



ประกาศองค์การบริหารส่วนตำบลหนองปากโลง
เรื่อง การป้องกันโรค “โนโรไวรัส” ป้องกันได้ ยึดหลัก “สุก-ร้อน-สะอาด”

ตามที่สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ ๖ จังหวัดชลบุรี แนะนำประชาชน “กินสุก-ร้อน-สะอาด” ป้องกันโรคติดต่อจากอาหารและน้ำจากเชื้อ “โนโรไวรัส” หลังพบการระบาดเป็นกลุ่มก้อนในกลุ่มเด็กนักเรียนและศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก เชื้อโนโรไวรัสมักติดต่อกจากการปนเปื้อนในอาหาร น้ำดื่ม และน้ำแข็ง เช่น อาหารที่ปรุงไม่สุก อาหารทะเล หรือวัตถุดิบที่นำมาปรุงไม่สะอาด นอกจากนี้ยังสามารถติดต่อกจากการสัมผัสกับผู้ป่วยโดยตรง หรือหยิบจับสิ่งของที่ปนเปื้อนเชื้อแล้วนำเข้าปาก และเชื้อยังแพร่กระจายผ่านการหายใจ เน้นย้ำให้ครู ผู้ปรุงอาหาร นักเรียน และประชาชน ให้ปฏิบัติตามหลักสุขอนามัย โดยเฉพาะในโรงเรียนหรือสถานที่ที่มีการรวมกลุ่มคนจำนวนมาก เนื่องจากมีความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยด้วยโรคติดต่อทางอาหารและน้ำ

ลักษณะของอาการ และการดูแลเบื้องต้น เชื้อโนโรไวรัส มีระยะฟักตัว ๑๒-๔๘ ชั่วโมงหลังรับเชื้อ อาการที่พบจะคล้ายกับโรคอาหารเป็นพิษ คือ อาเจียนรุนแรง ปวดมวนท้อง ท้องเสีย มีไข้ต่ำ ผู้ป่วยที่ได้รับเชืชนิดนี้ส่วนใหญ่อาจเกิดภาวะขาดน้ำได้ แนะนำให้รักษาเบื้องต้น โดยดื่มสารละลายเกลือแร่ (ORS) เพื่อป้องกันภาวะขาดน้ำที่อาจส่งผลให้เกิดภาวะช็อกและเสียชีวิตได้ หากอาการไม่ดีขึ้น หรือมีอาการรุนแรง เช่น ถ่ายอุจจาระเป็นน้ำหรือถ่ายอุจจาระเป็นมูกเลือด หรืออาเจียนจำนวนมาก ปากแห้ง ปัสสาวะออกน้อยหรือปัสสาวะไม่ออก หายใจหอบเหนื่อย ควรรีบไปพบแพทย์เพื่อทำการรักษา

จึงขอให้ประชาชนป้องกันตนเอง ด้วยหลักการ “กินร้อน-ช้อนกลาง-ล้างมือ-ดื่มน้ำสะอาด” ดังนี้

๑) ล้างมือก่อน-หลังรับประทานอาหาร และหลังเข้าห้องน้ำทุกครั้ง

๒) ล้างวัตถุดิบที่ใช้ให้สะอาดก่อนนำมาประกอบอาหาร และหมั่นดูแลรักษาความสะอาดสิ่งของ

เครื่องใช้ต่างๆ

๓) รับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ ไม่ควรรับประทานอาหารที่สุกๆ ดิบๆ และอาหารที่ปรุงสุกเกิน ๒ ชั่วโมง ควรอุ่นร้อนก่อนรับประทาน

๔) ใช้ช้อนกลางตักอาหารเมื่อรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่น

๕) ดื่มน้ำสะอาด น้ำดื่มสุก หรือน้ำที่มีบรรจุภัณฑ์ปิดฝามิดชิด

๖) น้ำแข็งสำหรับรับประทาน ต้องเลือกซื้อจากแหล่งผลิตที่ถูกต้องตามมาตรฐาน GMP

องค์การบริหารส่วนตำบลหนองปากโลง ห่วงใยสุขภาพของประชาชน จึงขอแนะนำการป้องกันและอาการของโรคโนโรไวรัสให้ประชาชนทราบต่อไป

จึงประกาศมาให้ทราบโดยทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ ๒๔ เดือน ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๗

พลอากาศเอก

(นพดล เพราเพชรภิมย์)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลหนองปากโลง