



ชมายสาร
ฉบับที่ 59/2568

NOROVIRUS

ดูแลสุขอนามัย ป้องกันภัยไวรัส



สาเหตุของการระบาด



ขณะนี้ประเทศไทยเข้าสู่ช่วงฤดูหนาว ซึ่งนอกจากประชาชนจะเสี่ยงโรคไข้หวัด ภูมิแพ้แล้ว พบว่า ในช่วงเวลานี้ได้เกิด การแพร่ระบาดของ**โรคโนโรไวรัส** ซึ่งส่งผลทำให้เกิดการเจ็บป่วย โดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยงกลุ่มเปราะบาง



กินอาหาร ดื่มน้ำ น้ำแข็ง ที่ไม่สะอาดปนเปื้อนเชื้อโรค



หายใจเอาละอองฝอย ที่มีเชื้อโรคเข้าไป



สัมผัสพื้นผิววัสดุสิ่งของ ที่ปนเปื้อนอุจจาระหรืออาเจียน ของผู้ป่วย

อาการของโรค

- คลื่นไส้ อาเจียน
- ท้องเสีย ถ่ายเป็นน้ำ ปวดท้อง
- อาจมีไข้ ปวดศีรษะ
- อ่อนเพลีย ปวดเมื่อยตามร่างกาย
- เกิดภาวะขาดน้ำได้



มาตรการป้องกัน ลดเสี่ยงโรค



กินอาหารปรุงสุกใหม่ ใช้ช้อนกลาง ของตนเอง



เลือกซื้อผลิตภัณฑ์และกินอาหาร ในร้านจำหน่ายอาหารที่สะอาด ปลอดภัย สถานที่ผลิตน้ำดื่ม น้ำแข็งได้มาตรฐาน



ล้างมือด้วยสบู่และน้ำให้สะอาด หรือ ใช้เจลแอลกอฮอล์ทำความสะอาดมือ ก่อนกินอาหาร และหลังเข้าห้องน้ำ ห้องส้วม หรือหลังสัมผัสจุดเสี่ยง