

# สาเหตุ



โรคมือเท้าปากเกิดจากการติดเชื้อไวรัสในกลุ่มเอนเทอโรไวรัส ซึ่งมีมากกว่า 100 สายพันธุ์ โดยสายพันธุ์ที่ทำให้เกิดโรคที่พบได้บ่อย เช่น คอกซากีไวรัส เอ16 (coxsackievirus A16) และเอนเทอโรไวรัส 71 (enterovirus 71) กลุ่มเสี่ยงที่พบบ่อยคือ เด็กทารกและเด็กเล็กอายุต่ำกว่า 5 ปี ซึ่งมักมีอาการรุนแรงมากกว่าเด็กโต สำหรับผู้ใหญ่พบโรคนี้ได้บ้าง



เกิดผื่นแดงที่ลิ้น



และฝ่าเท้า

ตุ่มแสบบริเวณฝ่ามือ ฝ่ามือ



...หรือทำ  
ตัวเราด้วยตัวเรา

...เมื่อหายใจ  
หรือ ไอ จามรด  
มือ หรือ น้ำลายของเรา

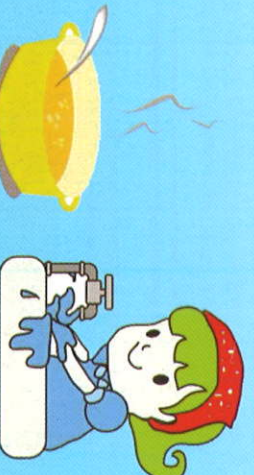
...เชื้อไวรัสอาจซ่อนตัวอยู่ใน  
มือ ของเล่น หรือของใช้  
ที่คนอื่น หยิบใช้ร่วมกัน

# การป้องกันโรค



โรคนี้ยังไม่มียาวัคซีนป้องกัน แต่ป้องกันได้โดยการ รักษาสุขอนามัย ผู้ปกครองควรแนะนำบุตรหลาน และผู้เลี้ยงดูให้ล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำและสบู่ (ก่อนและหลังเตรียมอาหาร ก่อนรับประทานอาหาร ภายหลังการขับถ่ายหรือเปลี่ยนผ้าอ้อม หลังการดูแลเด็กป่วย) ตัดเล็บให้สั้น หลีกเลี่ยงการใช้สิ่งของร่วมกัน (เช่น ขวดนม แก้วน้ำ หลอดดูด ผ้าเช็ดหน้า และผ้าเช็ดมือ) และใช้เช็ดมือกลาง

# กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ



# การควบคุมโรค



หากพบเด็กป่วย ต้องรีบแยกเพื่อป้องกันไม่ให้เชื้อแพร่ไปยังเด็กคนอื่น ๆ ผู้ปกครองควรรีบพาเด็กไปพบแพทย์ และหยุดรักษาตัวที่บ้านประมาณ 5 - 7 วัน หรือจนกว่าจะหายเป็นปกติ ระหว่างนี้ควรสังเกตอาการผิดปกติที่อาจเกิดขึ้น ไม่ควรพาเด็กไปในสถานที่แออัด เช่น สนามเด็กเล่น สระว่ายน้ำ ตลาด และห้างสรรพสินค้า ควรอยู่ในที่ที่มีการระบายถ่ายเทอากาศได้ดี ใช้ผ้าปิดจมูก ปากเวลาไอจาม และระมัดระวังการไอจามรดกัน และผู้เลี้ยงดูเด็กต้องล้างมือให้สะอาดทุกครั้งหลังสัมผัสน้ำมูก น้ำลาย หรืออุจจาระเด็กป่วย

