

คำแนะนำประชาชน เรื่อง การป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า

กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

๑๕ สิงหาคม ๒๕๕๗

จากกรณีพบการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่าในประเทศแถบแอฟริกาตะวันตก ได้แก่ กินี ไคบีเรีย เซียร์ราเลโอน และเมืองลากอส ประเทศไนจีเรีย นั้น สำหรับในประเทศไทย ยังไม่เคยพบมีรายงานผู้ป่วยด้วยโรคติดเชื้อไวรัสอีโบลามาก่อน โรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า เกิดจากเชื้อไวรัสอีโบล่า ผู้ป่วยส่วนใหญ่จะมีไข้สูงทันทีทันใด อ่อนเพลีย ปวดศีรษะ ปวดกล้ามเนื้อ และเจ็บคอ ตามด้วยอาการ อาเจียน ท้องเสีย และมีผื่นนูนแดงตามตัว ในรายที่มีอาการรุนแรงและเสียชีวิตจะพบมีเลือดออกง่าย โดยอาจมีเลือดออกภายในและภายนอกร่างกาย มักเกิดร่วมกับภาวะตับถูกทำลาย ไตวาย หรือก่อให้เกิดอาการของระบบประสาทส่วนกลาง ช็อก และเสียชีวิต

ถึงแม้โรคนี้อย่างไม่เคยเกิดขึ้นในประเทศไทย แต่อาจมีประชาชนบางกลุ่ม รวมถึงนักท่องเที่ยวเดินทางไปในประเทศที่มีการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า ดังนั้น เพื่อให้ประชาชนทั่วไป และผู้เดินทางไปยังต่างประเทศ มีความรู้ในการป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากโรคดังกล่าว กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข จึงขอคำแนะนำแก่ประชาชน เรื่อง การป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่าสำหรับผู้เดินทางไปต่างประเทศ นักท่องเที่ยว ผู้ประกอบการท่องเที่ยว และประชาชนทั่วไป ดังนี้

คำแนะนำสำหรับประชาชนทั่วไป

๑. ติดตามข้อมูลข่าวสารที่เป็นทางการจากกระทรวงสาธารณสุข
๒. ไม่สัมผัสสัตว์ป่าที่นำเข้ามาโดยไม่ผ่านการตรวจโรคทั้งที่ป่วยหรือไม่ป่วย
๓. ไม่รับประทานสัตว์ป่าทุกชนิด โดยเฉพาะสัตว์จำพวกลิง หรือค่างคาว หรืออาหารเมนูพิสดารที่ใช้สัตว์ป่า หรือสัตว์แปลกๆ มาประกอบอาหาร

คำแนะนำสำหรับผู้เดินทางไปยังประเทศที่มีการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่า

๑. หลีกเลี่ยงหรือชะลอการเดินทางไปในประเทศที่มีการระบาด (ขณะนี้ มี ๔ ประเทศ ได้แก่ กินี ไคบีเรีย เซียร์ราเลโอน และเมืองลากอส ประเทศไนจีเรีย)
๒. หากจำเป็นต้องเดินทางไปประเทศที่มีการระบาด ต้องไม่รับประทานเนื้อสัตว์ป่าทุกชนิด หรืออาหารเมนูพิสดารที่ใช้สัตว์ป่า หรือสัตว์แปลกๆ มาประกอบอาหาร
๓. ไม่สัมผัสสัตว์ป่าทุกชนิด โดยเฉพาะสัตว์จำพวก ลิง หรือค่างคาว
๔. หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับสารคัดหลั่ง เช่น เลือด น้ำเหลือง หรือสิ่งของเครื่องใช้ของผู้ป่วยที่อาจปนเปื้อนกับสารคัดหลั่งของผู้ป่วย หรือศพของผู้ป่วยที่เสียชีวิต
๕. หลีกเลี่ยงการสัมผัสโดยตรงกับผู้ป่วย หากมีความจำเป็นให้สวมอุปกรณ์ป้องกันร่างกาย และล้างมือบ่อยๆ ด้วยน้ำและสบู่ให้สะอาด
๖. ไม่ล้างแคชและกะเภา และช้อนช้อน ด้วยมือที่ยังไม่ได้ล้างให้สะอาด
๗. ไม่มีเพศสัมพันธ์กับคนที่ไม่ใช่คู่นอน หรือคู่อุปถัมภ์
๘. ไม่ซื้อยากินเอง เวลาเจ็บป่วยด้วยอาการไข้
๙. หากมีอาการป่วย เช่น มีไข้สูง อ่อนเพลีย ปวดศีรษะ ปวดกล้ามเนื้อ เจ็บคอ อาเจียน ท้องเสีย และมีผื่นนูนแดงตามตัว ให้รีบพบแพทย์ทันทีพร้อมแจ้งประวัติการเดินทาง

องค์การอนามัยโลกได้ประกาศให้การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสอีโบล่าในแอฟริกาตะวันตกเป็นภาวะฉุกเฉินด้านสาธารณสุขระหว่างประเทศ (Public Health Emergency of International Concern ; PHEIC) แต่อย่างไรก็ตาม องค์การอนามัยโลก ไม่แนะนำให้จำกัดการเดินทางหรือการค้าระหว่างประเทศ

สำหรับประเทศไทย ยังมีความเสี่ยงในระดับที่ต่ำมาก เนื่องจากผู้ที่ติดเชื้อส่วนใหญ่ มีการติดเชื้อโดยตรงจากการสัมผัสกับของเหลวในร่างกาย หรือสารคัดหลั่งของผู้ป่วย หรือศพ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในโรงพยาบาล จากการใช้อุปกรณ์ทางการแพทย์ (เข็มและหลอดฉีดยา) ที่ปนเปื้อนเชื้อ รวมถึงไม่มีการป้องกันเมื่อมีการสัมผัสกับสารคัดหลั่งที่ติดเชื้อ

สามารถติดตามแนวทาง คำแนะนำและข้อมูลข่าวสารต่างๆ ที่เป็นปัจจุบันได้ที่ สายด่วนกรมควบคุมโรค หมายเลข ๑๔๒๒ หรือเว็บไซต์สำนักโรคติดต่ออุบัติใหม่ กรมควบคุมโรค (<http://beid.ddc.moph.go.th>)

รวบรวมและเรียบเรียงโดย : สำนักโรคติดต่ออุบัติใหม่ กรมควบคุมโรค
<http://beid.ddc.moph.go.th>