

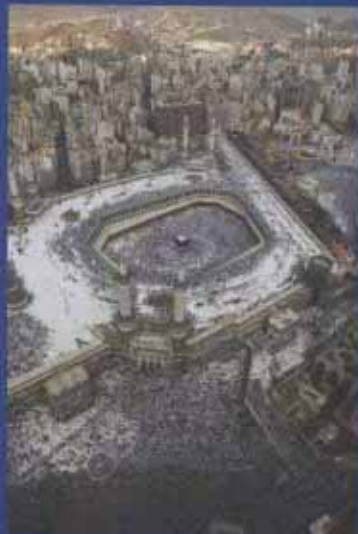


ข้อแนะนำสำหรับผู้ที่จะเดินทาง ไปต่างประเทศ

ผู้ที่จะเดินทางไปในพื้นที่ที่มีโรคชุก เช่น บางประเทศ
ในแถบแอฟริกากลาง และผู้ที่จะไปอยู่ในที่ที่คนมาอยู่
รวมกันอย่างแออัด ควรปรึกษาแพทย์เรื่องการฉีดวัคซีน
ป้องกันก่อนเดินทาง



ประเทศซาอุดีอาระเบีย
ออกกฎ ให้ผู้ที่จะเดินทาง
ไปประกอบพิธีฮัจญ์และ
อุมเราะห์ต้องได้รับการฉีด
วัคซีน และแสดงเอกสาร
ใบรับรองการได้รับวัคซีน
มาแล้วไม่น้อยกว่า 10 วัน
และไม่เกิน 2 ปี ก่อนออก
เดินทาง



สถานที่ติดต่อขอรับการฉีดวัคซีน และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม

- สถาบันบำราศนราดูร กรมควบคุมโรค จังหวัดนนทบุรี
โทร. 0 2590 3430, 0 2590 3688
- ด่านควบคุมโรคติดต่อระหว่างประเทศ
ท่าเรือกรุงเทพ (คลองเตย) โทร. 0 2240 2057
- ที่ทำการแพทย์ตรวจคนเข้าเมือง
ศูนย์ราชการฯ แจ้งวัฒนะ โทร. 0 2143 1466
- สถานเสาวภา สภากาชาดไทย
โทร. 0 2252 0161-4 ต่อ 132
- กองควบคุมโรค สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร
โทร. 0 2247 5069, 0 2245 3082
- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด 14 จังหวัดภาคใต้
- สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 3 ชลบุรี
ดำรง ท่าเรือแหลมฉบัง
โทร. 0 3840 9344, 081 996 1375, 086 790 7739
ดำรง ท่าเรือศรีราชา
โทร. 0 3840 9344, 081 653 1030
ดำรง ท่าเรือมาบตาพุด
โทร. 081 683 3110
- สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 10 เชียงใหม่
โทร. 0 5327 6364 ต่อ 107
- สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 12 สงขลา
ดำรง สะเดา โทร. 0 7455 7260
ดำรง สุโงโก-ลก โทร. 081 097 3699



ตั้ง ภาพ หลังแอ่น



กลุ่มโรคติดต่อระหว่างประเทศ
สำนักโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค
Tel. 0-2590-3232-5
<http://thaigcd.ddc.moph.go.th>



โรคไขก่าฬหลังแอ่น

เป็นโรคติดเชื้อแบคทีเรียชื่อ *Neisseria meningitidis* มีรายงานพบได้ทั่วโลก โดยเฉพาะประเทศในเขตอบอุ่น และเขตร้อน คนทุกกลุ่มอายุเป็นโรคนี้อได้ สำหรับประเทศไทย มีผู้ป่วยประปราย มักพบในเด็กมากกว่าผู้ใหญ่โดยเฉพาะ เด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี พบมากในกลุ่มคนที่อยู่รวมกัน อย่างแออัด และอากาศถ่ายเทไม่สะดวก

การติดต่อของโรค

การติดต่อเกิดขึ้นโดยการคลุกคลีใกล้ชิดกับผู้ป่วย หรือผู้ที่เป็นพาหะ (ผู้ที่มีเชื้อในช่องปากและจมูก แต่ไม่แสดงอาการ) โดยเชื้ออยู่ในละอองน้ำมูก น้ำลาย เมื่อผู้ป่วย หรือผู้เป็นพาหะ ไอ หรือจาม ก็จะสามารถแพร่เชื้อไปสู่คนอื่นได้

ระยะฟักตัว

ระยะเวลาตั้งแต่ได้รับเชื้อจนกระทั่ง เริ่มปรากฏอาการป่วยของโรคนี (ระยะฟักตัวของโรค) มักอยู่ใน ช่วง 2-10 วัน



อาการ

อาการเริ่มด้วยมีไข้สูงทันทีทันใด ปวดศีรษะมาก อ่อนเพลีย คลื่นไส้ อาเจียน เจ็บคอ ปวดข้อ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ โดยเฉพาะที่ขาและหลัง ต่อมาจะมีเลือดออกใต้ผิวหนังเป็น จุดแดงขึ้นตาม ตัว แขน ขา แล้วกลายเป็นจ้ำเลือด ลึคล้ำ และสะเก็ดดำในที่สุด ผู้ป่วยมักมีอาการเยื่อหุ้มสมองอักเสบ คือ มีอาการคอแข็งร่วมด้วย ในรายที่เป็นรุนแรงผู้ป่วย จะซึม ชัก ช็อก และอาจเสียชีวิตได้ ภายใน 24 ชั่วโมง หลังเริ่มมีอาการ



วิธีป้องกัน

โรคนี้สามารถป้องกันได้โดยการปฏิบัติตัวให้แข็งแรง สมบูรณ์ ดังนี้



หลีกเลี่ยงการคลุกคลีใกล้ชิดกับผู้ป่วย หรือผู้เป็นพาหะ



ไม่ควรเข้าไปอยู่ในที่แออัด ผู้คนหนาแน่น อากาศถ่ายเทไม่สะดวกเป็นเวลานาน เพราะจะทำให้มีโอกาสรับเชื้อจากผู้ที่เป็นพาหะได้ง่าย



รักษาสุขภาพให้แข็งแรง โดยการ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ นอนหลับพักผ่อน ให้เพียงพอ หลีกเลี่ยงการทำงานหักโหม ติดต่อกันเป็นเวลานาน และหลีกเลี่ยง ความเครียดซึ่งจะทำให้ร่างกายอ่อนแอ และภูมิต้านทานโรคต่ำ



การฉีดวัคซีนเพื่อเพิ่มภูมิต้านทานโรค ให้กับตนเอง โดยวัคซีนที่ประเทศไทย ใช้เป็นชนิดป้องกันเชื้อได้ 4 ตัว คือ A, C, Y, W135

