

ไข้หวัด



เชื้อโรคเข้าทางจมูก

อาการ คัดจมูก น้ำมูกไหล ไอ เบื่ออาหาร ปวดหัว ตัวร้อน ส่วนใหญ่จะหายได้เองภายใน 7 วัน

การดูแลที่บ้าน

- กินอาหารตามปกติ
- ดื่มน้ำมากๆ
- พักผ่อน
- เช็ดตัวเมื่อมีไข้ เมื่อมีไข้สูงสามารถกินยาพาราเซตามอลได้
- ไอ ให้ป้ายลิ้นด้วยน้ำผึ้งผสมมะนาว หรือมะนาวผสมเกลือ หรือกินยาขับเสมหะเด็ก
- อย่าซื้อยาแก้ไอและยาลดน้ำมูกกินเอง
- สังเกตอาการอันตราย



อันตรายอย่างนี้ต้องรีบพบแพทย์

- มีไข้
- ไม่กินน้ำหรือนม
- หายใจเร็ว เสียงดัง หอบ
- ปวดหู มีน้ำหนองไหล
- เจ็บคอ มีฝ้าขาว หนองในคอ



ป้องกันไข้หวัด จะปฏิบัติอย่างไร

หลีกเลี่ยงการติดเชื้อ

- ไม่คลุกคลีกับผู้ป่วย



- ไม่ไปสถานที่แออัด

- หลีกเลี่ยงมลพิษ
ควันบุหรี่



- ไม่กระทบความร้อน
จัด เย็นจัด



โรคแทรกซ้อนของไข้หวัด

1. ปอดบวม

อาการ มีไข้สูง ไอ หายใจเร็ว ถ้าเป็นมากจะหอบจนชายโครงบวม เล็บมือ เล็บเท้า กระสับกระส่ายหรือซึม ริมฝีปากซีดหรือเขียวคล้ำ



ปอดบวมต้องหาหมอ
อย่ารีรอรักษาเอง

2. คออักเสบ

อาการ คอแดง เจ็บคอ มีไข้ อาจมีตุ่มใสหรือแผลเล็กๆกระจายในช่องปาก มีฝ้าขาว/หนองที่ต่อมทอนซิลหรือที่คอหอย ต่อมน้ำเหลืองใต้คางโต



อาการอย่างใดอย่างหนึ่งดังต่อไปนี้
ต้องพบแพทย์หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข

1. มีไข้สูงเกิน 3 วัน
2. ไม่กินอาหารและน้ำ , หรืออาเจียนมาก
3. มีผื่นขาว หรือหนองที่ต่อมทอนซิลหรือที่คอ
หอย
4. ต่อมน้ำเหลืองใต้คางโตและกดเจ็บ
5. ไอ เสียงก้อง เสียงแหบ หายใจดัง หายใจไม่
ออก

การดูแลที่บ้าน



- ☑ เช็ดตัวเมื่อมีไข้สูง ถ้าไข้ไม่ลดให้กินยา
พาราเซตามอลขนาดตามอายุ ทุก 4 – 6
ชั่วโมง
- ☑ ให้กินน้ำมากๆ และอาหารอ่อน
- ☑ กินยาให้ครบตามแพทย์สั่ง เพื่อป้องกัน
อันตรายและโรคแทรกซ้อน



3. หูอักเสบและหูน้ำหนวก

อาการ ปวดหูมาก มีไข้ ในเด็กเล็กๆ จะร้องกวน
ผิดปกติ อาจมีหนองไหลจากหู ถ้าเป็น
มาก บริเวณหลังใบหูจะบวมและกดเจ็บ
ควรรักษาให้ถูกต้องและทันที่วงที่ โดย
ไปพบแพทย์ หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข
โดยเร็ว มิฉะนั้นอาจกลายเป็นโรคหู
น้ำหนวกเรื้อรัง หูหนวก บางรายโรค
รุกรามเข้าสู่สมอง มีอันตรายถึงชีวิตได้

การดูแลที่บ้าน

- ☑ เช็ดหูให้แห้ง ตามคำแนะนำ
- ☑ กินยาให้ครบ กลับมาตรวจตามแพทย์นัด
- ☑ ถ้ามีอาการบวม เจ็บบริเวณหลังหู, อาเจียน
ให้กลับมาพบแพทย์



ลูกรักเป็น... หวัด



จะปฏิบัติอย่างไร ?

จัดพิมพ์โดย...กลุ่มงานสุขศึกษา
โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์
จังหวัดนครสวรรค์
โทร . 0-5621-9888 ต่อ 5200 , 9801