

**คำแนะนำกระทรวงสาธารณสุข**  
**เรื่อง โรคไข้หวัดใหญ่ที่ระบาดในเม็กซิโก**  
**ฉบับที่ 2**

.....

**สถานการณ์โรค**

ความคืบหน้าสถานการณ์ไข้หวัดใหญ่ที่ระบาดในเม็กซิโก ข้อมูลองค์การอนามัยโลก ณ วันที่ 29 เมษายน 2552 มีผู้ป่วยที่มีผลยืนยันทางห้องปฏิบัติการในเม็กซิโก 26 ราย เสียชีวิต 7 ราย สหรัฐอเมริกา มีผู้ป่วย 91 ราย โดยพบผู้ป่วยใน 10 มลรัฐ ได้แก่ แคลิฟอร์เนีย 14 ราย เท็กซัส 16 ราย (เสียชีวิต 1 ราย) นิวเจอร์ซีย์ 51 ราย แคนซัส 2 ราย แมสซาชูเซตส์ 2 ราย มิชิแกน 2 ราย โอไฮโอ 1 ราย อริโซนา 1 ราย อินเดียนา 1 ราย และ เนวาดา 1 ราย นอกจากนั้นยังพบผู้ป่วยติดเชื้อหลังกลับจากเม็กซิโก ได้แก่ ออสเตรเลีย 1 ราย แคนาดา 13 ราย เยอรมนี 3 ราย อิสราเอล 2 ราย นิวซีแลนด์ 3 ราย สเปน 4 ราย และ สหราชอาณาจักร 5 ราย ไม่มีผู้เสียชีวิต โดยขณะนี้ ประเทศเม็กซิโกมีมาตรการตรวจคัดกรองโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ในผู้โดยสารเครื่องบินขาออก ดังนั้น อาจมีผลให้การเดินทางของท่านล่าช้าไปบ้าง

เมื่อวันที่ 25 เมษายน 52 องค์การอนามัยโลกได้ประกาศให้สถานการณ์โรคไข้หวัดใหญ่ที่ระบาดในเม็กซิโก เป็นภาวะฉุกเฉินทางด้านสาธารณสุขระหว่างประเทศ (Public Health Emergency of International Concern : PHEIC )

วันที่ 27 เมษายน 52 ได้ประกาศปรับเตือนการระบาดจากเดิม ระดับ 3 เป็นระดับ 4 พร้อมทั้งแนะนำมาตรการว่า ไม่ควรจำกัดการเดินทางหรือปิดพรมแดน หากประชาชนมีอาการป่วยคล้ายไข้หวัดใหญ่ ควรเลื่อนการเดินทางระหว่างประเทศและหากเริ่มป่วยหลังจากการเดินทางระหว่างประเทศ ควรไปพบแพทย์ทันที นอกจากนี้ การบริโภคเนื้อหมูหรือผลิตภัณฑ์จากหมูที่ปรุงสุก ไม่มีความเสี่ยงในการติดเชื้อไวรัสชนิดนี้ ประชาชนทั่วไปควรล้างมือด้วยสบู่และน้ำ บ่อยๆ และหากเริ่มมีอาการป่วยคล้ายไข้หวัดใหญ่ ควรไปพบแพทย์

ล่าสุดวันที่ 29 เมษายน 2552 องค์การอนามัยโลกได้ประกาศยกระดับการเตือนการระบาดเป็นระดับ 5 และเน้นย้ำให้ทุกประเทศเริ่มปฏิบัติตามแผนเตรียมความพร้อมสำหรับการระบาดใหญ่ของไข้หวัดใหญ่ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง มาตรการเฝ้าระวังโรคอย่างเข้มข้น การค้นหาโรคได้รวดเร็ว การรักษาพยาบาล และการป้องกันการติดเชื้อในโรงพยาบาลในสถานบริการสาธารณสุข

**สถานการณ์ในประเทศไทย** จากการเฝ้าระวังโรคอย่างเข้มข้นได้ตรวจผู้เดินทางมาจากพื้นที่ที่มีการระบาดโดยเฉพาะอย่างยิ่งประเทศเม็กซิโกและสหรัฐอเมริกา และได้ตรวจสอบทางห้องปฏิบัติการแล้ว 3 ราย ยังไม่พบผู้ป่วยจากโรคนี้

**การป้องกันควบคุมโรค** ประเทศไทยได้มีการเตรียมความพร้อมสำหรับการระบาดใหญ่ของไข้หวัดใหญ่ มาตั้งแต่ปีพ.ศ. 2547 และหน่วยงานต่างๆ กำลังดำเนินงานตามแผนเตรียมความพร้อม มาตรการสำคัญในขณะนี้ ได้แก่

### 1. มาตรการสกัดกั้นโรค มิให้แพร่เข้าประเทศไทย

- เร่งรัดการเฝ้าระวังในผู้ที่เดินทางมาจากต่างประเทศ
- คัดกรองผู้เดินทางมาจากต่างประเทศ โดยติดตั้งเครื่องตรวจวัดอุณหภูมิ (เทอร์โมสแกน) ที่สนามบินนานาชาติทุกแห่ง
- แจกเอกสารคำแนะนำการดูแลตนเองและบอกแหล่งข้อมูลในการติดต่อกับทางราชการ (Health Beware Cards)
- ขอความร่วมมือสายการบินจากต่างประเทศแจกแบบฟอร์ม ให้ผู้เดินทางกรอกเพื่อการติดตามอาการ
- ขอความร่วมมือบริษัททัวร์ โรงแรม สายการบินในการดูแล แนะนำ ป้องกันโรคในผู้เดินทางระหว่างประเทศ

### 2. มาตรการค้นหาผู้ป่วยและ แก้ไข หากพบผู้ป่วยในประเทศ

- เร่งปรับระบบการเฝ้าระวังโรคค้นหาผู้ป่วยให้เร็วที่สุด
- เร่งเพิ่มระดับความพร้อมระบบการดูแลผู้ป่วย รวมทั้งจัดห้องแยก และเวชภัณฑ์

### 3. มาตรการทั่วไป

- ให้คำแนะนำ เผยแพร่ความรู้ ให้กับประชาชน แจ้งเตือนประชาชนหลีกเลี่ยงการเดินทางไปพื้นที่ที่มีการระบาดของโรค
- ประธานองค์การอนามัยโลก ขอให้ประเทศที่มีการระบาด ตรวจสอบอาการของผู้เดินทางก่อนออกเดินทาง (Exit screening)

เนื่องจากในปัจจุบัน ประเทศไทย ยังไม่มีโรคนี้ ประชาชนทั่วไปยังไม่จำเป็นต้องตระหนก และควรปฏิบัติเพื่อการป้องกันโรคและส่งเสริมสุขภาพ ดังนี้

1. หากไม่มีความจำเป็น ควรชะลอการเดินทางไปยังประเทศที่เป็นพื้นที่เกิดการระบาดของจนกว่าสถานการณ์จะยุติลง แต่ถ้าจำเป็นต้องเดินทางไปพื้นที่เกิดการระบาด ให้หลีกเลี่ยงการใกล้ชิดกับผู้ที่มีอาการไอ หลีกเลี่ยงสถานที่แออัด หมั่นล้างมือด้วยน้ำและสบู่บ่อย ๆ หรือเช็ดมือด้วยเจลแอลกอฮอล์ พร้อมทั้งติดตามข้อมูลที่เป็นปัจจุบัน และปฏิบัติตามข้อแนะนำของทางการในพื้นที่นั้นๆ อย่างเคร่งครัด

2. ผู้ที่เดินทางกลับมาจากพื้นที่เกิดการระบาด ถ้ามีอาการของไข้หวัดใหญ่ เช่น มีไข้ ไอ เจ็บคอ ปวดเมื่อยเนื้อตัวมาก ฯลฯ ภายใน 7 วันหลังจากเดินทางกลับ ควรสวมหน้ากากอนามัย หรือใช้กระดาษทิชชูหรือผ้าเช็ดหน้าปิดปากจมูกทุกครั้งที่ไอจาม และรีบปรึกษาแพทย์ กรณีมีอาการ

ไม่รุนแรง แพทย์อนุญาตให้รักษาตัวที่บ้าน ควรหยุดงาน หยุดเรียน และงดไปในที่ชุมชน เพื่อหลีกเลี่ยงการแพร่กระจายเชื้อให้กับผู้อื่น

3. รักษาสุขภาพให้แข็งแรง โดย

3.1 รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ โดยเฉพาะผักและผลไม้ ดื่มน้ำสะอาด และนอนหลับพักผ่อนให้พอเพียง ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ หลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่และสุรา

3.2 หมั่นล้างมือบ่อยๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งหลังการไอ จาม

3.3 หากพบว่า มีผู้ป่วยที่มีอาการคล้ายโรคไข้หวัดใหญ่ภายในบ้านหรือสถานที่ทำงานเดียวกัน ต้องรีบแจ้งสำนักงานสาธารณสุขหรืออาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน เพื่อเข้าดำเนินการป้องกันการแพร่ระบาดทันที

ติดตามข้อมูลและรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ เว็บไซต์กระทรวงสาธารณสุข [www.moph.go.th](http://www.moph.go.th) และหากมีข้อสงสัย สามารถติดต่อได้ที่ ศูนย์ปฏิบัติการ กรมควบคุมโรค หมายเลขโทรศัพท์ 0 2590 3333 และ สถาบันการแพทย์ฉุกเฉินแห่งชาติ หมายเลขโทรศัพท์ 1669 ตลอด 24 ชั่วโมง

กระทรวงสาธารณสุข

วันที่ 30 เมษายน 2552