

ข้อ 2 สำหรับเด็กที่ยังกินนมแม่ให้กินต่อไปโดยไม่
ต้องหยุดสำหรับรายที่กินนมผสมให้แบ่งกินครึ่งหนึ่ง
สลับกับสารละลายน้ำตาลเกลือแร่

ข้อ 3 ไปพบแพทย์หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุขหาก
อาการไม่ดีขึ้น ได้แก่

- ยังคงถ่ายเป็นน้ำจำนวนมาก
- อาเจียนบ่อย
- กระหายน้ำ อ่อนเพลียมาก ตาลึกโหล
- กินอาหารหรือดื่มน้ำไม่ได้
- มีไข้
- ถ่ายเป็นมูกปนเลือด

วิธีผสมผงน้ำตาลเกลือแร่

ไอ อาร์ เอส

1. เตรียมน้ำดื่มสุกที่เย็นแล้วประมาณ 1 ขวดน้ำ
พลาสติก(750ซี.ซี.)และรินน้ำจากขวดบางส่วนใส่
แก้ว
2. จีกลงน้ำตาลเกลือแร่ทั้งซองละลายในแก้ว
3. เทสารละลายน้ำตาลเกลือแร่ที่ผสมแล้วใส่ขวด
เดิม เขย่าให้เข้ากัน
4. ให้ผู้ป่วยดื่มตามขนาดที่ระบุข้างซอง หรือทุกครั้ง
ที่มีอาการท้องร่วง ถ้าหากมีอาการเจียนร่วมด้วย ให้
ดื่มทีละน้อยแต่บ่อยครั้ง

สารละลายน้ำตาลเกลือแร่ที่ผสมแล้วควร
ดื่มให้หมดภายใน 1 วัน (24 ชม.) ถ้าไม่หมดให้
เททิ้งและผสมใหม่

เมื่อป่วยเป็นโรค

ควรหลีกเลี่ยงการใช้ยาหยุดถ่าย
เพราะการกินยาหยุดถ่าย ไม่ได้ทำให้ร่างกายลด
การสูญน้ำและเกลือแร่ภายในลำไส้ แต่กลับทำให้
ลำไส้ต้องเก็บกักเชื้อโรคไว้นานขึ้นทำให้เป็น
อันตรายกับร่างกายมากขึ้น นอกจากนั้นการให้
ยาหยุดถ่ายเกินขนาดในเด็กเล็ก อาจทำให้เด็ก
เสียชีวิตได้

การใช้ยาปฏิชีวนะ ควรอยู่ในการดูแล
ของแพทย์ การให้ยาฆ่าเชื้อโดยไม่จำเป็นอาจ
กระตุ้นให้เกิดการแพ้ยาหรือดื้อยาได้

ไม่จำเป็นต้องใช้ยาหยุดถ่ายและยาฆ่าเชื้อ
วิธีที่ถูกต้อง และปลอดภัย

รีบทดแทนการขาดน้ำและเกลือแร่ด้วยการ
ดื่มสารละลายน้ำตาลเกลือแร่ทุกครั้งที่มี
การอุจจาระร่วง



โรค

อุจจาระร่วง

ป้องกันได้

ถ้าใส่ใจความสะอาด



เผยแพร่โดย

กองสาธารณสุข

องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านกุ่ม

อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี

โทร. ๐๓๕-๕๒๑๒๕๒

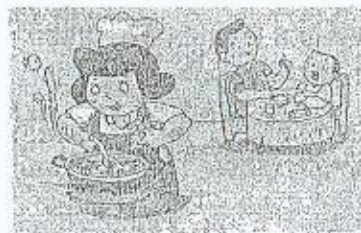
โรคอุจจาระร่วงเกิดจาก

โรคอุจจาระร่วงเป็นโรคที่เกิดขึ้นได้บ่อยโดยเฉพาะในเด็กเล็ก เนื่องจากการรับประทานอาหารหรือดื่มน้ำมีเชื้อโรคปนเปื้อน อาการป่วยที่เรียกว่าโรคอุจจาระร่วงนั้น หมายถึงการถ่ายอุจจาระเหลวตั้งแต่ 3 ครั้งขึ้นไปใน 1 วันหรือถ่ายเป็นน้ำจำนวนมากหรือเป็นมูกเลือดแม้เพียง 1 ครั้งต่อวัน ก็ถือเป็นโรคท้องร่วง (ยกเว้นเด็กที่กินนมแม่ อาจถ่ายอุจจาระนิ่มเหลววันละ 3-4 ครั้ง โดยไม่มีอาการอ่อนเพลีย ก็ถือว่าปกติ) โดยอาจมีอาการไข้หรืออาเจียนร่วมด้วย หากไม่ได้รับการรักษาที่ถูกต้อง รวดเร็วร่างกายจะมีการสูญเสียน้ำและเกลือแร่ไปพร้อมกับอุจจาระจำนวนมาก จนอาจทำให้ช็อคหมดสติและถึงแก่ความตายได้



การป้องกันตนเองจากโรคอุจจาระร่วง

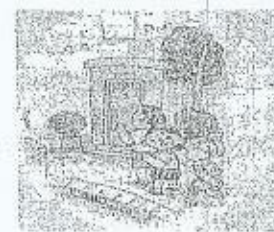
- ล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่และน้ำทุกครั้งก่อนปรุงหรือรับประทานอาหาร และภายหลังจากถ่ายอุจจาระ
- ดื่มน้ำที่สะอาด ถ้าเป็นน้ำดื่มสุกจะดีที่สุด และเลือกซื้อน้ำแข็งที่ถูกหลักอนามัย เช่น น้ำแข็งยูนิท
- เลือกรับประทานอาหารที่สะอาดและสุกใหม่ ๆ ไม่ควรรับประทานอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ หรืออาหารที่มีแมลงวันตอม หากจะเก็บอาหารที่เหลือจากรับประทานหรืออาหารสำเร็จรูปที่ซื้อไว้ควรเก็บไว้ในตู้เย็น และก่อนรับประทานต้องอุ่นให้ร้อนทุกครั้ง



- ผักสดหรือผลไม้ ก่อนรับประทานให้ล้างด้วยน้ำสะอาดหลาย ๆ ครั้ง หรือน้ำผสมคลอรีน ครึ่งช้อนชาต่อน้ำ 20 ลิตร
- ส่งเสริมให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เพื่อให้มี

ภูมิคุ้มกันโรค

- กำจัดขยะมูลฝอย เพื่อไม่ให้ปนเปื้อนแหล่งเพาะพันธุ์ของแมลงวัน
- ถ่ายอุจจาระลงในหลุมที่ถูกสุขลักษณะ



ข้อควรปฏิบัติ

ในการรักษาโรคอุจจาระร่วงเบื้องต้น

- ข้อ 1. ให้ของเหลวหรือสารน้ำเพิ่มขึ้น ได้แก่
- 1.1 สารละลายน้ำตาลเกลือแร่ โอ อาร์ เอส ทุกครั้งที่ถ่ายเหลวโดย
 - เด็กอายุต่ำกว่า 2 ปี ดื่มครั้งละครึ่งแก้ว (ประมาณ 100 ซี.ซี.)
 - เด็กอายุ 2-10 ปี ดื่มครั้งละครึ่งแก้วถึงหนึ่งแก้ว
 - อายุ 10 ปีขึ้นไปให้ดื่มมากๆ ครั้งละหนึ่งถึงสองแก้ว
 - 1.2 ของเหลวที่ทำได้เองในบ้าน เช่น น้ำข้าว (ใส่เกลือ 2 หยิบมือ) น้ำแกงจืด โจ๊ก น้ำผลไม้ หรือสารละลายเกลือและน้ำตาลที่เตรียมเอง โดยผสมเกลือครึ่งช้อนชา และน้ำตาลทราย 2 ช้อนโต๊ะ ละลายในน้ำดื่มสุก 1 ขวดน้ำพลาสติก (750 ซี.ซี.)