กินอาหาร ขนยุ่ง ไข่ลด ไอ จาม หายใจลำบาก หน้าบวม หงอนและเหนียงบวม มีสีคล้ำ มีอาการทางประสาท ท้องเสีย อาจตายกะทันหันโดยไม่แสดงอาการ อัตราการตายอาจสูงถึง 100%

### วิธีการติดต่อจากสัตว์สู่คน

คนสามารถติดเชื้อจากสัตว์ได้จากการสัมผัสสัตว์ป่วยโดยตรง และโดยทางอ้อมจากการสัมผัสกับสิ่งคัดหลั่งจากสัตว์ที่เป็นโรคเช่นอุจจาระ น้ำมูก น้ำตา น้ำลายของสัตว์ป่วย จากการแผ่รังสีโรค ยังไม่มีการติดต่อระหว่างคนและคน ผู้ที่มีความเสี่ยงในการเกิดโรค ได้แก่ผู้ที่มีอาชีพและใกล้ชิดสัตว์ปีก เช่น ผู้เลี้ยง ฆ่า ขนส่ง ขนย้าย ผู้ขายสัตว์ปีกและซากสัตว์ปีก สัตวบาล และสัตวแพทย์ รวมถึงเด็ก ๆ ที่เล่นและคลุกคลีกับสัตว์

### ระยะฟักตัวและอาการในคน

ระยะฟักตัวในคนสั้น ประมาณ 1 ถึง 3 วัน ในคนอาจมีอาการทางระบบทางเดินหายใจแบบเฉียบพลัน มีไข้สูง หนาวสั่น ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ อ่อนเพลีย มีน้ำมูก ไอ และเจ็บคอ บางครั้งพบว่ามีอาการตาแดง ซึ่งจะหายเองได้ภายใน 2 ถึง 7 วัน หากมีอาการแทรกซ้อนจะมีอาการรุนแรงถึง



## โรคติดต่อจากไวรัส : ไข้หวัดนก

ปอดบวมและเกิดระบบหายใจล้มเหลว (Acute Respiratory Distress Syndrome) โดยเฉพาะในเด็กและผู้สูงอายุ

### การป้องกันโรค

- หลีกเลี่ยงการสัมผัสสัตว์ปีกที่มีอาการป่วย หรือ ตาย โดยเฉพาะเด็ก
- หากต้องสัมผัสกับสัตว์ปีกในระยะเวลาที่มีการระบาดในพื้นที่ให้สวมหน้ากากอนามัย สวมถุงมือ ล้างมือทุกครั้ง
- หลังการสัมผัสสัตว์ปีกและสิ่งคัดหลั่งของสัตว์ปีกด้วยสบู่และน้ำ
- หากมีอาการเป็นไข้ ไอ โดยเฉพาะผู้มีอาชีพเลี้ยง ฆ่า ขนส่ง ขนย้าย และขายสัตว์ปีก หรือเกี่ยวข้องกับซากสัตว์ปีก ให้รีบมาพบแพทย์และบอกประวัติการสัมผัสพร้อมอาการ



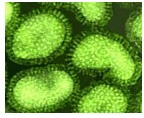
### แนวทางปฏิบัติสำหรับประชาชนเพื่อป้องกันโรค

เพื่อป้องกันโรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ และโรคติดต่อระบบทางเดินอาหาร การบริโภคเนื้อสัตว์รวมทั้งเนื้อไก่และไข่ไก่ จึงควรรับประทานเนื้อที่ปรุงให้สุกเท่านั้น เนื่องจากเชื้อโรคต่างๆ ที่อาจปนเปื้อนมาไม่ว่าจะเป็นไวรัส แบคทีเรีย หรือพยาธิ จะถูกทำลายไปด้วยความร้อน ต้องรับประทานเนื้อไก่และไข่ที่ปรุงสุกเท่านั้น งดการรับประทานอาหารที่ปรุงกึ่งสุกกึ่งดิบ เลือกรับประทานอาหารที่ปรุงสุกอย่างดี โดยเฉพาะในช่วงที่มีปัญหาโรคระบาดในไก่

### แนวทางการป้องกันของกระทรวงสาธารณสุข

#### การเลือกซื้อเนื้อไก่และผลิตภัณฑ์จากไก่

1. ควรเลือกซื้อจากแหล่งที่มีการรับรองมาตรฐาน หรือร้านค้าประจำ และเลือกซื้อไก่สดที่ไม่มีลักษณะบ่งชี้ว่าอาจตายด้วยโรคติดต่อ เช่น เนื้อมีสีคล้ำ มีจุดเลือดออก เป็นต้น สำหรับไข่ ควรเลือกฟองที่ดูสดใหม่ และไม่มีมูลไก่ติดเปลือกที่เปลือกไข่ ก่อนปรุงควรล้างให้สะอาด
2. ไม่ใช้มือที่เปื้อนมาจับต้องจุมูก ตาและปาก และหมั่นล้างมือบ่อย ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งหลังจับต้องเนื้อสัตว์ เครื่องในสัตว์ และเปลือกไข่ที่มีมูลสัตว์เปื้อน
3. ควรแยกเขียงสำหรับหั่นเนื้อไก่ และมีเขียงสำหรับหั่นอาหารที่ปรุงสุกแล้ว หรือผักผลไม้ โดยเฉพาะไม่ใช่เขียงเดียวกัน



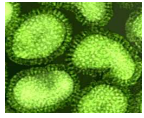
## โรคติดต่อจากไวรัส : ไข้หวัดนก

### การฆ่าและไก่

1. ผู้ฆ่าและไก่อาจมีความเสี่ยงการติดโรคจากสัตว์จึงควรระมัดระวังขณะปฏิบัติงาน ต้องไม่ซื้อไก่ที่มีอาการผิดปกติจากการติดเชื้อ เช่น ซึมหงอย ขนฟู หน้าหงอน หรือเหนียงบวมคล้ำ มีน้ำมูก หรือซี้ไหล เป็นต้น หรือนำไก่ที่ตายมาฆ่าและขาย
2. ไม่ขังสัตว์ปีกจำพวก ไก่ เป็ด ห่าน ที่รอฆ่าและไว้ในกรงใกล้ๆ กัน เพราะจะเป็นปัจจัยเสี่ยงให้เชื้อโรคกลายพันธุ์จนอาจเกิดเชื้อสายพันธุ์ใหม่ ๆ ที่เป็นอันตรายทั้งต่อคน และสัตว์ได้
3. ควรทำความสะอาดกรงและอุปกรณ์อย่างสม่ำเสมอด้วยน้ำผลซ้กฟอก และนำไปฝ้กกลางแดดจัด นอกจากนั้นอาจราดด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อ เดือนละ 1-2 ครั้ง
4. หากสัตว์ที่ฆ่าและมีลักษณะผิดปกติ เช่น มีจุดเลือดออก มีน้ำหรือเลือดคั่ง หรือจุดเนื้อตายสีขาวที่เครื่องในหรือเนื้อมีสีผิดปกติต้องไม่นำไปจำหน่าย และรีบแจ้งเจ้าหน้าที่ปศุสัตว์มาตรวจสอบทันทีเพราะอาจเป็นโรคระบาด
5. ต้องล้างบริเวณฆ่าและสัตว์ให้สะอาดด้วยน้ำผลซ้กฟอก หลังเสร็จสิ้นการฆ่าและไก่ และควรราดน้ำยาฆ่าเชื้อโรค เดือนละ 1-2 ครั้ง
6. ผู้ฆ่าและไก่ควรดูแลระมัดระวังตนเอง โดยใช้อุปกรณ์ป้องกันร่างกาย เช่น พลาสติก หรือผ้ากันเปื้อน ผ้าปิดปากจุมก ถุงมือ แวนตา รองเท้าบู๊ต และต้องหมั่นล้างมือบ่อย ๆ
7. รับประทานอาหารระร่างกายด้วยน้ำและสบู่ให้สะอาดและเปลี่ยนเสื้อผ้าทุกครั้งหลังปฏิบัติงานเสร็จ ส่วนเสื้อผ้าชุดเดิม พลาสติก หรือผ้ากันเปื้อน ผ้าปิดจุมก ถุงมือ แวนตา ควรนำไปซ้ก หรือล้างให้สะอาด และฝ้กกลางแดดให้แห้งสนิทก่อนนำมาใช้อีกครั้ง

### ผู้ขนย้ายสัตว์ปีก

1. ผู้ขนย้ายสัตว์ปีกควรระมัดระวังการติดโรคจากสัตว์และการนำเชื้อจากฟาร์มหนึ่งไปแพร่ยังฟาร์มอื่น ๆ ควรเน้นการปฏิบัติตามคำแนะนำของกรมปศุสัตว์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งงดซื้อสัตว์จากฟาร์มที่มีสัตว์ตายมากผิดปกติ
2. เมื่อขนส่งสัตว์เสร็จในแต่ละวัน ต้องรีบล้างทำความสะอาดรถให้สะอาดด้วยน้ำผลซ้กฟอก สำหรับกรงขังสัตว์ควรราดด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อซ้ำอีกครั้งหนึ่ง
3. ควรดูแลระมัดระวังตนเองอย่างถูกต้อง โดยใช้อุปกรณ์ป้องกันร่างกาย เช่น ผ้าปิดปากจุมก ถุงมือ รองเท้าบู๊ต และต้องหมั่นล้างมือบ่อย ๆ



## โรคติดต่อจากไวรัส : ไข้หวัดนก

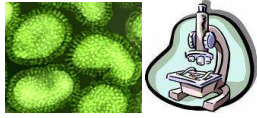
4. รับประทานอาหารร่างกายด้วยน้ำและสบู่ให้สะอาด และต้องเปลี่ยนเสื้อผ้าทุกครั้งหลังปฏิบัติงานเสร็จ ส่วนเสื้อผ้าชุดเดิมและเครื่องป้องกันร่างกายควรนำไปซักหรือล้างให้สะอาด และผึ่งกลางแดดให้แห้งสนิทก่อนนำมาใช้อีกครั้ง

### เกษตรกรผู้เลี้ยงไก่

1. เกษตรกรผู้ประกอบอาชีพเลี้ยงไก่รวมทั้งผู้เลี้ยงสัตว์และผู้ที่ต้องเกี่ยวข้องกับสัตว์ในฟาร์มที่มีการระบาดเป็นกลุ่มประชาชนที่เสี่ยงต่อการติดโรคจากสัตว์ ควรปฏิบัติตามคำแนะนำของกรมปศุสัตว์โดยเคร่งครัด โดยเฉพาะอย่างยิ่งเกษตรกรผู้ประกอบอาชีพเลี้ยงไก่ต้องป้องกันไม่ให้สัตว์อื่น ๆ รวมทั้งนกทุกชนิด และสัตว์พาหะนำโรค เช่น หนู เป็นต้น เข้ามาในโรงเรือน เพราะอาจนำเชื้อโรคเข้ามาแพร่ให้ไก่ได้
2. ต้องรักษาความสะอาดในโรงเรือนให้ที่อยู่เสมอ และหากมีไก่ป่วยหรือตายไม่ว่าด้วยสาเหตุใด ให้รีบแจ้งเจ้าหน้าที่ปศุสัตว์ในพื้นที่ทันที ต้องไม่นำไก่ป่วยหรือตายออกมาจำหน่ายและควรกำจัดทิ้งตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่ปศุสัตว์อย่างเคร่งครัด เช่น อาจฝังให้ลึกแล้วรดน้ำด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อหรือปูนขาว หรือนำไปเผาเพื่อป้องกันการแพร่เชื้อสู่สัตว์ หรือคน
3. ผู้ที่เลี้ยงสัตว์หรือผู้ที่เกี่ยวข้องกับสัตว์ในฟาร์มที่มีการระบาด ไม่ว่าจะจากสาเหตุใด ควรดูแลและระมัดระวังตนเองอย่างถูกต้อง โดยใช้อุปกรณ์ป้องกันร่างกาย เช่น พลาสติก หรือผ้ากันเปื้อน ผ้าปิดปากจมูก ถุงมือ แวนตา รองเท้าบูต และต้องหมั่นล้างมือบ่อยๆ โดยเฉพาะต้องจับต้องสัตว์ป่วยหรือซากสัตว์ที่ตาย
4. รับประทานอาหารร่างกายด้วยน้ำและสบู่ให้สะอาด และต้องเปลี่ยนเสื้อผ้าทุกครั้งหลังปฏิบัติงานเสร็จ เสื้อผ้าชุดเดิม พลาสติกหรือผ้ากันเปื้อน ผ้าปิดปากจมูก ถุงมือ แวนตา ควรนำไปซักหรือล้างให้สะอาด และผึ่งกลางแดดให้แห้งสนิทก่อนนำมาใช้อีกครั้ง

### การป้องกันโรคให้แกเด็ก

เนื่องจากเด็กมักมีนิสัยชอบเล่นคลุกคลีกับสัตว์เลี้ยงรวมทั้งไก่และนก และหากติดเชื้อไข้หวัดนก มักป่วยรุนแรง ดังนั้นในช่วงที่มีโรคระบาดในสัตว์ปีก มีสัตว์ตายมากผิดปกติ พ่อ แม่ ผู้ปกครอง ควรระมัดระวังดูแลเด็กให้ใกล้ชิด และเตือนไม่ให้เด็กจับอุ้มไก่หรือนก หรือจับต้องซากสัตว์ปีกที่ตาย และต้องฝึกนิสัยที่ดีให้เด็ก โดยเฉพาะการล้างมือทุกครั้งหลังจับต้องสัตว์



## โรคติดต่อจากไวรัส : ไข้หวัดนก

หากเด็กมีอาการป่วย สงสัยเป็นโรคติดต่อทางเดินหายใจ ต้องรีบพาไปพบแพทย์เพื่อรับการ รักษาโดยเร็วที่สุด โดยทั่วไปเมื่อได้รับการรักษาและดูแลอย่างถูกต้อง เด็กจะค่อย ๆ มีอาการดีขึ้น ภายใน 2-7 วัน แต่ควรสังเกตอาการอย่างใกล้ชิด หากมีอาการรุนแรงขึ้น เช่น มีอาการหอบ ต้องรีบ พาไปโรงพยาบาลทันที

### คำแนะนำทั่วไปในการรักษาสุขภาพและพฤติกรรมอนามัยเพื่อป้องกันโรคติดต่อ

ควรรักษาร่างกายให้แข็งแรง เพื่อให้ร่างกายมีภูมิคุ้มกันโรคได้ดี โดยการรับประทานอาหาร ให้ครบถ้วน รวมทั้งผักและผลไม้ งดบุหรี่และสุรา นอนหลับพักผ่อนให้พอเพียง ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และในช่วงอากาศเย็น ควรสวมเสื้อผ้าให้ร่างกายอบอุ่น

หากมีอาการไม่สบาย เช่น มีไข้ ปวดศีรษะ หนาวสั่น เจ็บคอ ไอ เป็นต้น ต้องรีบไปพบ แพทย์ทันที และแจ้งแพทย์ด้วยว่าทำงานในฟาร์มเลี้ยงสัตว์ หรือมีประวัติสัมผัสซากสัตว์

### ข้อแนะนำกรณีพบสัตว์ปีกตายผิดปกติ

สัตว์ที่ตายผิดปกติอาจมีสาเหตุมาจากโรคระบาดหลายโรค รวมทั้งโรคไข้หวัดนกด้วย หรือ อาจเกิดจากสาเหตุอื่น ผู้ที่พบเห็นควรปฏิบัติโดยเร็ว ดังนี้

- 1) โทรศัพท์แจ้งให้เจ้าหน้าที่มาตรวจสอบหาสาเหตุ
  - ในเขตกรุงเทพมหานคร แจ้งที่สำนักงานเขตหรือกรมปศุสัตว์ โทร 0-2653-4401
  - ต่างจังหวัด แจ้งเจ้าหน้าที่เทศบาลหรือเจ้าหน้าที่ปศุสัตว์
- 2) เก็บซากสัตว์ใส่ลงในถุงพลาสติกรัดปากถุงให้แน่น ต้องไม่จับซากสัตว์ด้วยมือเปล่า ควรสวมถุงมือยาง ถ้าไม่มีอาจใช้ถุงพลาสติกหนาๆ สวม เจ้าหน้าที่อาจนำซากบางส่วนไปตรวจชั้นสูงตรหาสาเหตุการตายส่วนซากที่เหลือต้องรีบนำไปเผาหรือฝัง หากใช้วิธีฝังควร รดด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อหรือโรยปูนขาว ถ้าหาไม่ได้อาจใช้น้ำเดือดรดที่ซากก่อนกลบดินทับ