

โรคโนโรไวรัส (Norovirus)



เป็นไวรัสขนาดเล็กชนิดหนึ่งมี**รูปร่างคล้ายถ้วย** ซึ่งเป็นสาเหตุที่พบบ่อยที่สุดของการอักเสบของกระเพาะและลำไส้ ซึ่งพบได้ในทุกเพศทุกวัย โดยเฉพาะในเด็ก เนื่องจากเด็กยังไม่ระมัดระวังในเรื่องของการรักษาความสะอาดต่าง ๆ จึงทำให้พบการระบาดของโรคโนโรไวรัสในเด็กได้บ่อย ๆ การติดเชื้อไวรัสชนิดนี้มักพบได้บ่อยในฤดูหนาว และมักพบในโรงเรียน โรงแรม หรือในสถานที่ที่มีคนพลุกพล่าน

โนโรไวรัสเป็นไวรัสที่เป็นปัญหาสำคัญอย่างหนึ่งที่เป็นสาเหตุของอาการท้องเสียในเด็ก โดยเฉพาะในเด็กเล็ก ทำให้มีอาการท้องเสีย คลื่นไส้ อาเจียนรุนแรง ยิ่งหากภูมิคุ้มกันต่ำอาการอาจหนักและร้ายแรงจนเสียชีวิตได้ และเนื่องจากพบมากในเด็กซึ่งยังเป็นวัยที่ไม่รู้จักการป้องกันการติดเชื้อหรือการรักษาความสะอาดอย่างเหมาะสม จึงทำให้มักพบการระบาดอย่างรวดเร็วในโรงเรียนหรือในสถานรับเลี้ยงเด็ก

โนโรไวรัสเป็นไวรัสที่ติดต่อได้ง่าย การได้รับเชื้อเพียงเล็กน้อยก็สามารถทำให้เกิดโรคและมีอาการรุนแรงได้ นอกจากนี้ยังเป็นไวรัสที่**ทนต่ออุณหภูมิ** คือสามารถทนได้ทั้งความเย็นและความร้อน และสามารถอยู่ในสิ่งแวดล้อมได้นานอีกด้วยด้วยอาการเมื่อติดเชื้อโนโรไวรัส

เชื้อโนโรไวรัสจะมีระยะฟักตัวประมาณ **๑๒ - ๔๘** ชั่วโมง หลังได้รับเชื้อ โดยจะมีอาการ ได้แก่

- คลื่นไส้ อาเจียนอย่างรุนแรง
- ถ่ายเหลวเป็นน้ำ
- ปวดท้อง
- ปวดศีรษะ
- มีไข้ต่ำ ๆ หรืออาจมีไข้สูงได้ในบางราย
- อ่อนเพลีย
- ปวดเมื่อยตามตัว
- หากมีการเสียน้ำมาก ๆ อาจมีอาการช็อกได้การระบาดและการติดต่อของโนโรไวรัส

เชื้อโนโรไวรัสมักจะมีการระบาดในฤดูหนาว มักพบการระบาดในสถานที่ที่มีคนหนาแน่น และคนพลุกพล่าน เช่น ในโรงเรียน โรงแรม หรือแม้แต่ในโรงพยาบาล โดยเชื้อโนโรไวรัสนี้จะสามารถอยู่ใน

ร่างกายผู้ป่วยได้นานเป็นสัปดาห์ อีกทั้งยังสามารถตรวจพบเชื้อโนโรไวรัสได้ในอุจจาระของผู้ป่วยได้ แม้ว่าจะไม่มีอาการของโรคแล้วก็ตาม

เชื้อโนโรไวรัสสามารถติดต่อได้ง่าย แพร่ระบาดได้เร็ว การได้รับเชื้อเพียงเล็กน้อยก็สามารถทำให้เกิดอาการได้ โดยการติดต่อสามารถติดต่อได้หลายทาง ได้แก่

- การได้รับเชื้อผ่านทางรับประทานอาหารและเครื่องดื่มที่ปนเปื้อนเชื้อโนโรไวรัส เช่น น้ำดื่ม น้ำแข็ง ผลไม้และผักสด และหอยนางรม เป็นต้น
- มีการสัมผัสโดยตรงกับผู้ป่วยที่ติดเชื้อ
- การสัมผัสหรือปนเปื้อนอุจจาระ หรืออาเจียนของผู้ป่วยที่ติดเชื้อ
- การสัมผัสพื้นผิวที่มีเชื้อโนโรไวรัสปนเปื้อนอยู่
- ในเด็ก อาจมีการจับหรือสัมผัสกับสิ่งของที่มีเชื้อแล้วเอานิ้วเข้าปากการฆ่าเชื้อโนโรไวรัส

เนื่องจากเชื้อโนโรไวรัสเป็นเชื้อที่ทนต่อความร้อนและความเย็น ทนต่อสารฆ่าเชื้อหลาย ๆ ชนิด สามารถอยู่บนพื้นผิวได้นาน ดังนั้นจึงถือว่าเป็นเชื้อที่ทำลายได้ยากชนิดหนึ่ง การใช้ [แอกอฮอลล์เจลไม่สามารถฆ่าเชื้อชนิดนี้ได้](#)

ศูนย์ควบคุมโรคติดต่อสหรัฐอเมริกา (Centers for Disease Control and Prevention; [CDC](#)) มีการแนะนำให้ใช้สารฟอกขาว หรือโซเดียมไฮโปคลอไรท์ (sodium hypochlorite) และสารเคมีชนิดอื่นในการฆ่าเชื้อโนโรไวรัสที่ปนเปื้อนอยู่บนพื้นผิวต่าง ๆ แต่ปัญหาหนึ่งของการใช้โซเดียมไฮโปคลอไรท์คือ มีกลิ่นฉุนค่อนข้างรุนแรงและระคายเคืองต่อผิวหนัง การใช้สารในกลุ่มไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ (hydrogen peroxide) จึงเป็นอีกทางเลือกหนึ่งในการฆ่าเชื้อโนโรไวรัสและปัจจุบันมีการพัฒนาคุณภาพสารฆ่าเชื้อในกลุ่มไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ ให้อยู่ในรูปของ [Accelerated Hydrogen Peroxide-based \(AHP\)](#) ที่มีประสิทธิภาพ [การฆ่าเชื้อโรคโนโรไวรัส](#) ได้ดีขึ้น การป้องกันการติดเชื้อโนโรไวรัส

ปัจจุบันยังไม่มีวัคซีนหรือยาที่รักษาและป้องกันเชื้อโนโรไวรัสได้โดยเฉพาะ และเจลแอลกอฮอล์ก็ไม่สามารถฆ่าเชื้อชนิดนี้ได้ ดังนั้นวิธีป้องกันที่ดีที่สุดคือการรักษาความสะอาดและสุขอนามัยรอบตัว ซึ่งทำได้โดย

- ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ให้สะอาดเป็นประจำหลังเข้าห้องน้ำ และหลังเปลี่ยนผ้าอ้อม
- ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ให้สะอาดเป็นประจำ ก่อนและหลังรับประทานอาหารหรือประกอบอาหาร
- ล้างผักและผลไม้สดให้สะอาดก่อนรับประทาน
- ผู้ป่วยที่ติดเชื้อโนโรไวรัสควรงดการประกอบอาหาร
- ทำความสะอาดพื้นผิวที่สงสัยว่าอาจปนเปื้อนเชื้อโนโรไวรัสด้วยน้ำยาทำความสะอาดที่เหมาะสม
- เด็กที่ป่วยด้วยโนโรไวรัสควรหยุดเรียนเพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ จนกว่าอาการจะดีขึ้นแล้วอย่างน้อย ๔๘ ชั่วโมง

คำถามที่ ๑ แบบเลือกตอบ

คำถาม จากบทความข้างต้นข้อใดไม่ใช่อาการของโรคโนโรไวรัส

๑. คลื่นไส้ อาเจียนอย่างรุนแรง

๒. ถ่ายเหลวเป็นน้ำ

๓. ปวดท้อง

๔. มีอาการคอแห้ง

๕. มีไข้ต่ำ ๆ หรืออาจมีไข้สูงได้ในบางราย

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : ๔. มีอาการคอแห้ง

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: แบบเลือกตอบ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ป.3/5 สรุปความรู้และข้อคิดจากเรื่องที่อ่านเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

คำถามที่ ๒ แบบเลือกตอบเชิงซ้อน (อย่างน้อย ๑ คำถาม)

คำถาม จากข้อความ เรื่อง “โรคโนโรไวรัส ไม่ร้ายแรงแต่รำคาญใจ” ให้นักเรียนพิจารณาว่าข้อมูลที่

กำหนดต่อไปเป็นจริงหรือไม่โดยให้วงกลมล้อมรอบคำว่า “จริง” หรือ “ไม่จริง”

ข้อมูลที่กำหนด	จริง	ไม่จริง
๑. โรคโนโรไวรัส มีสาเหตุมาจากการไม่ระมัดระวังในเรื่องของการรักษาความสะอาด	จริง	ไม่จริง
๒. โรคโนโรไวรัส ไม่เป็นโรคติดต่อ	จริง	ไม่จริง
๓. หากนักเรียนเป็นโรคโรคโนโรไวรัส ควรหลีกเลี่ยงการใกล้ชิดผู้อื่น จริง ไม่จริง	จริง	ไม่จริง
๔. โรคโนโรไวรัส การติดเชื้อไวรัสชนิดนี้มักพบได้บ่อยในฤดูหนาว	จริง	ไม่จริง
๕. เป็นสาเหตุที่พบบ่อยที่สุดของการอักเสบของกระเพาะและลำไส้	จริง	ไม่จริง

เฉลย/แนวคำตอบ

ข้อมูลที่กำหนด	จริง	ไม่จริง
๑. โรคโนโรไวรัส มีสาเหตุมาจากการไม่ระมัดระวังในเรื่องของการรักษาความสะอาด	จริง	ไม่จริง
๒. โรคโนโรไวรัส ไม่เป็นโรคติดต่อ	จริง	ไม่จริง
๓. หากนักเรียนเป็นโรคโรคโนโรไวรัส ควรหลีกเลี่ยงการใกล้ชิดผู้อื่น จริง ไม่จริง	จริง	ไม่จริง
๔. โรคโนโรไวรัส การติดเชื้อไวรัสชนิดนี้มักพบได้บ่อยในฤดูฝน	จริง	ไม่จริง
๕. เป็นสาเหตุที่พบบ่อยที่สุดของการอักเสบของกระเพาะและลำไส้	จริง	ไม่จริง

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: แบบเลือกตอบเชิงซ้อน

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ป.3/5 สรุปความรู้และข้อคิดจากเรื่องที่อ่านเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

คำถามที่ ๓ แบบเติมคำตอบแบบปิด (อย่างน้อย ๑ คำถาม)

คำถาม จากข้อมูล ให้นักเรียนเขียนแนวทางการรักษา “โรคโนโรไวรัส มา ๓ ข้อ

คำตอบ.....

.....

.....

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ :

๑.ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ให้สะอาดเป็นประจำหลังเข้าห้องน้ำ และหลังเปลี่ยนผ้าอ้อม

๒. ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ให้สะอาดเป็นประจำ ก่อนและหลังรับประทานอาหารหรือประกอบอาหาร

๓. ล้างผักและผลไม้สดให้สะอาดก่อนรับประทาน

๔. ผู้ป่วยที่ติดเชื้อโนโรไวรัสควรงดการประกอบอาหาร

๕. ความสะอาดพื้นผิวที่สงสัยว่าอาจปนเปื้อนเชื้อโนโรไวรัสด้วยน้ำยาทำความสะอาดที่เหมาะสม

๖. เด็กที่ป่วยด้วยโนโรไวรัสควรหยุดเรียนเพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ จนกว่าอาการจะดีขึ้นแล้วอย่างน้อย

๔๘ ชั่วโมง

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: เติมคำตอบ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ป.3/5 สรุปความรู้และข้อคิดจากเรื่องที่อ่านเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

คำถามที่ ๔ แบบเติมคำตอบแบบเปิด (อย่างน้อย ๑ คำถาม)

คำถาม หากเพื่อนของนักเรียนมีอาการคล้ายเป็นโรคโนโรไวรัส และหยิบจับขนมเข้าปากตนเองและยังนำไป

ป้อนเพื่อนในห้อง นักเรียนจะมีวิธีการเตือนเพื่อนให้รู้ถึงโทษของการกระทำดังกล่าวอย่างไร

คำตอบ.....

.....

.....

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : บอกเพื่อนให้ทราบถึงอาการดังกล่าวที่เพื่อนเป็นว่ามีอาการคล้ายเป็นโรค
ซึ่งเป็นโรคที่สามารถติดต่อกับผู้อื่นได้โดยง่ายและรวดเร็ว และเพื่อนไม่ควรกระทำพฤติกรรมดังกล่าว
เพราะจะทำให้คนอื่นป่วยได้และอาจเป็นเหตุให้ต้องหยุดเรียนกันทั้งห้องเรียน

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: เติมคำตอบตอบเชิงซ้อน

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ป.3/5 สรุปความรู้และข้อคิดจากเรื่องที่อ่านเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

คำถามที่ ๕ แบบเติมคำตอบแบบอิสระ (อย่างน้อย ๑ คำถาม)

โรคโนโรไวรัสเป็นมากในวัยเด็กเล็ก วัยผู้ใหญ่จึงไม่น่ากลัวอย่างที่คิด

จากคำถามข้างต้น นักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไร ทำไมจึงคิดเช่นนั้น ให้เหตุผลประกอบการอธิบาย

๑. ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย × ลงในวงเล็บหน้าข้อความที่ตรงกับความคิดเห็น เพียง ๑ ข้อ พร้อมบอกเหตุผล
สนับสนุนความคิดเห็น

() เห็นด้วย

() ไม่เห็นด้วย

() เห็นด้วยและไม่เห็นด้วย

เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : ไม่เห็นด้วยเพราะคำกล่าวนี้ เพราะโรคโนโรไวรัส (Norovirus)

เป็นไวรัสขนาดเล็กชนิดหนึ่งมีรูปร่างคล้ายถ้วย ซึ่งเป็นสาเหตุที่พบบ่อยที่สุดของการอักเสบของกระเพาะและ
ลำไส้ ซึ่งพบได้ในทุกเพศทุกวัย โดยเฉพาะในเด็ก เนื่องจากเด็กยังไม่ระมัดระวังในเรื่องของการรักษาความ
สะอาดต่าง ๆ จึงทำให้พบการระบาดของโรคโนโรไวรัสในเด็กได้บ่อย ๆ โนโรไวรัสเป็นไวรัสที่ติดต่อได้ง่าย การ

ได้รับเชื้อเพียงเล็กน้อยก็สามารถทำให้เกิดโรคและมีอาการรุนแรงได้ นอกจากนี้ยังเป็นไวรัสที่ทนต่ออุณหภูมิ คือสามารถทนได้ทั้งความเย็นและความร้อน และสามารถอยู่ในสิ่งแวดล้อมได้นานอีกด้วย

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: เต็มคำตอบ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ป.3/5 สรุปความรู้และข้อคิดจากเรื่องที่อ่านเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน