

### กินหมูดิบ เสี่ยงพบโรคไข้หูดับไม่รู้ตัว!

ในปัจจุบัน กระแสการกินอาหารประเภท ปิ้งย่าง ชาบู หรือหมูกระทะ กำลังได้รับความนิยมกันอยู่ไม่น้อย โดย 1 ในพฤติกรรมของการกินอาหารเหล่านี้ มักเป็นการใช้พาชนะในการกิน(โดยส่วนใหญ่มักเป็นตะเกียบ) คีบหมูดิบลงหม้อหรือกระทะ แล้วนำตะเกียบนั้นมาคีบอาหารเข้าปากต่อ พฤติกรรมนี้เปรียบเสมือนการกินหมูดิบที่ยังไม่ผ่านการปรุงสุกเลยก็ว่าได้ และมักส่งผลให้เกิดโรคที่หลายๆ คนคุ้นหูอย่าง “โรคไข้หูดับ” ได้โดยไม่รู้ตัว



### เกิดจากการกินหมูดิบจริงหรือไม่?

โรคไข้หูดับมีสาเหตุมาจากการติดเชื้อ **สเตรปโตคอกคัส ซูอิส (Streptococcus Suis)** จากการรับประทานอาหารที่มีเนื้อหรือเลือดหมูแบบดิบและกึ่งสุกกึ่งดิบ หรือผู้ที่ใช้อุปกรณ์ที่สัมผัสกับเนื้อหมูดิบร่วมการรับประทานโดยตรง รวมถึงการสัมผัสเนื้อหมูที่มีเชื้อผ่านทางบาดแผลหรือเยื่อบุตา หรือไปสัมผัสสารคัดหลั่งของหมู เช่น น้ำลาย ก็สามารถทำให้ติดเชื้อไวรัสสเตรปโตคอกคัส ซูอิสที่ก่อให้เกิดโรคหูดับได้

โดยเชื้อไวรัส สเตรปโตคอกคัส ซูอิส จะอาศัยอยู่ในทางเดินหายใจหมู และในเลือดของหมูที่กำลังป่วย โดยทั่วไปแล้วเชืชนิดนี้จะไม่ทำให้เกิดโรค แต่หากหมูเกิดอาการป่วย เชื้อตัวนี้ก็จะเพิ่มจำนวนมากขึ้น จนทำให้หมูตัวนั้นตาย และทำให้ตัวเชื้อสามารถแพร่กระจายจากสัตว์ไปสู่คนได้

### อาการของโรคไข้หูดับ

เมื่อได้รับเชื้อ สเตรปโตคอกคัส ซูอิส เข้าสู่ร่างกาย เชื้อจะมีระยะฟักตัวในร่างกายประมาณ 3-5 วัน ก่อนแสดงอาการ โดยผู้ที่ติดเชื้อจะมีอาการ

- มีไข้สูง
- ปวดศีรษะ วิงเวียนศีรษะจนทรงตัวไม่ได้
- ปวดท้อง ท้องเสีย คลื่นไส้ อาเจียน

- คอแข็งเกร็ง

ในบางรายที่มีอาการรุนแรงก็จะส่งผลให้เยื่อหุ้มสมองอักเสบ และเกิดภาวะแทรกซ้อนตามมาได้ เช่น ประสาทหูอักเสบจนสูญเสียการได้ยิน หูดับหรือหูหนวก ระดับความรู้สึกตัวลดลง หรืออาจร้ายแรงไปจนถึงการติดเชื้อในกระแสเลือด ซึ่งอาจทำให้เป็นอันตรายถึงแก่ชีวิตได้

ดังนั้นหากมีอาการดังที่กล่าวมาข้างต้น หรือมีประวัติสัมผัสหรือบริโภคเนื้อหมูแบบกึ่งสุกกึ่งดิบมาก่อน ในช่วงไม่เกิน 14 วันที่ผ่านมา ควรรีบมาพบแพทย์เพื่อตรวจหาเชื้อ สเตรปโตคอกคัส ซูอิส และเข้ารับการรักษาเพื่อไม่ให้เกิดภาวะแทรกซ้อนตามมา

### กลุ่มเสี่ยงที่ควรระวัง

เป็นกลุ่มที่หากสัมผัสได้รับเชื้อเข้าสู่ร่างกายแล้ว จะมีโอกาสในการเกิดภาวะแทรกซ้อนรุนแรงได้มากกว่าคนทั่วไป ได้แก่

- กลุ่มผู้ป่วยที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคเบาหวาน โรคไตเรื้อรัง
- ผู้ที่มีภาวะภูมิคุ้มกันต่ำ

### การรักษาโรคไข้หูดับ

การรักษาโรคไข้หูดับจะรักษาทั้งการรักษาแบบเจาะจง และรักษาตามอาการ โดยการรักษาแบบเจาะจงแพทย์จะให้ยาปฏิชีวนะผ่านทางหลอดเลือดดำอย่างน้อย 2-3 สัปดาห์ และการรักษาตามอาการเพื่อไม่ให้ผู้ป่วยมีอาการรุนแรงขึ้น เช่น การให้ยาลดอาการปวด ลดไข้ ลดอาการวิงเวียนศีรษะ รวมถึงการรักษาแบบประคองอาการ เช่น การให้สารอาหาร หรือเกลือแร่ให้แก่ผู้ป่วยอย่างเพียงพอ หากผู้ป่วยได้รับการรักษาอย่างทันท่วงที การรักษาก็มักตอบสนองได้ดีและหายขาดได้



## เปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยง...เลี้ยงहुดับ

1. หลีกเลี่ยงการทานเนื้อหมูดิบหรือกึ่งสุกกึ่งดิบ โดยเลือกรับประทานเนื้อหมูที่ปรุงสุก และสะอาดทุกครั้ง
2. หลีกเลี่ยงการใช้อุปกรณ์อันเดียวกันระหว่างอันที่ใช้หยิบเนื้อหมูสุก กับหมูดิบ
3. หลีกเลี่ยงการนำเนื้อหมูที่ป่วยหรือตายโดยไม่ทราบสาเหตุมาบริโภค ควรเลือกซื้อจากแหล่งจำหน่ายที่ถูกต้อง มีมาตรฐาน และผ่านการรับรองจากกรมปศุสัตว์ หรือกรมอนามัย
4. หลีกเลี่ยงการสัมผัสเนื้อหมูสด หรือเนื้อหมูที่ยังไม่ผ่านการปรุงสุก หากจำเป็นต้องสัมผัสควรสวมถุงมือ และล้างมือให้สะอาดทั้งก่อนและหลังสัมผัสทุกครั้ง

หากท่านมีความเสี่ยงต่อโรคไข้หูดับ ควรได้รับการตรวจวินิจฉัยอย่างรวดเร็วที่สุด และถูกต้อง เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดภาวะแทรกซ้อน

ดังนั้นเพื่อไม่ให้เกิดโรคไข้หูดับ เราจึงควรหมั่นให้ความสำคัญกับสุขลักษณะของอาหารก่อนที่จะรับประทานทุกครั้ง และควรรับประทานอาหารที่มั่นใจว่าปรุงสุก เพื่อลดความเสี่ยงของโรคที่อาจจะตามมาได้

### คำถามที่ 1 แบบเลือกตอบ (อย่างน้อย 1 คำถาม)

คำถาม : ข้อใดไม่ใช่อาการของโรคไข้หูดับ

1. มีไข้สูง
2. ปวดศีรษะ วิงเวียนศีรษะจนทรงตัวไม่ได้
3. ปวดท้อง ท้องเสีย คลื่นไส้ อาเจียน
4. แขนขาอ่อนแรง

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ 1 : 4 แขนขาอ่อนแรง

กระบวนการอ่าน : การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์ : บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา : เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง : แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง : บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ : แบบเลือกตอบ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด : ท 1.1, ม. 1/2 : จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

## คำถามที่ 2 แบบเลือกตอบเชิงซ้อน (อย่างน้อย 1 คำถาม)

ข้อความต่อไปนี้สอดคล้องกับบทความให้วงกลมล้อมรอบคำว่า “ใช่” หรือ ถ้าข้อใดไม่สอดคล้องกับบทความให้วงกลมล้อมรอบคำว่า “ไม่ใช่” ดังตัวอย่าง

| ข้อความ                                                                                                          | คำตอบ                                |                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------|
| โรคไข้หูดับมีสาเหตุมาจากการติดเชื้อ สเตรปโตค็อกคัส ซูอิส (Streptococcus Suis)                                    | <input checked="" type="radio"/> ใช่ | <input type="radio"/> ไม่ใช่ |
| ควรใช้อุปกรณ์อันเดียวกันระหว่างอันที่ใช้หยิบเนื้อหมูสุก กับหมูดิบ                                                | <input type="radio"/> ใช่            | <input type="radio"/> ไม่ใช่ |
| เมื่อเชื้อ สเตรปโตค็อกคัส ซูอิส เข้าสู่ร่างกาย เชื้อจะมีระยะฟักตัวในร่างกายประมาณ 3-5 วันก่อนแสดงอาการ           | <input type="radio"/> ใช่            | <input type="radio"/> ไม่ใช่ |
| เลือกรับประทานเนื้อหมูที่ปรุงสุกหรือเนื้อหมูกึ่งดิบกึ่งสุก                                                       | <input type="radio"/> ใช่            | <input type="radio"/> ไม่ใช่ |
| กลุ่มผู้ป่วยที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคเบาหวาน โรคไตเรื้อรังจะมีโอกาสในการเกิดภาวะแทรกซ้อนรุนแรงได้มากกว่าคนทั่วไป | <input type="radio"/> ใช่            | <input type="radio"/> ไม่ใช่ |

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ 2 :

| ข้อความ                                                                                                          | คำตอบ                                |                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------------------|
| โรคไข้หูดับมีสาเหตุมาจากการติดเชื้อ สเตรปโตค็อกคัส ซูอิส (Streptococcus Suis)                                    | <input checked="" type="radio"/> ใช่ | <input type="radio"/> ไม่ใช่            |
| ควรใช้อุปกรณ์อันเดียวกันระหว่างอันที่ใช้หยิบเนื้อหมูสุก กับหมูดิบ                                                | <input type="radio"/> ใช่            | <input checked="" type="radio"/> ไม่ใช่ |
| เมื่อเชื้อ สเตรปโตค็อกคัส ซูอิส เข้าสู่ร่างกาย เชื้อจะมีระยะฟักตัวในร่างกายประมาณ 3-5 วันก่อนแสดงอาการ           | <input checked="" type="radio"/> ใช่ | <input type="radio"/> ไม่ใช่            |
| เลือกรับประทานเนื้อหมูที่ปรุงสุกหรือเนื้อหมูกึ่งดิบกึ่งสุก                                                       | <input type="radio"/> ใช่            | <input checked="" type="radio"/> ไม่ใช่ |
| กลุ่มผู้ป่วยที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคเบาหวาน โรคไตเรื้อรังจะมีโอกาสในการเกิดภาวะแทรกซ้อนรุนแรงได้มากกว่าคนทั่วไป | <input checked="" type="radio"/> ใช่ | <input type="radio"/> ไม่ใช่            |

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: แบบเลือกตอบเชิงซ้อน

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

### คำถามที่ 3 แบบเติมคำตอบแบบปิด (อย่างน้อย 1 คำถาม)

คำถาม จากบทความข้างต้นโรคไข้หูดับมีสาเหตุมาจากการติดเชื้อชนิดใด

คำตอบ สเตรปโตคอคคัส ซูอิส (Streptococcus Suis)

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ 3 : สเตรปโตคอคคัส ซูอิส (Streptococcus Suis)

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: เติมคำตอบ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

### คำถามที่ 4 แบบเติมคำตอบแบบเปิด (อย่างน้อย 1 คำถาม)

คำถาม จากบทความข้างต้น นักเรียนบอกสาเหตุของการเกิดโรคไข้หูดับ

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ 4 :

รับประทานอาหารที่มีเนื้อหรือเลือดหมูแบบดิบและกึ่งสุกกึ่งดิบ หรือผู้ที่ใช้อุปกรณ์ที่สัมผัสกับเนื้อหมูดิบร่วมการรับประทานโดยตรง รวมถึงการสัมผัสเนื้อหมูที่มีเชื้อผ่านทางบาดแผลหรือเยื่อบุตา หรือไปสัมผัสสารคัดหลั่งของหมู เช่น น้ำลาย ก็สามารถทำให้ติดเชื้อไวรัสสเตรปโตคอคคัส ซูอิสที่ก่อให้เกิดโรคหูดับได้

โดยเชื้อไวรัส สเตรปโตคอคคัส ซูอิส จะอาศัยอยู่ในทางเดินหายใจหมู และในเลือดของหมูที่กำลังป่วย โดยทั่วไปแล้วเชืชนิดนี้จะไม่ทำให้เกิดโรค แต่หากหมูเกิดอาการป่วย เชื้อตัวนี้ก็เพิ่มจำนวนมากขึ้น จนทำให้หมูตัวนั้นตาย และทำให้ตัวเชื้อสามารถแพร่กระจายจากสัตว์ไปสู่คนได้

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: เติมคำตอบตอบเชิงซ้อน

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

คำถามที่ 5 แบบเติมคำตอบแบบอิสระ (อย่างน้อย 1 คำถาม)

คำถาม เพราะเหตุใดจึงตั้งชื่อโรคนี้ว่า ไข้หูดับ

คำตอบ นักเรียนเขียนคำตอบที่บ่งบอกถึงการตั้งชื่อโรคไข้หูดับ โดยอธิบายถึงความสมเหตุสมผล

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ 5 : เมื่อติดเชื้อ สเตรปโตคอคคัส ซูอิส (Streptococcus Suis) และมีอาการรุนแรงก็จะส่งผลให้เยื่อหุ้มสมองอักเสบ และเกิดภาวะแทรกซ้อนตามมาได้ เช่น ประสาทหูอักเสบจนสูญเสียการได้ยิน หูดับหรือหูหนวก ระดับความรู้สึกตัวลดลง หรืออาจร้ายแรงไปจนถึงการติดเชื้อในกระแสเลือด ซึ่งอาจทำให้เป็นอันตรายถึงแก่ชีวิตได้

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: เติมคำตอบ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน