

ชื่อ นางสาวเตชณี หอมจันทร์ ครูโรงเรียนวัดแก้ว

โรคมือเท้าปาก



โรคมือเท้าปากคืออะไร

โรคมือเท้าปาก เป็นโรคติดต่อที่พบบ่อยในเด็กโดยเฉพาะเด็กอายุน้อยกว่า 5 ปี มักมีการระบาดช่วงฤดูฝน สาเหตุเกิดจากเชื้อไวรัสกลุ่มเอนเทอโรไวรัส มีหลายสายพันธุ์ ส่วนใหญ่มีอาการไม่รุนแรง กรณีที่มีสมองอักเสบร่วมด้วย มักเกิดจากเชื้อเอนเทอโรไวรัส 71 หรือ อีวี 71 มีอาการรุนแรงและเสียชีวิตได้

โรคมือเท้าปากติดต่อได้อย่างไร

เชื้อ ไวรัสแพร่ผ่านทางระบบทางเดินอาหารและการหายใจ สามารถติดต่อโดยตรงจากการสัมผัส น้ำมูก น้ำลาย และอุจจาระของผู้ป่วย สามารถติดต่อโดยอ้อมจากการสัมผัสผ่านของเล่น มือผู้เลี้ยงดู น้ำ และอาหารที่ปนเปื้อนเชื้อ โรคมือเท้าปากมักระบาดในโรงเรียน ชั้ตอนุนบาลเด็กเล็ก หรือสถานรับเลี้ยงเด็ก โรคมีระยะฟักตัวประมาณ 1 สัปดาห์ จึงสามารถติดต่อกันได้โดยที่ยังไม่แสดงอาการ

อาการของโรคมือเท้าปากเป็นอย่างไร

เด็กที่เป็นโรคมือเท้าปาก มีอาการไข้ เจ็บปาก น้ำลายไหล กินอาหารได้น้อย เนื่องจากมีแผลที่กระพุ้งแก้มและเพดานปาก มีผื่นเป็นจุดแดงหรือตุ่มน้ำใสที่บริเวณฝ่ามือ ฝ่าเท้า รอบก้นและอวัยวะเพศ อาจมีผื่นตามลำตัว แขนและขาได้ มักมีอาการประมาณ 2-3 วันและดีขึ้นจนหายใน 1 สัปดาห์ ส่วนใหญ่มีอาการไม่รุนแรง บางรายอาจมีภาวะขาดน้ำจากกินอาหารและน้ำน้อยลง

โรคมือเท้าปากโดยทั่วไปไม่น่ากลัว สามารถหายป่วยได้เอง ส่วนน้อยที่มีอาการรุนแรง มักเกิดจากเชื้ออีวี 71 มีอาการสมองอักเสบร่วมกับระบบหายใจและระบบไหลเวียนเลือดล้มเหลว เสียชีวิตได้อย่างรวดเร็ว เด็กที่มีอาการรุนแรงมักมีไข้สูง ชีพจร อ่อนแรง มือสั่น เดินเซ อาเจียนมาก หายใจหอบ และชัก หากพบอาการเหล่านี้ ควรรีบพาพบแพทย์โดยด่วน

โรคมือเท้าปากรักษาได้อย่างไร

โรคมือเท้าปากยังไม่มียารักษาจำเพาะ หลักการรักษาเป็นการรักษาตามอาการ ให้ยาลดไข้ ยาแก้ปวด ยาชาเฉพาะที่สำหรับแผลในปาก ดื่มน้ำเกลือแร่เพื่อชดเชยภาวะขาดน้ำ เด็กที่มีอาการรุนแรงหรือภาวะแทรกซ้อนจำเป็นต้องได้รับการดูแลรักษาอย่างใกล้ชิด

โรคมือ-เท้า-ปาก ป้องกันได้อย่างไร

ยังไม่มีวัคซีนป้องกันโรคนี้ การป้องกันที่สำคัญคือ แยกผู้ป่วยที่เป็นโรคไม่ให้ไปสัมผัสกับเด็กคนอื่น ผู้ใหญ่ที่ดูแลเด็กควรหมั่นล้างมือ เพื่อป้องกันการถ่ายทอดเชื้อไปยังเด็กคนอื่น หมั่นทำความสะอาดของเล่นและสภาพแวดล้อมทุกวัน การทำความสะอาดโดยใช้สบู่ ผงซักฟอกหรือน้ำยาทำความสะอาดทั่วไปสามารถกำจัดเชื้อได้ ควรระมัดระวังความสะอาดของน้ำ อาหารและสิ่งของที่เด็กอาจเอาเข้าปาก โรงเรียนไม่ควรรับเด็กป่วยเข้าเรียนจนกว่าจะหายดีเพื่อป้องกันการแพร่เชื้อ

ผู้ปกครองควรพาบุตรหลานที่ป่วยไปพบแพทย์ ให้การรักษาตามคำแนะนำของแพทย์ แจ้งโรงเรียนและเด็กควรหยุดเรียนจนกว่าจะหาย ใช้เวลาประมาณ 5-7 วัน โรคนี้หายได้เอง แต่ควรเฝ้าระวังอาการซึ่งเป็นสัญญาณอันตรายของภาวะแทรกซ้อนดังกล่าวข้างต้น

บทความโดย นายแพทย์พรเทพ สวนดอก กุมารแพทย์เฉพาะทางโรคติดเชื้อ โรงพยาบาล

กรุงเทพ

คำถามที่ 1 แบบเลือกตอบ

คำถาม จากบทความข้างต้นข้อใดไม่ใช่อาการของโรคมือเท้าปาก

1. มีอาการไข้
2. เจ็บปาก น้ำลายไหล
3. มีอาการปวดท้อง
4. กินอาหารได้น้อย เนื่องจากมีแผลที่กระพุ้งแก้มและเพดานปาก
5. มีผื่นเป็นจุดแดงหรือตุ่มน้ำใสที่บริเวณฝ่ามือ ฝ่าเท้า รอบก้นและอวัยวะเพศ อาจมีผื่นตามลำตัวแขนและขาได้
6. บางรายอาจมีภาวะขาดน้ำจากกินอาหารและน้ำน้อยลง

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : ๓. มีอาการปวดท้อง

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: แบบเลือกตอบ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ป.3/5 สรุปความรู้และข้อคิดจากเรื่องที่อ่านเพื่อนำไปใช้ใน
ชีวิตประจำวัน

คำถามที่ 2 แบบเลือกตอบเชิงซ้อน (อย่างน้อย 1 คำถาม)

คำถาม จากข้อความ เรื่อง โรคมือเท้าปาก ให้นักเรียนพิจารณาว่าข้อมูลที่กำหนดต่อไปเป็นจริงหรือไม่
โดยให้วงกลมล้อมรอบคำว่า “จริง” หรือ “ไม่จริง”

ข้อมูลที่กำหนด	จริง	ไม่จริง
1. โรคมือเท้าปาก เป็นโรคติดต่อที่พบบ่อยในเด็กโดยเฉพาะเด็กอายุน้อยกว่า ๓ ปี	จริง	ไม่จริง
2. มักมีการระบาดช่วงฤดูฝน	จริง	ไม่จริง
3. เชื้อ ไวรัสแพร่ผ่านทางระบบทางเดินอาหารและการหายใจ สามารถติดต่อโดยตรงจากการสัมผัสน้ำมูก น้ำลาย และอุจจาระของผู้ป่วย	จริง	ไม่จริง
4. เด็กที่เป็นโรคมือเท้าปาก มีอาการปวดท้อง	จริง	ไม่จริง
5. แยกผู้ป่วยที่เป็นโรคไม่ให้ไปสัมผัสกับเด็กคนอื่น ผู้ใหญ่ที่ดูแลเด็กควรหมั่นล้างมือ	จริง	ไม่จริง

เฉลย/แนวคำตอบ

ข้อมูลที่กำหนด	จริง	ไม่จริง
1. โรคมือเท้าปาก เป็นโรคติดต่อที่พบบ่อยในเด็กโดยเฉพาะเด็กอายุน้อยกว่า ๓ ปี	จริง	ไม่จริง
2. มักมีการระบาดช่วงฤดูฝน	จริง	ไม่จริง
3. เชื้อ ไวรัสแพร่ผ่านทางระบบทางเดินอาหารและการหายใจ สามารถติดต่อโดยตรงจากการสัมผัสน้ำมูก น้ำลาย และอุจจาระของผู้ป่วย	จริง	ไม่จริง
4. เด็กที่เป็นโรคมือเท้าปาก มีอาการปวดท้อง	จริง	ไม่จริง
5. แยกผู้ป่วยที่เป็นโรคไม่ให้ไปสัมผัสกับเด็กคนอื่น ผู้ใหญ่ที่ดูแลเด็กควรหมั่นล้างมือ	จริง	ไม่จริง

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: แบบเลือกตอบเชิงซ้อน

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ป.3/5 สรุปความรู้และข้อคิดจากเรื่องที่อ่านเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

คำถามที่ 3 แบบเติมคำตอบแบบปิด (อย่างน้อย 1 คำถาม)

คำถาม จากข้อมูล ให้นักเรียนเขียนแนวทางการรักษา“โรคมือเท้าปาก” มา 3 ข้อ

คำตอบ.....
.....
.....

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ :

1. แยกผู้ป่วยที่เป็นโรคไม่ให้ไปสัมผัสกับเด็กคนอื่น ผู้ใหญ่ที่ดูแลเด็กควรหมั่นล้างมือ เพื่อป้องกันการถ่ายทอดเชื้อไปยังเด็กคนอื่น
2. หมั่นทำความสะอาดของเล่นและสภาพแวดล้อมทุกวัน การทำความสะอาดโดยใช้สบู่ ผงซักฟอกหรือน้ำยาทำความสะอาดทั่วไปสามารถกำจัดเชื้อได้
3. ควรระมัดระวังความสะอาดของน้ำ อาหารและสิ่งของที่เด็กอาจเอาเข้าปาก
4. โรงเรียนไม่ควรรับเด็กป่วยเข้าเรียนจนกว่าจะหายดีเพื่อป้องกันการแพร่เชื้อ
5. ผู้ปกครองควรพาบุตรหลานที่ป่วยไปพบแพทย์ ให้การรักษาตามคำแนะนำของแพทย์ ใช้เวลาประมาณ 5-7 วัน โรคนี้หายได้เอง แต่ควรเฝ้าระวังอาการซึ่งเป็นสัญญาณอันตรายของภาวะแทรกซ้อน

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: เติมคำตอบ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ป.3/5 สรุปความรู้และข้อคิดจากเรื่องที่อ่านเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

คำถามที่ 4 แบบเติมคำตอบแบบเปิด (อย่างน้อย 1 คำถาม)

คำถาม หากเพื่อนของนักเรียนมีอาการคล้ายเป็นโรคมือเท้าปาก และยังแบ่งขนมกับเล่นของเล่นชิ้นเดียวกัน 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 5 แบบเติมคำตอบแบบอิสระ (อย่างน้อย 1 คำถาม)

โรคมือเท้าปาก เป็นโรคนำรังเกียจ

จากคำกล่าวข้างต้น นักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไร ทำไมจึงคิดเช่นนั้น ให้เหตุผลประกอบการอธิบาย

1. ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย × ลงในวงเล็บหน้าข้อความที่ตรงกับความคิดเห็น เพียง 1 ข้อ พร้อมบอกเหตุผล

สนับสนุนความคิดเห็น

() เห็นด้วย

() ไม่เห็นด้วย

() เห็นด้วยและไม่เห็นด้วย

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

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : ไม่เห็นด้วยเพราะคำกล่าวนี เพราะโรคมือเท้าปากโรคมือเท้าปากโดยทั่วไปไม่มากนัก สามารถหายป่วยได้เอง ส่วนน้อยที่มีอาการรุนแรง มักเกิดจากเชื้ออีวี 71 มีอาการสมองอักเสบร่วมกับระบบหายใจและระบบไหลเวียนเลือดล้มเหลว เสียชีวิตได้อย่างรวดเร็ว เด็กที่มีอาการรุนแรงมักมีไข้สูง ชี้น อ่อนแรง มือสั่น เดินเซ อาเจียนมาก หายใจหอบ และชัก หากพบอาการเหล่านี้ควรรีบพาพบแพทย์โดยด่วน

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: เต็มคำตอบ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ป.3/5 สรุปความรู้และข้อคิดจากเรื่องที่อ่านเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน