

มาตรการเฝ้าระวัง ป้องกัน ควบคุมการระบาดของโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันและโรคอาหารเป็นพิษ

จากสถานการณ์โรคอุจจาระร่วงและโรคอาหารเป็นพิษที่มีรายงานผู้ป่วยเพิ่มสูงขึ้นอย่างเห็นได้ชัด และจากการเฝ้าระวังโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันจากเชื้อไวรัสและจากการสุ่มตรวจตั้งแต่ปลายปี ๒๕๖๐ ที่ผ่านมา พบว่ามีผู้ป่วยโรคอุจจาระร่วงจากไวรัสโรต้าเพิ่มสูงขึ้นโดยเฉพาะในกลุ่มผู้ใหญ่ และพบมากในพื้นที่กรุงเทพมหานครและปริมณฑลนั้น เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการระบาดของโรคติดต่อทางอาหารและน้ำขยายไปในวงกว้าง กระทบต่อเศรษฐกิจและการท่องเที่ยวของจังหวัดและประเทศ จึงขอให้ทุกจังหวัดดำเนินการเฝ้าระวัง ป้องกัน และควบคุม การระบาดของโรคอุจจาระร่วงแบบเฉียบพลันและโรคอาหารเป็นพิษอย่างเข้มข้น โดยมีแนวทางการดำเนินการ ดังนี้

๑. กระตุ้นเตือนผู้รับผิดชอบ/ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องดำเนินการเฝ้าระวังการระบาดของโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน และโรคอาหารเป็นพิษอย่างเข้มข้นและต่อเนื่อง หากพบการระบาดแบบเป็นกลุ่มก้อนให้ดำเนินการสอบสวนเพื่อหาแหล่งโรค ช่องทางการถ่ายทอดเชื้อและควบคุมโรคให้สงบทันที พร้อมทั้ง แจ้งทีมตระหนักรู้สถานการณ์ (SAT) ของกรมควบคุมโรค ที่ outbreak@health.moph.go.th หรือที่เบอร์โทรศัพท์ ๐๙ ๘๒๙๔ ๗๘๘๐ ตลอด ๒๔ ชั่วโมง เบอร์โทรศัพท์ ๐ ๒๕๘๐ ๐๖๙๔ หรือ ๐ ๒๕๙๐ ๓๘๓๙ ในเวลาราชการ
๒. ควรดำเนินการเก็บตัวอย่างจากผู้ป่วย ผู้ประกอบอาหารและสิ่งแวดล้อมส่งตรวจหาก่อโรคเพิ่มขึ้น และให้คำนึงถึงเชื้อก่อโรคทางเดินอาหารทั้งเชื้อไวรัสและแบคทีเรีย โดยมีแนวทางการเก็บตัวอย่าง ดังนี้

ชนิดตัวอย่าง	ตรวจหาเชื้อไวรัส	ตรวจหาเชื้อแบคทีเรีย
อุจจาระ	<p><u>อุจจาระสด</u> : ประมาณ ๕ กรัม ใส่ในกระปุก sterile</p> <p><u>rectal swab</u> หรือ <u>stool swab</u> : ใส่ในหลอด VTM (Enterovirus) สำหรับไวรัสก่อโรคทางเดินอาหาร</p> <p><u>นำส่งตรวจด้วยวิธี RT-PCR</u> โดยแช่เย็น ๒-๔ องศาเซลเซียส</p>	<p><u>อุจจาระสด</u> : ประมาณ ๕ กรัม ใส่ในกระปุก sterile</p> <p><u>rectal swab</u> หรือ <u>stool swab</u> : ใส่ในหลอด Cary Blair</p> <p><u>นำส่งตรวจด้วยวิธีเพาะเชื้อ</u> โดยไม่แช่เย็น</p>
อาเจียน	<p>ใส่ในภาชนะ sterile</p> <p><u>นำส่งตรวจด้วยวิธี RT-PCR</u> โดยแช่เย็น ๒-๔ องศาเซลเซียส</p>	<p>ใส่ในภาชนะ sterile</p> <p><u>นำส่งตรวจด้วยวิธีเพาะเชื้อ</u> โดยแช่เย็น ๔-๘ องศาเซลเซียส</p>
Swab มือ	-	<p>ใส่ในหลอด Cary Blair</p> <p><u>นำส่งตรวจด้วยวิธีเพาะเชื้อ</u> โดยไม่แช่เย็น</p>

ชนิดตัวอย่าง	ตรวจหาเชื้อไวรัส	ตรวจหาเชื้อแบคทีเรีย
น้ำ	<p>ใส่ในขวด sterile ≥ 1 ลิตร</p> <p><u>นำส่งตรวจด้วยวิธี RT-PCR</u></p> <p><u>โดยแช่เย็น ๒-๔ องศาเซลเซียส</u></p>	<p>ใส่ในขวด sterile ≥ 1 ลิตร</p> <p><u>นำส่งตรวจด้วยวิธี เพาะเชื้อ</u></p> <p><u>โดยแช่เย็น ๔-๘ องศาเซลเซียส</u></p>
	<ul style="list-style-type: none"> - <u>น้ำจากก๊อก</u> ให้ทำความสะอาดก๊อกน้ำเพื่อให้ปราศจากเชื้อปล่อยน้ำไหลทิ้งไปอย่างน้อย ๒ นาที จึงเก็บตัวอย่างเปิดจุกขวดที่จะเก็บและถือขวดตรงบริเวณใกล้ก้นขวดยกขึ้น รองน้ำจากก๊อก(โดยไม่ต้องกรองน้ำทิ้งก่อน) ในขณะที่ร่อนน้ำต้องระวังไม่ให้จุกขวดไปสัมผัสกับสิ่งใดที่อาจจะทำให้เกิดการปนเปื้อนลงไปในตัวอย่าง เก็บตัวอย่างน้ำโดยให้เหลือช่องว่างไว้เล็กน้อยแล้วรีบปิดจุกขวดทันที - <u>น้ำจากบ่อหรือแหล่งน้ำเก็บตัวอย่างโดยตรงจากบ่อ</u> โดยใช้ขวดแก้วหรือพลาสติกที่มีฝาปิด จุ่มขวดลงไปได้ผิวน้ำประมาณ ๕-๑๐ เซนติเมตร ให้ขวดตั้งตรง เปิดฝาขวดและนำขึ้นจากน้ำ - <u>น้ำบริโภคบรรจุขวด</u> หรือ เครื่องดื่มบรรจุขวดให้เก็บตัวอย่างโดยการสูบล้างตัวอย่างที่ผลิตในรุ่นเดียวกันหรือ วัน เดือน ปี ที่ผลิตเหมือนกัน 	
น้ำแข็ง	<p>ใส่ในภาชนะ sterile ≥ 1 ก.ก.</p> <p><u>นำส่งตรวจด้วยวิธี RT-PCR</u></p> <p><u>โดยแช่เย็น ๒-๔ องศาเซลเซียส</u></p>	<p>ใส่ในภาชนะ sterile ≥ 1 ก.ก.</p> <p><u>นำส่งตรวจด้วยวิธี เพาะเชื้อ</u></p> <p><u>โดยแช่เย็น ๒-๔ องศาเซลเซียส</u></p>
อาหาร	-	<p>ใส่ถุงพลาสติก ในปริมาณ ≥ 100 กรัม</p> <p><u>นำส่งโดยแช่เย็น ๔-๘ องศาเซลเซียส</u></p>

๓. ดำเนินมาตรการด้านสุขาภิบาลอาหาร และด้านสุขาภิบาลสิ่งแวดล้อม รวมทั้งสื่อสารให้ประชาชนเกิดความตระหนัก ดูแลสุขอนามัยของตนเองและสมาชิกในครอบครัว ดังนี้

๑) การป้องกันโรคอุจจาระร่วงและโรคอาหารเป็นพิษ โดยเน้นมาตรการ “กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ”

- หมั่นล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำและสบู่ ทั้งก่อนและหลังปรุงอาหาร และภายหลังการใช้ห้องน้ำ
- ใช้ช้อนกลางเมื่อรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่นทุกครั้ง
- เลือกซื้ออาหารและวัตถุดิบที่สะอาด เช่น ไม่วางขายบนพื้น อาหารปรุงสำเร็จมีที่ปิดป้องกันสัตว์พาหะและเก็บที่อุณหภูมิที่เหมาะสม วัตถุดิบสด ฯลฯ
- เลือกกินอาหารที่ปรุงสุกใหม่ ๆ หากซื้อมาจากร้านค้า หรือเป็นอาหารค้างมือ ต้องทำการอุ่นให้ร้อน (อุณหภูมิ ๗๐ องศาเซลเซียสหรือสูงกว่านี้) อย่างน้อย ๒ นาทีก่อนรับประทานอาหาร

- น้ำที่ใช้ปรุงอาหารต้องสะอาดเช่นเดียวกับน้ำดื่ม ถ้าไม่แน่ใจว่าน้ำที่ใช้สะอาดให้นำมาต้มก่อนปรุงอาหารหรือทำน้ำแข็ง และควรระวังเป็นพิเศษสำหรับน้ำที่ใช้ในการเตรียมอาหารทารกหรือเด็กอ่อน
- หลีกเลี่ยง/ระมัดระวังการกินน้ำแข็งที่ไม่สะอาดเพราะอาจมีการปนเปื้อนของเชื้อโรคต่าง ๆ ได้
- แยกน้ำแข็งที่รับประทานออกจากน้ำแข็งใช้แช่ของหรือวัตถุดิบประกอบอาหาร เพื่อป้องกันการปนเปื้อนเชื้อ ฯ
- ควรกำจัดขยะมูลฝอย เศษอาหาร รวมถึงการดูแลสภาพแวดล้อมให้ถูกสุขลักษณะอยู่เสมอ
- การเลือกอาหารในการเข้าค่าย ทักษะศึกษา หรือจัดกิจกรรมของคนหมู่มาก ให้เลือกร้านขายอาหารที่สะอาด ปรุงเสร็จไม่เกิน ๒ ชั่วโมง ไม่ควรให้รากับข้าวบนข้าวในถาด น้ำหรือน้ำแข็งที่ใช้รับประทานควรมาจากแหล่งที่มีการรับรองมาตรฐานและเชื่อถือได้

๒) การแนะนำผู้ป่วย

- เมื่อเกิดอาการอุจจาระร่วงให้บริบทดื่มสารน้ำเกลือแร่ทดแทน (ORS) เพื่อทดแทนสารน้ำและเกลือแร่ที่สูญเสียไป ไม่ควรซื้อยาฆ่าเชื้อกินเอง โดยการผสมน้ำตาลเกลือแร่ (ORS) ๑ ของในน้ำต้มสุกที่เย็นแล้ว ๑ แก้ว (๒๔๐ ซีซี) กรณีไม่มีน้ำตาลเกลือแร่ อาจเตรียมได้เอง โดยใช้เกลือแกง ครึ่งช้อนชา และน้ำตาลทราย ๒ ช้อนโต๊ะ ละลายในน้ำต้มสุก ๑ ขวดน้ำ (๗๕๐ ซีซี) เมื่อผสมแล้วดื่มไม่หมดภายใน ๑ วัน ให้ทิ้งและผสมใหม่
- ควรหยุดเรียน/หยุดทำงานขณะป่วย หมั่นล้างมือด้วยน้ำและสบู่ให้สะอาด
- พบแพทย์ ถ้าอาการไม่ดีขึ้นหรือแย่ลง

๓) การทำลายเชื้อ

- ทำความสะอาดอุปกรณ์และสิ่งของ สถานที่ปนเปื้อน รวมทั้งเสื้อผ้า ด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อที่ผ่านการรับรองจากโรงงานว่าสามารถกำจัดเชื้อไวรัสและแบคทีเรียได้ (แอลกอฮอล์ไม่สามารถทำลายเชื้อไวรัสก่อโรคทางเดินอาหารได้) และควรสวมถุงมือยางชนิดใส่ครั้งเดียว และการจัดการกับเสื้อผ้าที่ปนเปื้อนโดยไม่ควรแกว่งให้เกิดฝอยละออง
- ขยะติดเชื้อ เช่น ผ้าอ้อม ผ้าอ้อมสำเร็จรูป กระดาษทิชชู ที่ใช้กับผู้ป่วยให้รวบรวมใส่ถุงขยะและมัดปากถุงทิ้งรอรถขยะเก็บกำจัดไป หรือเผาทำลายทิ้ง การกำจัดเชื้อให้ใช้น้ำยาซักผ้าขาว เช่น ไฮเตอร์ครึ่งฝาผสมในน้ำครึ่งลิตรถึง ๖๐๐ ซีซี แช่ทิ้งไว้ ๓๐ นาที รวมมัดใส่ถุงขยะมัดปากถุงให้แน่นใส่ในถังขยะโดยแยกเป็นขยะติดเชื้อ
- การทำความสะอาดห้องน้ำให้ใช้น้ำยาล้างห้องน้ำที่สามารถฆ่าเชื้อไวรัสและแบคทีเรียได้ จุดที่ต้องทำความสะอาดเป็นพิเศษ คือ ที่จับสายฉีดน้ำ พื้นห้องส้วม ที่รองนั่งส้วม ที่ก้นน้ำของโถส้วม ก๊อกน้ำ และกลอนประตู
- การทำความสะอาดเพื่อทำลายเชื้อควรทำต่อเนื่องไปอีก ๓ วันหลังหายป่วย และเน้นให้ทุกคนในบ้านต้องล้างมือด้วยสบู่ทุกครั้งหลังถ่ายอุจจาระและทำความสะอาดห้องน้ำ