

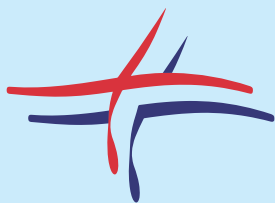


สถาบันโรคผิวหนัง
INSTITUTE OF DERMATOLOGY

คู่มือการดูแลปัญหาผิวหนังเบื้องต้น สำหรับประชาชนเมื่อประสบอุทกภัย



แพทยศาสตราจารย์ พญ.พัชราภา
พูนทรัพย์



สถาบันโรคผิวหนัง
INSTITUTE OF DERMATOLOGY

คู่มือการดูแลปัญหาผิวหนังเบื้องต้น

สำหรับประชาชนเมื่อประสบอุทกภัย



แพทย์หญิงวลัยอร ปริญญพฤกษ์
ผู้นิพนธ์



สถาบันโรคผิวหนัง
INSTITUTE OF DERMATOLOGY

คู่มือการดูแลปัญหาผิวหนังเบื้องต้น

สำหรับประชาชนเมื่อประสบอุบัติเหตุ

ISBN: 978-974-422-953-3

จัดทำโดย

สถาบันโรคผิวหนัง กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข
420/7 ถนนราชวิถี แขวงทุ่งพญาไท เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400

โทรศัพท์ : 0-2354-5222 โทรสาร : 0-2644-9333

www.iod.go.th

เพื่อให้สะดวกต่อการเผยแพร่ให้แพร่หลาย
ท่านสามารถดาวน์โหลดเอกสารฉบับนี้ได้ที่
QR code นี้



คำนำ

เมื่อมีภัยธรรมชาติเกิดขึ้นในประเทศของเราครั้งใด จะเห็นว่าคนไทยไม่ทอดทิ้งกัน มีความช่วยเหลือในรูปแบบต่างๆ ทั้งจากภาครัฐและเอกชน หยิบยื่นถึงมือผู้ประสบภัยอย่างพร้อมเพรียงกัน ปัญหาต่างๆ แม้จะหนักหนาเพียงใดหากได้ช่วยกันคนละไม้คนละมือแล้วก็คงจะบรรเทาความเดือดร้อนไปได้มาก ภัยธรรมชาติที่ประเทศไทยเราต้องประสบอยู่เป็นประจำเกือบทุกปีคือ อุทกภัย ซึ่งคาดว่าจะมีความรุนแรงขึ้นตามการเปลี่ยนแปลงของสภาพภูมิอากาศของโลกและอาจสร้างความเสียหายอย่างกว้างขวางให้กับทุกภูมิภาคของประเทศได้ในอนาคต เมื่อเกิดน้ำท่วมจะพบปัญหาด้านสุขภาพตามมาด้วยเสมอ และโรคผิวหนังเป็นโรคลำดับต้นๆ ของปัญหาทางกายที่เกิดขึ้นกับผู้ประสบอุทกภัย จากประสบการณ์การออกหน่วยแพทย์เคลื่อนที่ของสถาบันโรคผิวหนังพบว่าประชาชนทั่วไปยังขาดความรู้ความเข้าใจในการดูแลตนเองด้านสุขภาพผิวหนัง ผู้เขียนหวังว่าเจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงานบริการผู้ป่วยในสถานการณ์น้ำท่วมและผู้ประสบอุทกภัยจะได้รับประโยชน์จาก “คู่มือการดูแลสุขภาพผิวหนังเบื้องต้นสำหรับประชาชนเมื่อประสบอุทกภัย” เล่มนี้ และยังสามารถนำความรู้ไปขยายประโยชน์ให้แก่ชุมชนได้กว้างขวางยิ่งขึ้นด้วย

แพทย์หญิงวลัยอร ปรัชญพฤทธิ
สถาบันโรคผิวหนัง
พฤษภาคม 2564





สารบัญ

คำนำ

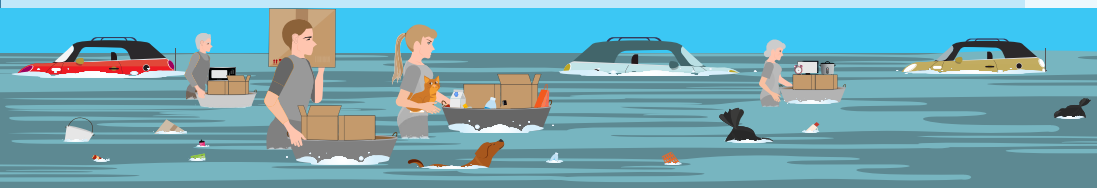
บทนำ

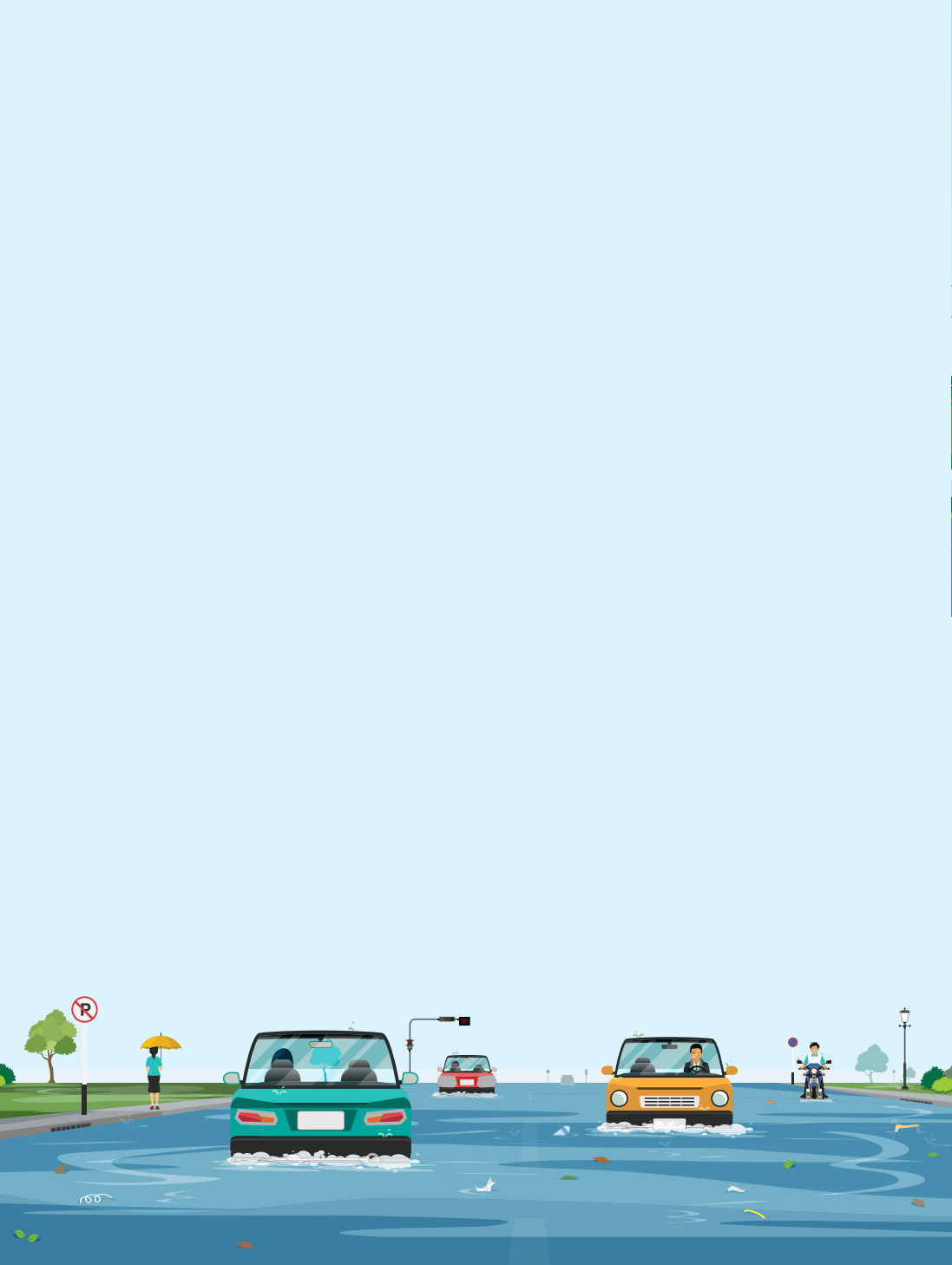
โรคผิวหนัง

- โรคน้ำกัดเท้า 5
- ผื่นผิวหนังอักเสบ 12
- โรคขอบเล็บอักเสบและเล็บขบ 14
- โรคติดเชื้อทางผิวหนัง 16
- การแพร่กระจายของแมลงนำโรค 18
 - แมลงและสัตว์มีพิษกัดต่อย 19
 - ผื่นแพ้สัมผัสจากตัวกันกระดก 19
- โรคพยาธิโซเท้า 22
- อาการโรคผิวหนังที่เป็นอยู่เดิมกำเริบ 23
- โรคพยาธิหอยคัน 24
- โรคฉี่หนู 26
- โรคการปนเปื้อนสารเคมีที่ใช้ในการอุตสาหกรรม, การเกษตร 28

สรุป

- การป้องกัน 30
- คำแนะนำการปฏิบัติตัวสำหรับประชาชนหลังประสบภัยน้ำท่วม 31
- คำแนะนำสำหรับการดูแลผิวหนังหลังประสบภัยน้ำท่วม 33





คู่มือการดูแลปัญหาพืชน้ำเบื้องต้น
สำหรับประชาชนเมื่อประสบอุทกภัย

คู่มือการดูแลปัญหาผิวหนังเบื้องต้น สำหรับประชาชนเมื่อประสบอุทกภัย

แพทย์หญิงวลัยอร ปรัชญพฤทธิ
สถาบันโรคผิวหนัง กรมการแพทย์



บทนำ

น้ำท่วมทำให้เกิดปัญหาสุขภาพทั้งทางกายและจิตใจ ปัญหาสุขภาพดังกล่าวจะเกิดขึ้นมากน้อยและรุนแรงแตกต่างกันไปตามปัจจัยแวดล้อมและธรรมชาติของการเกิดน้ำท่วม หากระดับน้ำสูงขึ้นอย่างรวดเร็วและกระแสน้ำมีแรงอัดกระแทกสูง เช่น กรณีน้ำป่าไหลหลาก สันนิษฐานว่าอุบัติการณ์การบาดเจ็บเฉียบพลันและการเสียชีวิตจะมีสัดส่วนสูงขึ้น แต่หากน้ำค่อยๆ ใต้ระดับสูงขึ้นอย่างช้าๆ และท่วมขังอยู่นานจะส่งผลกระทบต่อสุขภาพกายและจิตทุกระบบ ไม่ว่าธรรมชาติของการเกิดน้ำท่วมจะเป็นแบบใดล้วนส่งผลกระทบต่อตัวบุคคล สังคมโดยรวม ทั้งในมิติด้านสุขภาพ สังคมและเศรษฐกิจ ระยะเวลาของการเกิดปัญหาสุขภาพจากอุทกภัยนั้น เป็นแบบเฉียบพลันทันทีในขณะที่เกิดเหตุหรือเกิดหลังจากประสบภัยได้ไม่นาน หรือนานหลายเดือนหลังจากนั้น ซึ่งสามารถสรุปได้ดังนี้

1. ผลกระทบ ทางกาย



จากการสำรวจผู้ป่วยจากเหตุการณ์สึนามิในศูนย์ผู้ประสบภัยพบว่าผู้ได้รับบาดเจ็บจะมีแผลติดเชื้อบริเวณแขนขา นับแต่วันแรกที่ประสบภัยเรื่อย ๆ จนถึง 3 สัปดาห์ หลังเกิดเหตุการณ์

2. ผลกระทบ ทางจิตใจ

มีความวิตกกังวล หวาดผวา ซึมเศร้า โกรธนอนไม่หลับ ตื่นเต้น กระวนกระวาย อ่อนเพลีย



ปัญหาสำคัญในระยะแรก เกิดจากการขาดแคลนแหล่งน้ำสำหรับอุปโภค

ปัญหาสุขภาพภายหลังน้ำท่วมส่วนใหญ่มีสาเหตุเนื่องจากแหล่งน้ำเพื่อการอุปโภคบริโภคปนเปื้อน ทั้งนี้ ไม่ว่าจะเป็นระบบน้ำประปา หรือแหล่งน้ำสะอาดตามธรรมชาติจะได้รับผลกระทบจากน้ำท่วมทั้งสิ้น กระแสน้ำจะพาสิ่งสกปรก เชื้อโรค ของเสีย เช่น ขยะ สิ่งปฏิกูล หรือ สารเคมีที่เคยถูกเก็บในที่มิดชิดกระจายเป็นวงกว้าง กระแสน้ำสามารถพัดพาสิ่งเหล่านี้ไปไกลจากแหล่งกำเนิด มีเชื้อโรคหลายชนิดที่ทำให้เกิดโรคทางเดินอาหารปะปนมาได้แก่ เชื้อแบคทีเรียที่ปนเปื้อนในอุจจาระ เชื้อใช้ไทฟอยด์ เชื้อบิด เชื้ออหิวาตกโรค เชื้อไวรัสตับอักเสบบี ชนิดเอ เป็นต้น

ส่วนใหญ่ผู้ป่วยจะได้รับเชื้อโรค จากอาหารและน้ำที่ปนเปื้อน

สาเหตุ

การขาดแคลนแหล่งน้ำดื่มน้ำใช้ที่สะอาด ทำให้เกิดปัญหาทางสุขภาพตามมา เพราะมนุษย์ทุกคนต้องอาศัยน้ำในการดำรงชีวิตประจำวัน ดังนั้น เพื่อป้องกันการติดเชื้อในทางเดินอาหารและที่ผิวหนัง สุขอนามัยส่วนบุคคลเป็นเรื่องสำคัญที่สุดในช่วงน้ำท่วม ต้องรับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ สะอาด ล้างมือก่อนรับประทานอาหารและล้างออกจากห้องน้ำ ใช้น้ำสะอาดในการปรุงอาหารและชำระล้างร่างกาย เป็นต้น



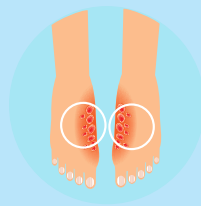
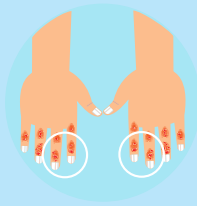
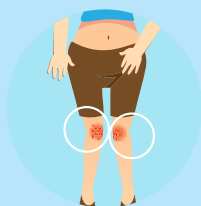
“ สุขอนามัยส่วนบุคคลเป็นเรื่องสำคัญที่สุด ”

การเกิดโรคตามส่วนต่างๆ ในร่างกายดังได้กล่าวมาแล้ว มีผลกระทบต่อสุขภาพโดยรวม เพราะการเกิดโรคในระบบใดระบบหนึ่งอาจลุกลามไปยังอวัยวะข้างเคียงและชักนำให้เกิดโรคในระบบอื่นๆ ตามมาถึงกับทำให้เสียชีวิตได้ เช่น การติดเชื้อที่ผิวหนังอาจลุกลามเข้าไปในกระแสเลือดทำให้เกิดโรคปอด ตับ ไต เป็นต้น

“ ดังนั้นจึงไม่ควรละเลยการดูแลสุขภาพแม้เพียงเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ”

โรคผิวหนัง

ผิวหนังเป็นปราการด่านแรกที่สำคัญ ซึ่งช่วยปกป้องอวัยวะภายใน ผิวหนังทำหน้าที่ป้องกันสารพิษจากภายนอก ป้องกันเชื้อโรคตลอดจนอันตรายจากของมีคมต่างๆ ถ้าปราการด่านแรกนี้เสียไป ปัญหาสุขภาพต่างๆ จะตามมาอย่างมากมาย ซึ่งอาจลุกลามเข้าสู่อวัยวะภายใน โรคผิวหนังที่พบบ่อยในภาวะนี้ทั่วม ได้แก่



1. โรคน้ำกัดเท้า

โรคผิวหนังที่ประชาชนทั่วไปมักจะ
คุ้นเคยและพบเสมอหลังน้ำท่วม คือ
โรคน้ำกัดเท้า



Athlete's foot

“การรักษาความสะอาดให้เท้าแห้งอยู่เสมอ
เป็นหลักปฏิบัติที่สำคัญที่สุด”

สาเหตุ

เมื่อเดินย่ำน้ำบ่อยๆ หรือยืนแช่น้ำนานๆ จะทำให้ผิวหนังเปื่อย โดยเฉพาะตำแหน่งซอกนิ้วเท้าและบริเวณหลังเท้าใต้สายรองเท้า ซึ่งเป็นตำแหน่งที่มีการเสียดสี ทำให้ผิวหนังมีโอกาสเกิดการบาดเจ็บมากขึ้น นอกจากนี้ บางคนมีโครงสร้างนิ้วเท้าเกยกันหรือนิ้วเท้าแนบชิดกันมากเกินไป เป็นลักษณะทางกายวิภาคที่ส่งเสริมทำให้เกิดโรคน้ำกัดเท้าและติดเชื้อโรคได้ง่าย เพราะซอกนิ้วเท้าจะเป็นที่เก็บหมักหมมสิ่งสกปรกและความอับชื้นได้ดี อีกทั้งการที่เท้าเป็นอวัยวะที่อยู่เบื้องล่างทำให้มีโอกาสสัมผัสสิ่งสกปรกตามพื้นดิน จึงเกิดโรคติดเชื้อตามมาง่าย

พื้นที่เสี่ยงต่อโรค

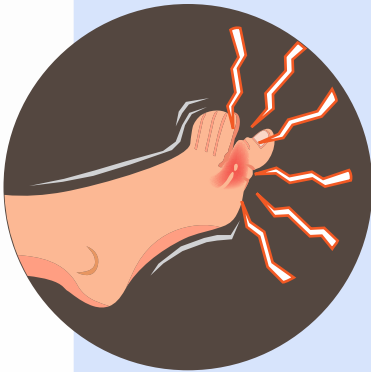
ทุกแห่งที่มีปัญหาน้ำท่วมขัง



ลักษณะสำคัญของโรคน้ำกัดเท้า

จากการศึกษาของสถาบันโรคผิวหนังหลังจากแช่เท้าในน้ำสะอาด 30 นาทีแรก เซลล์ผิวหนังจะเริ่มมีปัญหาในการรักษาสมดุลของกระบวน

ควบคุมสารที่ผ่านเข้าออกทางผิวหนัง แต่หากหยุดการสัมผัสน้ำในช่วงนี้เซลล์ผิวหนังก็ยังสามารถฟื้นตัวกลับสู่สภาวะปกติได้ แต่ข้อเท็จจริงในธรรมชาติจะพบว่า ความทนของเซลล์ผิวหนังของแต่ละคนไม่เท่ากัน ในขณะเดียวกันสภาพของน้ำท่วมขังมักสกปรกและมีสิ่งอันตรายปนเปื้อน ระยะเวลาที่ต้องลุยน้ำในแต่ละวันสำหรับผู้ที่มีผิวปกติหากไม่เกินวันละสามชั่วโมง เซลล์ผิวหนังยังพอปรับสภาพฟื้นตัวได้เมื่อขึ้นจากน้ำ แต่สำหรับผู้ที่มีผิวหนังมีปัญหาแต่เดิม เช่น เป็นโรครูมิแพ่ทางผิวหนัง เมื่อมีปัญหาโรคผิวหนังบริเวณมือเท้าที่ต้องสัมผัสน้ำ เซลล์ผิวหนังจะทำงานแย่งลงหลังจากสัมผัสน้ำไม่นาน ในสถานการณ์น้ำท่วมขัง ประชาชนมีความจำเป็นต้องลุยน้ำทุกวัน ยิ่งลุยนานวันเข้า ระยะเวลาที่เซลล์จะสามารถฟื้นตัวได้ในแต่ละวันก็จะสั้นลงเรื่อยๆ เมื่อเซลล์ผิวหนังเสียหายที่ในการปกป้องร่างกายนั้น ระยะแรกหลังแช่เท้าในน้ำหนังกำพร้าบริเวณข้อนิ้วเท้าจะบวม น้ำ สีขาวซีด หากยังคงแช่น้ำต่อไป ช่องว่างระหว่างเซลล์หนังกำพร้าจะกว้างขึ้นทำให้สิ่งสกปรกและสารเคมีทั้งหลายแทรกตัวเข้าไปในผิวหนังชั้นล่างกระตุ้นทำให้เกิดการอักเสบ ระยะนี้ผิวหนังจะบวม แดง คัน และแสบ เกิดจากการระคายเคืองเนื่องจากความเปียกชื้นและสิ่งสกปรกในน้ำ บริเวณผิวหนังเปื่อยนี้เป็จุดอ่อนทำให้เชื้อโรคเข้าสู่ร่างกายได้ง่าย



ถ้ามีการติดเชื้อแบคทีเรียซ้ำเติม บริเวณข้อนิ้วเท้าจะมีการปวด บวม แดงมากขึ้น เป็นหนองสีเหลืองขุ่น หรือสีเขียว ขึ้นกับเชื้อสาเหตุ และถ้าเชื้อลุกลามเข้าไปในระบบท่อน้ำเหลือง จะเห็นผื่นแดง บวม เจ็บ เป็นแนวยาวจากบริเวณข้อนิ้วเท้าลามขึ้นไปตามขา และมีต่อมน้ำเหลืองที่ข้างขาหนีบโต บวม กดเจ็บ อาการในระยะนี้ถ้ายังไม่ได้รักษา เชื้อแบคทีเรียอาจลุกลามเข้าสู่อวัยวะในทั้งหมดได้



หากปล่อยให้มียาการน้ำกัดเท้าอยู่นาน ผิวที่ลอกเปื่อยและอักเสบขึ้น จะติดเชื้อราทำให้เป็นโรคเชื้อราที่ซอกเท้า ซึ่งจะมีอาการบวมแดง มีขุยขาวเปื่อย กลิ่นเหม็น และถ้าทิ้งไว้เรื้อรัง จะรักษาให้หายขาดได้ยาก เมื่อเท้าอักเสบขึ้น ก็จะเกิดอาการขึ้นมาใหม่ เป็นๆ หายๆ นอกจากมีโอกาสดติดเชื้อแบคทีเรีย และเชื้อราแล้ว ยังมีโอกาสดติดเชื้อไวรัส และเชื้อโรคอื่นๆ ซึ่งปรกติจะไม่มีก่อโรค ในผิวหนังที่แห้งสะอาด

โดยสรุปโรคน้ำกัดเท้าแบ่งเป็น 2 ระยะ คือ

ระยะที่ 1 เกิดการเปื่อยของผิวหนังเมื่อแช่น้ำนาน ๆ หรือเปื่อยขึ้น หรือโดนสารระคายเคือง ระยะนี้เป็นโรคผิวหนังอักเสบ ยังไม่มีการติดเชื้อโรค

ระยะที่ 2 เมื่อเกิดบาดแผลหรือรอยเปื่อยฉีกขาดของผิวหนังนาน โดยเฉพาะบริเวณซอกนิ้วเท้า จะเกิดการติดเชื้อโรคต่างๆ ที่สำคัญ คือ เชื้อแบคทีเรีย เชื้อรา

พัฒนาการของโรค

เมื่อเท้าแช่น้ำ 3-4 วัน
จะเกิดโรคผิวหนังหนึ่ง

ล้างเท้าให้สะอาดด้วยน้ำสะอาด
และสบู่อ่อน เลี่ยงการแช่เท้าในน้ำ
ใช้มอยเจอร์ไรเซอร์ทา
ใช้เวลารักษา 7 - 10 วัน

แช่ต่อมาอีก 7 วัน
จะเกิดเท้าเปื่อย

ใช้ยา 3%
ไวโอฟอร์มครีมผสมสเตียรอยด์
ชนิดอ่อน รักษา 1 - 2 สัปดาห์

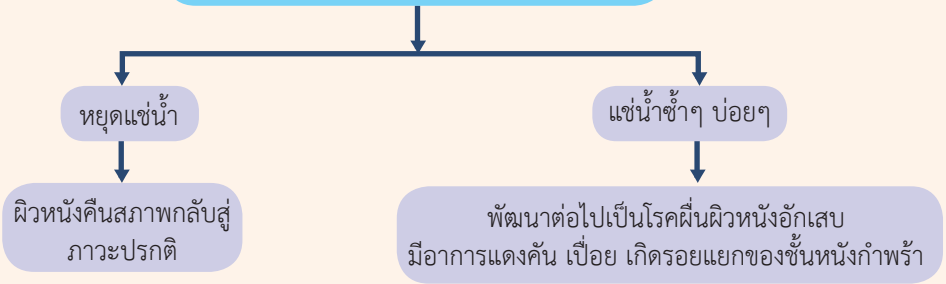
แช่ต่อมาอีก
อาจเกิดเชื้อราที่เท้า

ใช้ยาทารักษาเชื้อรา
เช่น ขี้ผึ้งวิทฟีล, คีโตโคนาโซนครีม,
คาเนสเตนครีม ทารักษาติดต่อกัน
ประมาณ 1-1 ½ เดือน

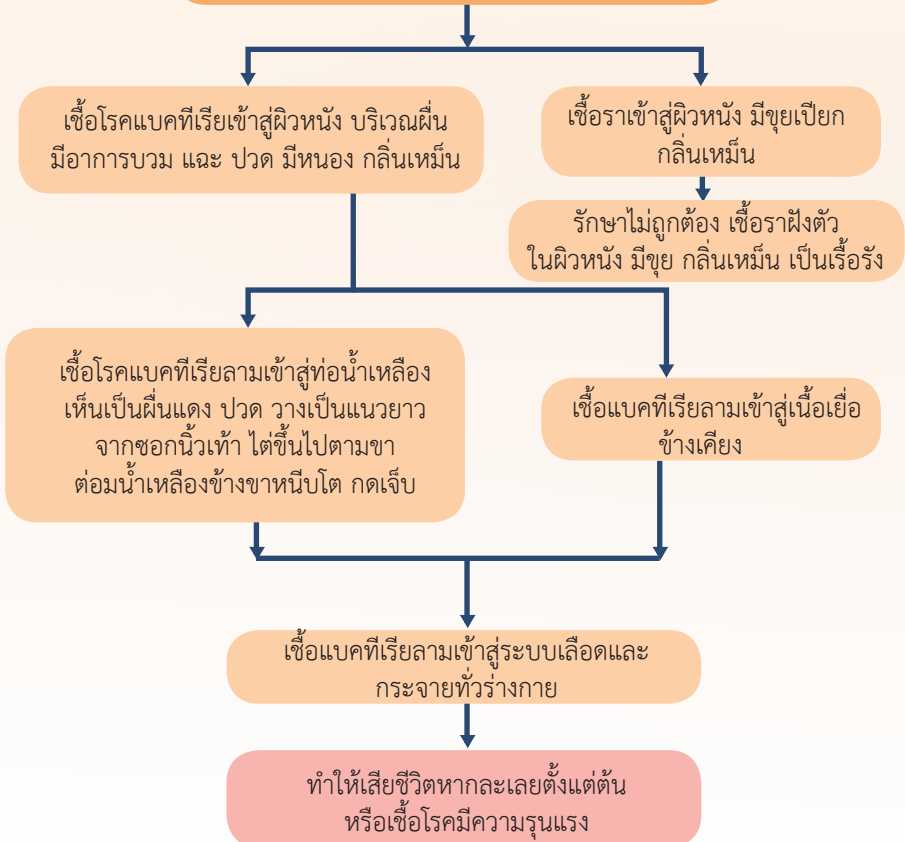
รักษาไม่ครบตามระยะเวลา
ที่กำหนด ไม่ปรับสุขอนามัย
ส่วนบุคคล ไม่รักษาเท้า
ให้แห้งสะอาดจะเกิดเชื้อรา
ฝังลึกตามมา

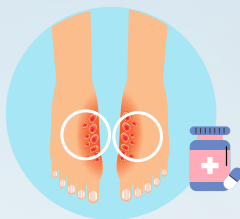
ใช้ยารักษาเชื้อราชนิดทา
ร่วมกับชนิดรับประทาน
เช่น กริสอีโอฟวิน, ยาไนซอร์ล,
อีตราโคนาโซน เป็นต้น
ใช้เวลารักษา 1-1 ½ เดือน

เมื่อเท้าแช่น้ำนาน หนังกำพร้าจะบวม ขาวซีด



อาการเปื่อย รอยแยกของหนังกำพร้า ทำให้เชื้อโรคเข้าสู่ผิวหนัง





การป้องกัน

หลังเสร็จกิจธุระนอกบ้านแล้วควรล้างเท้าด้วยน้ำสะอาดและสบู่อ่อน แล้วเช็ดให้แห้งโดยเฉพาะตามซอกนิ้วเท้า หากเท้ามีบาดแผล ควรชะล้างด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อ ควรเลี่ยงการแช่เท้าในน้ำให้ได้นานที่สุด เพื่อให้ผิวหนังมีเวลาฟื้นตัวกลับสู่ภาวะปกติ

การรักษา

การรักษาผื่นผิวหนังอักเสบของโรคนี้มักดื่ยาระยะแรก ใช้ยาทาสเตียรอยด์อ่อนๆ เช่น ครีมไตรแอมซิโนโลนความเข้มข้นร้อยละ 0.02 (0.02 % Triamcinolone cream) หรือ ครีมไวโอฟอร์มผสมกับไตรแอมซิโนโลนความเข้มข้นร้อยละ 0.02 (3 % vioform in 0.02 % Triamcinolone cream) ไม่จำเป็นต้องใช้ยาฆ่าเชื้อแบคทีเรียหรือเชื้อรา เพราะยาเชื้อราบางชนิดจะทำให้เกิดอาการระคายเคืองและแสบมากขึ้น

ใช้ครีมทาวนละสองครั้งติดต่อกันจนกว่าผื่นจะหาย หากไม่สามารถหายดังกล่าวได้ ควรปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกร เพราะในท้องตลาดมียาอีกหลายชนิดที่มีคุณสมบัติเหมือนตัวอย่างยาที่กล่าวมา สามารถใช้ทดแทนกันได้



“ห้ามใช้ยาสเตียรอยด์ทาบริเวณที่มีการติดเชื้อแบคทีเรียหรือเชื้อรา”

ถ้ามีการติดเชื้อแบคทีเรียซ้ำเติม จะทำให้เกิดอาการอักเสบ บวมแดง เป็นหนองและปวด ต้องรักษาด้วยยาปฏิชีวนะร่วมกับการชะล้างแผลด้วย น้ำยาฆ่าเชื้อ เช่น น้ำเกลือสำหรับทำแผล น้ำด่างทับทิมละลายให้เป็น สีชมพูม่วงอ่อน หรือน้ำยาโบโรว์ ละลาย 1 ส่วน ต่อ 40 ส่วน แล้วทายา ฆ่าเชื้อแบคทีเรีย เช่น พิวซิดีนครีม มิวปีโรซินครีม ซี้ฟิ่งเทอร์รามัยซิน เป็นต้น

การรักษาความสะอาดให้เท้าแห้งอยู่เสมอเป็นหลักปฏิบัติที่สำคัญที่สุด ในการดูแลป้องกันโรคเชื้อราที่เท้าให้กลับเป็นซ้ำอีก และควรให้ความสนใจ เป็นพิเศษที่บริเวณซอกนิ้วเท้า เมื่อเช็ดให้แห้งแล้วให้ทายารักษาโรคเชื้อรา แต่ถ้ามีอาการรุนแรงและเรื้อรังทายาไม่ได้ผล ควรใช้ยารับประทานอย่างต่อเนื่อง การหยุดยาเร็วเกินไปขณะที่เชื้อยังไม่หมดจะมีโอกาสกลับเป็นซ้ำอีกได้

ยาทาและยารับประทานรักษาเชื้อราที่ซอกนิ้วเท้ามีหลายชนิด เช่น ยาซี้ฟิ่งรักษากลากวิธฟิล ยาไนซอร์ลครีม ยาคาเนสเตนครีม ยารับประทาน กริสิโอฟวิน ยาไนซอร์ลเม็ด ยาอิตราโคนาโซลเม็ด เป็นต้น

ห้ามใช้ยาสเตียรอยด์ทาบริเวณที่มีการติดเชื้อแบคทีเรีย หรือเชื้อรา เพราะจะทำให้เชื้อลุกลาม

การดูแลที่สำคัญคือการดูแลความสะอาดและไม่ให้เปียกชื้น และควรไป พบแพทย์เพื่อการวินิจฉัยที่ถูกต้อง รับประทานยาที่เหมาะสมกับเชื้อสาเหตุ

การรักษาโรคติดเชื้อแบคทีเรียหรือเชื้อราที่ผิวหนัง ต้องทายา รับประทานยาให้ครบตามระยะเวลาที่กำหนด มิฉะนั้นจะทำให้ไม่หายขาด และเชื้ออาจพัฒนาตื้อยา



2. ผื่นผิวหนังอักเสบ

สาเหตุ

ดังได้กล่าวมาแล้วข้างต้นในเรื่อง “โรคน้ำกัดเท้า” ว่าในระยะแรกชอกนิ้วสัมผัสนานๆ จะมีผิวหนังอักเสบนำมาก่อน ต่อมาจึงมีปัญหาเรื่องการติดเชื้อ

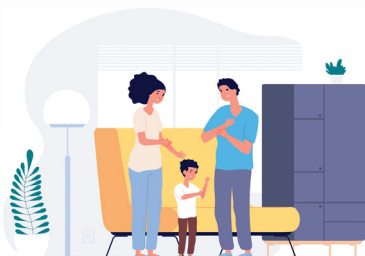
ในการทำงานเดียวกันผิวหนังส่วนอื่นๆ ของร่างกายที่สัมผัสนานๆ ก็จะมีอาการผิวหนังอักเสบเกิดขึ้นได้เช่นกัน

พื้นที่เสี่ยงต่อโรค

ทุกแห่งที่มีปัญหาน้ำท่วมขัง

อาการแสดงของผื่นผิวหนังอักเสบ

จะมีอาการหลังเกิดอุทกภัยไม่นาน ระดับความรุนแรงของอาการในแต่ละคนจะแตกต่างกันตามสุขภาพผิวพื้นฐานของแต่ละคน และขึ้นกับความสกปรกของแหล่งน้ำที่สัมผัส คนที่มีผิวแห้งหรือมีโรคผิวหนังอื่นอยู่แล้ว จะมีโอกาสเกิดผิวหนังอักเสบได้ง่ายกว่าคนที่ผิวสุขภาพดีแข็งแรง ผู้ป่วยจะมีอาการได้ตั้งแต่คันทั้งตัวโดยไม่มีผื่น จนถึงมีผื่นเม็ดเล็กๆ คัน สีแดง กระจายตามตัวและแขนขา พบผื่นมากบริเวณร่างกาย แขน ขา ซึ่งสัมผัสน้ำโดยตรง บริเวณในร่มผ้าตำแหน่งที่มีการเสียดสีจะมีผื่นคันเกิดขึ้นง่าย เช่น บริเวณสะโพก ข้อพับ ใต้สายเข็มขัด



การเกิดโรคผิวหนังชนิดนี้และการเกิดภาวะติดเชื้อแทรกซ้อนตามมาจะสูงขึ้น โดยสัมพันธ์กับระยะเวลาที่น้ำท่วมขัง หากปล่อยให้ให้น้ำท่วมขังนานวันจะป้องกันและรักษาอาการทางผิวหนังได้ยาก เพราะประชาชนจะสัมผัสน้ำสกปรกที่เป็นสาเหตุอยู่เรื่อยๆ จึงทำให้รักษาไม่หายขาด ผู้ที่มีอาการน้อยๆ ในระยะแรกเมื่อสัมผัสน้ำสกปรกนานขึ้นก็จะมีอาการลุกลามมากขึ้น

การป้องกัน

หลีกเลี่ยงการสัมผัสน้ำสกปรกหากมีความจำเป็นต้องสัมผัสน้ำสกปรกเมื่อเสร็จธุระให้รีบล้างน้ำทำความสะอาดด้วยสบู่อ่อนทันที

การรักษา

ถ้ามีอาการบริเวณผิวหนังหรือเนื้ออ่อนๆ ตามข้อพับ ใช้ครีมไตรแอมซิโนโลนความเข้มข้นร้อยละ 0.02 (0.02% Triamcinolone cream) หรือ ครีมเบต้าเมตาโซนความเข้มข้นร้อยละ 0.05 (0.05 % betamethasone cream)

ถ้ามีอาการบริเวณลำตัว แขน ขา ใช้ครีมไตรแอมซิโนโลนความเข้มข้นร้อยละ 0.1 (0.1 % Triamcinolone cream) หรือ ครีมเบต้าเมตาโซนความเข้มข้นร้อยละ 0.1 (0.1 % betamethasone cream) หรือ ครีมไวโอฟอร์มผสมกับไตรแอมซิโนโลนความเข้มข้นร้อยละ 0.02 (3 % vioform in 0.02 % Triamcinolone cream) ก็ใช้ได้

ทาครีมข้างต้นวันละสองครั้งติดต่อกันจนกว่าผื่นจะหาย ถ้าคันมากให้รับประทานยาแก้แพ้ แก้คัน เช่น ยาคลอเฟนิรามีน ขนาด 4 มิลลิกรัม วันละ 1-2 ครั้ง

3. โรคขอบเล็บอักเสบและเล็บขบ

สาเหตุ

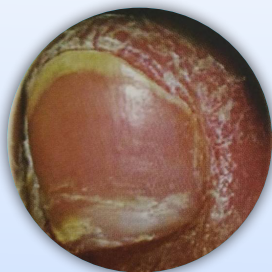
ขอบเล็บเป็นตำแหน่งหนึ่งที่มีลักษณะทางกายภาพเก็บสิ่งสกปรกหมักหมมได้ดี ถ้ามือ เท้า สัมผัสสิ่งเปียกชื้นอยู่ตลอดเวลา จะเกิดโรคขอบเล็บอักเสบตามมา ในรายที่เป็นซ้ำบ่อยจะมีปัญหาเล็บขบ และ ถ้ามีเล็บขบเรื้อรังก็จะทำให้เกิดขอบเล็บอักเสบได้ง่าย ตำแหน่งที่เกิดโรคขอบเล็บอักเสบและเล็บขบบ่อย คือ เล็บหัวแม่เท้า ในรายที่มีมือต้องสัมผัสสิ่งเปียกชื้นอยู่ตลอดเวลาจะมีอาการรอบเล็บมือด้วย

พื้นที่เสี่ยงต่อโรค

ทุกแห่งที่มีปัญหาน้ำท่วมขังจะมีปัญหาโรคนี้ที่เท้า และ สำหรับอาการที่มือมักเกิดในบุคคลที่มีอาชีพที่ต้องทำงานเปียกชื้น

อาการแสดงของขอบเล็บอักเสบและเล็บขบ

ผิวหนังและเนื้อเยื่อรอบๆ เล็บจะบวม แดง ปวดตื้อๆ กดเจ็บ ถ้าติดเชื้อแบคทีเรียเมื่อกดเนื้อรอบๆ เล็บจะมีหนองสีเหลือง หรือ สีเขียว ซึมออกมาจากขอบเล็บ สีของหนองขึ้นกับชนิดของเชื้อแบคทีเรีย ชนิดเรื้อรังมักติดเชื้อราแคนดิดา หนองจะมีสีขาวขุ่นคล้ายนม มีกลิ่นเหม็น ถ้าเป็นซ้ำบ่อยจะทำให้แผ่นเล็บไม่เรียบ



การป้องกัน

รักษามือทำให้สะอาดและแห้งเสมอ หลังเสร็จงานล้างด้วยน้ำสะอาด และสบู่อ่อน ไม่ควรใช้อุปกรณ์ของมีคมแคะชอกเล็บเพราะจะทำให้ชอกเล็บลึกมากขึ้น ทำให้เก็บสิ่งสกปรกต่างๆ ได้ดีขึ้น การแคะชอกเล็บเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้โครงสร้างรอบเล็บเสียและทำให้เล็บกลับคืนสู่สภาพเดิมได้ยาก

การรักษา

ใช้ยาทาครีมไวโอฟอร์มผสมกับไตรแอมซิโนโลนความเข้มข้น ร้อยละ 0.02 (3 % vioform in 0.02 % Triamcinolone cream) หรือยาทาชนิดอื่นที่เทียบเคียงกันได้¹ ทาวันละสองครั้งติดต่อกันจนกว่าผื่นจะหาย ในท้องตลาดมียาหลายตัวที่ใช้ได้ เช่น คีนาคอมครีม เดอมาคอมบิโน ซึ่งมีวิธีการทายาเหมือนข้างต้น และให้หยอดเล็บด้วยยาน้ำยาหยอดเล็บโธมอล ความเข้มข้น 3 % ถ้ามีหนองสีเขียวหรือเล็บเขียวให้ทำแผลและหยอดด้วย กรดอะซิติกอ่อน 1-3 % ถ้าคันมากให้รับประทานยาแก้แพ้ แก้คัน ยาคลอเฟนิรามีนขนาด 4 มิลลิกรัม วันละ 1-2 ครั้ง กรณีกดขอบเล็บแล้วมีหนองออกมา ควรไปพบแพทย์ เพราะต้องรับประทานยาปฏิชีวนะฆ่าเชื้อแบคทีเรียหรือยารักษาเชื้อรา ตามเชื้อที่เป็นสาเหตุ



4. โรคติดเชื้อทางผิวหนัง

“การสัมผัสน้ำสกปรก ไม่ว่าแผลเล็กหรือใหญ่ จะมีโอกาสติดเชื้อตามมาได้ ควรรักษา”

สาเหตุ

ดังได้เกริ่นมาแล้วว่าผู้ประสบเหตุน้ำท่วมมีโอกาสที่จะได้รับบาดเจ็บที่ผิวหนังอยู่เสมอ สาเหตุที่ทำให้ผิวหนังเกิดบาดแผล ได้แก่ การเกา รอยขีดข่วน ถูกหนามเกี่ยว ประสบอุบัติเหตุ ถูกของมีคม หรือประสบอุบัติเหตุที่รุนแรง เมื่อเกิดบาดแผลลึกขาด ไม่ว่าจะเป็นแผลเล็กหรือใหญ่ จะมีโอกาสติดเชื้อแบคทีเรีย เชื้อรา ตลอดจนเชื้อโรคชนิดอื่นๆ ตามมาได้ จึงควรรักษา

การติดเชื้อแบคทีเรียซ้ำซ้อน ทำให้แผลอักเสบเป็นหนอง ซึ่งอาจลุกลามเข้ากระแสเลือด ทำให้เสียชีวิตได้ โดยเฉพาะผู้ที่มิโรคประจำตัวอยู่เดิม เช่น โรคเบาหวาน โรคตับ โรคไต ตลอดจนโรคที่ทำให้ภูมิคุ้มกันบกพร่องจากสาเหตุต่างๆ ต้องระมัดระวังเป็นพิเศษ เพราะผู้ที่มีโรคประจำตัวมักติดเชื้อง่ายและมีอาการลุกลาม รุนแรงมากกว่า รักษาหายยากกว่า และมีความเสี่ยงติดเชื้อฉวยโอกาส ซึ่งไม่ก่อให้เกิดโรคในยามปกติ ได้มากกว่าคนปกติ

“ในสถานการณ์น้ำท่วมท่านอาจติดเชื้อที่ไม่ก่อโรคในคนปกติ”

นอกจากนี้ ในสถานการณ์น้ำท่วมผู้ประสบภัยอาจติดเชื้อที่ไม่ก่อโรคในคนปกติ เช่น เชื้อราร้ายแรงบางชนิด เชื้อวัณโรคบางชนิด

สถานการณ์ภายใต้เท้าที่บวมช้ำหรือโคลนตมอาจมีของแหลมคมซ่อนอยู่ของมีคมใต้น้ำที่มึนต่าจะทำให้เกิดบาดแผลและติดเชื้อโรคต่างๆ รวมทั้งเชื้อบาดทะยัก ซึ่งในปัจจุบันเป็นโรคที่พบไม่บ่อยในประเทศไทย จึงทำให้ผู้เกี่ยวข้องไม่คุ้นเคยและอาจมองข้ามไป หลังจากเชื้อบาดทะยักเข้าร่างกายโรคจะปรากฏอาการหลังได้รับเชื้อไปแล้วหลายสัปดาห์ ซึ่งแผลมักจะหายแล้ว ดังนั้นผู้ประสพภัยหากได้รับบาดแผลจากของมีคมจึงต้องใส่ใจเป็นพิเศษ แม้จะเป็นบาดแผลเล็กๆ น้อยๆ ก็ตาม การดูแลตนเองเบื้องต้นในที่เกิดเหตุควรทำความสะอาดแผลด้วยสบู่อ่อนและน้ำสะอาดก่อนไปพบเจ้าหน้าที่สาธารณสุขเพื่อรับการรักษาที่ถูกต้องและฉีดวัคซีนกระตุ้นภูมิคุ้มกันโรค เช่น วัคซีนป้องกันบาดทะยัก

พื้นที่เสี่ยงต่อโรค

ทุกแห่งที่มีปัญหาน้ำท่วมขัง และ ลักษณะงานที่เสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ เช่น งานรื้อถอน ปรับปรุงที่อยู่อาศัยภายในบ้านและบริเวณรอบบ้าน การเดินเท้าเปล่า

การป้องกัน

ระมัดระวังไม่ให้เกิดบาดแผลตามร่างกาย ถ้ามีอาการคันไม่ควรเกาแรง หรือใช้ของแข็งถูผิวหนัง ตัดเล็บให้สั้น รักษาความสะอาดของร่างกาย

การรักษา

วิธีการรักษาที่ถูกต้องประกอบด้วย การดูแลแผลอย่างถูกวิธี เลือกใช้ยาฆ่าเชื้อที่เหมาะสม จึงควรไปพบเจ้าหน้าที่สาธารณสุขทันทีหลังเกิดเหตุ การพยาบาลเบื้องต้นในจุดเกิดเหตุให้รีบทำความสะอาดแผลด้วยน้ำสะอาดและสบู่อ่อน



5. การแพร่กระจายของแมลงนำโรค

“น้ำท่วมทำให้สภาพสิ่งแวดล้อมเปลี่ยนไปส่งเสริมทำให้แมลง และเชื้อโรคทวีจำนวนเพิ่มขึ้นและแพร่ได้อย่างรวดเร็ว”

สาเหตุ

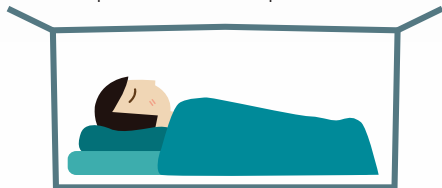
น้ำท่วมทำให้สิ่งแวดล้อมเปลี่ยน แมลงนำโรคเจริญเติบโตได้ดี ซึ่งส่งผล ทำให้หลังน้ำท่วมเชื้อโรคมีจำนวนเพิ่มขึ้นและแพร่ได้อย่างรวดเร็วจึงมี โอกาสเกิดโรคระบาดสูงขึ้น แหล่งน้ำขังนิ่งหลังน้ำท่วมจะเหมาะสมสำหรับการแพร่พันธุ์ของ โรคหลายชนิดที่ยุ่งเป็นพาหะจึงมีโอกาสระบาดมากขึ้น ไม่ว่าจะเป็น ไข้สมองอักเสบ ไข้เลือดออก หรือ ไข้มาลาเรียระยะแรก กระแสน้ำ จะชะแหล่งเพาะพันธุ์ของ แต่ในที่สุดยุงจะกลับมาน้ำลด การเปลี่ยนพฤติกรรม ประจำวันของผู้ประสบภัยน้ำท่วมที่ทำให้มีความเสี่ยงที่จะถูกยุงกัดมากขึ้น ได้แก่ การไม่มีที่อยู่อาศัยที่ถูกสุขลักษณะถาวร การที่ต้องอาศัยอยู่ร่วมกัน อย่างแออัดในใดที่หนึ่ง เป็นต้น

พื้นที่เสี่ยงต่อโรค

พื้นที่น้ำท่วมขัง อยู่ใกล้ป่าเขา มีร่องสวน พุ่มไม้ ป่าละเมาะ

การป้องกันโรคที่เกิดจากยุง

ผู้ที่อยู่ในที่เกิดเหตุจึงต้องป้องกันยุงกัด และนอนในมุ้ง



แมลงและสัตว์มีพิษกัดต่อย

น้ำท่วมทำให้ สัตว์ แมลง ไม่มีที่อยู่อาศัย ออกจากถิ่นที่อยู่เพื่อหาน้ำ และมักหนีน้ำสู่ที่สูงเช่นเดียวกับมนุษย์ ผู้ประสบภัยจะมีโอกาสถูกยุงกัด หมัดกัด โดยเฉพาะในเด็ก ส่วนผู้ใหญ่ทำงานมักถูกแมลงมีพิษกัดต่อย เช่น แมงป่อง ตะขาบ เกิดผื่นแพ้สัมผัสจากตัวงันกระดก และบึ้งบน สำหรับผู้ที่ตั้งบ้านเรือน อยู่ใกล้ป่าเขา มีโอกาสติดโรคที่นำโดยแมลงในป่า เช่น โรคสครับไทฟัส ซึ่งเชื้อโรคเข้าสู่ร่างกายจากการถูกเห็บกัด

ผื่นแพ้สัมผัสจากตัวงันกระดก

สาเหตุ

เกิดจากสัมผัสสารระคายเคืองของ ตัวงันกระดก ตัวงันกระดกเป็นแมลงในตระกูลแมลงเต่าทอง แมลงชนิดนี้ไม่กัด หรือต่อย แต่ทำให้เกิดผื่นระคายเคือง เมื่อผิวหนังสัมผัสกับสารพิษซึ่งแมลง ปล่อยออกมา ตัวงันกระดกชอบเล่นไฟ ในตอนกลางคืน จะไต่ตามตัวคนในขณะหลับ คนมักปิดหรือขี้แมลงโดยไม่รู้ตัวทำให้ แมลงปล่อยสารพิษจากต่อม ซึ่งสารพิษนี้มี ศักยภาพทำให้ระคายเคืองสูง



พื้นที่เสี่ยงต่อโรค

ร่องสวน พุ่มไม้ ป่าละเมาะ ตัวเมียจะ วางไข่ในพื้นที่ที่มีความชื้นสูง เช่น ในดินร่วน ที่มีวัตถุเน่าเปื่อยปกคลุม และใกล้แหล่งน้ำ



อาการแสดงของผื่นแพ้สัมผัสจากดวงกันกระดก

ทำให้ผิวหนังมีอาการแดง คัน เป็นแนวยาว ถ้ามีอาการมากจะเป็นตุ่มหนอง ผู้สัมผัสสารพิษดวงกันกระดกมักให้ประวัติว่ามีผื่นเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ ตามรอยเกาะ

“ พืชจากดวงกันกระดกทำให้เกิดผื่นระคายเคือง แดง คัน ถ้าสัมผัสสารพิษจำนวนมากจะเป็นหนอง ผื่นวางเรียงตัวเป็นแนวยาว เพิ่มจำนวนมากขึ้นเรื่อยๆ ”

การป้องกัน

ดูแลที่อยู่อาศัยอย่าให้มีแมลงเข้าไปในห้อง ก่อนใช้เสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่ม ควรตรวจตราไม่ให้มีแมลงซ่อนอยู่ การป้องกันที่ดีก็คือพยายามหลีกเลี่ยงการสัมผัสแมลงชนิดนี้ หรือเมื่อแมลงมาเกาะก็พยายามอย่าตี หรือหากสงสัยว่ามีการสัมผัสก็รีบล้างด้วยน้ำสะอาดหรือเช็ดด้วยแอมโมเนียทันที การปิดไฟเมื่อเข้านอนหรือปิดไฟเท่าที่จำเป็นก็ลดโอกาสที่แมลงเหล่านี้มาเล่นไฟในบริเวณนั้น รวมถึงการอยู่ในห้องมุ้งลวดหรือนอนในมุ้งก็ช่วยลดโอกาสที่จะสัมผัสกับแมลงเหล่านี้



การรักษา

การรักษาโรคผิวหนังจากด้วงกันกระดก บึ้งชน ยุ้งกิด หมัดกัด มดกัด ใช้ครีมไวโอฟอร์มผสมกับไตรแอมซินोलอนความเข้มข้น ร้อยละ 0.02 (3 % vioform in 0.02 % Triamcinolone cream) ทาวันละสองครั้ง ติดต่อกันจนกว่าผื่นจะหาย นอกจากนี้ให้ยาตามอาการ เช่น ถ้ามีอาการปวด บริเวณถูกแมลงกัดต่อยก็ให้รับประทานยาแก้ปวด ถ้าไม่มีภาวะแทรกซ้อน โรคเหล่านี้หายโดยไม่เป็นแผลเป็น แต่อาจทิ้งรอยดำไว้ระยะหนึ่ง

กรณีที่มีอาการรุนแรง เกิดตุ่มน้ำพุพองหรือเป็นหนองให้ประคบด้วย น้ำเกลือสำหรับล้างแผล หรือน้ำยา โพโรว์ ทาวันละสองครั้ง จะช่วยทำให้ตุ่มน้ำพุพอง และหนองแห้งเร็วขึ้น หนองอาจเกิดจากพิษที่รุนแรงกระตุ้นทำให้เกิดหนอง หรือเกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรียซ้ำเติม ถ้ามีการติดเชื้อแบคทีเรียให้ใช้ยาปฏิชีวนะ ชนิดทา เช่น มิวปีโรซินครีม หรือ ฟิวซิดินครีม ทาวันละสองครั้ง ประมาณ 7-10 วัน แต่ถ้ามีอาการมากต้องรับประทานยาปฏิชีวนะ ซึ่งหากอาการถึงขั้นนี้ควรไป พบแพทย์ ไม่ควรรักษาด้วยตนเอง

“ถ้ามีอาการโรคติดเชื้อรุนแรงควรไปพบแพทย์
ไม่ควรรักษาด้วยตนเอง”



6. โรคพยาธิไชเท้า

สาเหตุ

เดินเท้าเปล่า และถูกพยาธิปากขอไชเข้าผิวหนัง ส่วนใหญ่เกิดจากพยาธิปากขอของสุนัข แต่ในภาวะน้ำท่วมโอกาสสัมผัสพยาธิปากขอของคนมากขึ้นเพราะสิ่งปฏิกูลแพร่ออกนอกสถานที่จัดเก็บ

พื้นที่เสี่ยงต่อการเกิดโรค

พยาธิจะมีชีวิตอยู่รอดได้ดีในบริเวณพื้นดินที่ชื้น ใต้ร่มผ้า และมักพบช่วงวันที่มีอากาศเย็น แสงแดดไม่ร้อนจัด

อาการแสดงของโรคพยาธิไชเท้า

จะมีผื่นสีแดง คัน เป็นเส้นซิกแซก ผื่นนี้จะลามออกไปเรื่อย ๆ

การป้องกัน

สวมรองเท้า

การรักษา

รับประทานยาถ่ายพยาธิตัวกลม เช่น ยาอันเบนดาโซลชนิดเม็ด รับประทานวันละ 2 เม็ด ติดต่อกัน 3 วัน



7. อาการโรคผิวหนังที่เป็นอยู่เดิมกำเริบ

สาเหตุ

น้ำท่วมทำให้ผู้ป่วยที่มีโรคผิวหนังอยู่เดิมมีอาการกำเริบมากขึ้นหลังสัมผัสน้ำและขาดน้ำสะอาดใช้ ได้แก่ โรคผิวหนังอักเสบเรื้อรัง ผิวหนังอักเสบจากผิวแห้งในผู้สูงอายุ โรคภูมิแพ้ทางผิวหนัง โรคเชื้อราตามลำตัวและขาหนีบ ผู้ป่วยกลุ่มนี้มีอาการของโรคดังกล่าวมานาน แต่หลังจากเกิดน้ำท่วมผิวหนังต้องสัมผัสน้ำสกปรก อาการทางผิวหนังจึงกำเริบมากขึ้น

“น้ำท่วมทำให้เกิดโรคเรื้อรังกำเริบ
เพราะผู้ป่วยไม่สามารถเดินทางไปรับยาได้ตามปกติ”

ผู้ป่วยอีกกลุ่มหนึ่งมีโรคผิวหนังเรื้อรังอยู่แต่เดิม เช่น โรคแพ้ภูมิตนเอง (เอส แอล อี) โรคตุ่มน้ำพุพอง เป็นต้น เป็นโรคที่ขาดยาไม่ได้และเป็นโรคที่มีอันตรายสูงต้องรับยาสม่ำเสมอต่อเนื่อง นอกจากน้ำท่วมทำให้ผู้ป่วยกลุ่มนี้มีโอกาสเกิดโรคต่างๆ ได้เหมือนคนปกติทั่วไปแล้ว ยังสามารถทำให้โรคกำเริบเป็นอันตรายต่อชีวิตได้เพราะผู้ป่วยไม่สามารถเดินทางไปรับยาได้ตามปกติ

การรักษา

ผู้ป่วยที่มีปัญหาสุขภาพกลุ่มนี้ มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องรับยารักษาโรคผิวหนังเดิมที่เป็นอยู่ให้ต่อเนื่อง ไม่ควรปล่อยปละละเลย เพราะบางโรคอาจมีความรุนแรงหรือเกิดผลแทรกซ้อนที่รุนแรงได้ และหน่วยบริการสุขภาพในชุมชนควรจัดระบบบริการสุขภาพอำนวยความสะดวกแก่ผู้ประสบภัยเพื่อให้สามารถเข้าถึงบริการสุขภาพได้โดยสะดวกรวดเร็ว

8. โรคพยาธิหอยคัน



สาเหตุ

เมื่อมีน้ำท่วมอาจพบการระบาดของโรคพยาธิหอยคัน โรคผิวหนังชนิดนี้เกิดจากตัวอ่อนพยาธิใบไม้ในเลือดของวัว ควาย ไช เข้าผิวหนังคน แต่เนื่องจากร่างกายคนไม่มีความเหมาะสมสำหรับการเจริญเติบโตของพยาธิ ทำให้พยาธิพัฒนาต่อไปไม่ได้ จึงตายในที่สุด แต่อย่างไรก็ตามระหว่างอยู่ในผิวหนังมนุษย์พยาธิสามารถกระตุ้นทำให้ร่างกายเกิดปฏิกิริยาอักเสบได้



อาการแสดงของพยาธิใบไม้ในเลือด

มีผื่นแดง คันมากบริเวณที่พยาธิไชเข้าผิว ผื่นจะเกิดตามร่างกายบริเวณที่สัมผัสกับหอยคัน ส่วนใหญ่พบที่มือและเท้า บางคนแพ้มากจะมีตุ่มน้ำพุพองเกิดขึ้นบริเวณสัมผัสพื้นที่เสี่ยงต่อการเกิดโรค

จะพบผื่นพยาธิหอยคันระบาดในท้องถิ่นที่แหล่งน้ำมีหอยคันชุกชุม ตัวอ่อนพยาธิใบไม้ในเลือดจะเจริญเติบโตในหอยคันก่อนออกจากหอยคันเข้าไปอาศัยอยู่ในสัตว์เลือดอุ่นชนิดอื่นต่อไป

การรักษา

เนื่องจากพยาธิตายไปเองในที่สุด การรักษาจึงเป็นการรักษาตามอาการ ผื่นพยาธิตายคันทำให้คันมากๆ รักษาอาการคันด้วยยารับประทานแก้แพ้แก้คัน เช่น ยาคลอเฟนิรามีน รับประทานครั้งละ 1 เม็ด ทุก 4-6 ชั่วโมง บางรายอาจต้องให้กินเพรดนิโซโลนขนาด 0.5 มก. ต่อน้ำหนักตัว 1 กิโลกรัมประมาณ 1 สัปดาห์ ถ้ามีอาการบริเวณลำตัว แขนขา ใช้ครีมไตรแอมซิโนโลนความเข้มข้นร้อยละ 0.1 (0.1 % Triamcinolone cream) หรือ ครีมเบตาเมตาโซนความเข้มข้นร้อยละ 0.1 (0.1 % betamethasone cream) หรือครีมไวโอฟอร์มผสมกับไตรแอมซิโนโลนความเข้มข้นร้อยละ 0.02 หรือผสมกับครีมเบตาเมตาโซนความเข้มข้นร้อยละ 0.1 (3 % vioform in 0.02 % Triamcinolone cream หรือ 01 % betamethasone cream) ให้ทาวันละสองครั้งติดต่อกันจนกว่าผื่นจะหาย ซึ่งจะใช้เวลาประมาณ 7-10 วัน ถ้าไม่มีภาวะแทรกซ้อน หลังจากนั้นจะทิ้งรอยดำไว้แต่จะเลือนหายไปเองในที่สุด ไม่เป็นแผลเป็น



9. โรคฉี่หนู

“โรคฉี่หนูเข้าสู่ร่างกายทางผิวหนังและเยื่อぶซึ่งสัมผัสแหล่งที่เปื้อนฉี่หนู”

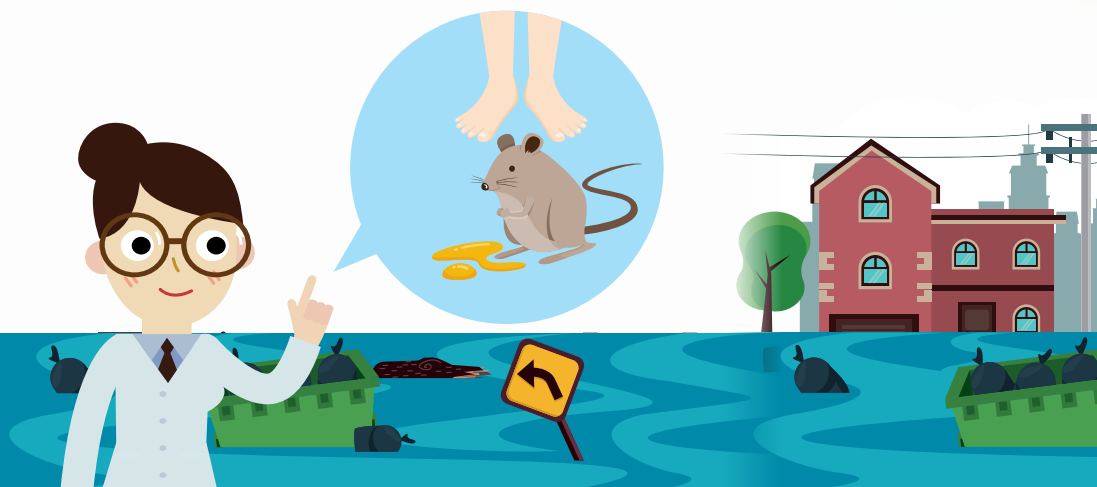
สาเหตุ

โรคฉี่หนูซึ่งเกิดจากเชื้อเล็ปโตสไปโรซิสจะเข้าสู่ร่างกายทางผิวหนังและเยื่อぶซึ่งสัมผัสแหล่งที่เปื้อนฉี่หนูที่เป็นโรคนี้ ฝนตกหนักและน้ำท่วมทำให้หนูแพร่พันธุ์อย่างรวดเร็ว ซึ่งมีผลทำให้ปริมาณเชื้อโรคเพิ่มจำนวนมากขึ้น

ปัจจัยเสี่ยงที่ส่งเสริมทำให้เกิดโรคฉี่หนู ได้แก่

1. ภาวะน้ำท่วม
2. มีสัตว์เลี้ยงในบ้าน ไม่ว่าจะเป็นสุนัข แมว หรือ วัว ควาย หมู
3. มีบาดแผลที่ผิวหนังและมีประวัติสัมผัสสิ่งขับถ่ายจากสัตว์
4. คนที่เคยเป็นไข้เลือดออกเมื่อปีก่อนเกิดเหตุจะมีความเสี่ยงเป็น

โรคฉี่หนูมากกว่าคนทั่วไป



พื้นที่เสี่ยงต่อการเกิดโรค

บริเวณน้ำท่วมขัง ดินชื้นแฉะ โคลน หรือ ไนรั่วอ้อย

อาการแสดงของโรคฉี่หนู

มีไข้มาาก่อน ปวดศีรษะรุนแรง ปวดเมื่อยตามตัว คลื่นไส้อาเจียน ปวดท้อง มีผื่นตามตัว ตัวเหลือง ตาเหลือง ไตวาย เยื่อหุ้มสมองอักเสบ และเสียชีวิตได้ หากสงสัยควรรีบไปพบแพทย์โดยด่วน

การป้องกัน

ไม่ว่ายน้ำหรือเดินลุยน้ำบริเวณที่ปนเปื้อนมูลสัตว์เป็นโรค ดังนั้นให้สันนิษฐานไว้ก่อนว่าน้ำที่ท่วมนี้มีโอกาสปนเปื้อนเชื้อฉี่หนู ควรสวมเสื้อผ้ามิดชิด สวมรองเท้าป้องกันการสัมผัสน้ำสกปรก



โรคจากการปนเปื้อนสารเคมี ที่ใช้ในการอุตสาหกรรม, การเกษตร

“ น้ำท่วมอาจมีสารเคมีอันตรายที่ใช้ในการอุตสาหกรรม
การเกษตรปนเปื้อน จึงควรระวังเรื่องการใช้น้ำ
สำหรับดื่ม ประกอบอาหาร ทำความสะอาดร่างกาย ”



สาเหตุ

น้ำท่วมอาจมีสารเคมีที่ใช้ในการอุตสาหกรรม,
การเกษตรปนเปื้อน โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากตั้งบ้านเรือน
อยู่ใกล้โรงงานอุตสาหกรรม โกดังเก็บสารเคมี



พื้นที่เสี่ยงต่อการเกิดโรค

อาศัยอยู่ในพื้นที่ใกล้โรงงานอุตสาหกรรม โกดังเก็บ
สารเคมี

อาการแสดง

แม้ว่าสารเคมีแต่ละชนิดจะทำให้เกิดปัญหาสุขภาพ
ต่างกัน ส่วนใหญ่ในระยะแรก จะทำให้มีอาการปวดศีรษะ
วิงเวียน คลื่นไส้ กระวนกระวาย อ่อนเพลีย มีผื่น
ผิวหนังอักเสบ

การป้องกัน

ไม่ใช้น้ำจากแหล่งที่ไม่ได้รับการตรวจสอบพิสูจน์ว่า
ปลอดภัยจากสารเคมี สำหรับการอุปโภค บริโภค ผู้ที่เข้าไป
ทำความสะอาดสถานที่เกิดเหตุภายในโรงงานหรือโกดัง
มีโอกาสสัมผัสสารพิษเหล่านี้ได้ขณะปฏิบัติงานในสถานที่
ปนเปื้อนครบสวมใส่เสื้อผ้า ถุงมือ หมวก ที่สามารถป้องกัน
สารเคมีชนิดนั้นๆ ได้



สรุป

โดยสรุปปัญหาสุขภาพที่จะเกิดหลังน้ำท่วมมีทั้งอาการเจ็บป่วยในระยะแรกและระยะต่อมา ได้แก่ โรคผิวหนังจากการสัมผัสกับสารเคมีสิ่งสกปรก หรือ ติดเชื้อที่ผิวหนังไม่ว่าจะเป็นเชื้อแบคทีเรีย เชื้อรา หรือหนอนพยาธิ โรคผิวหนังจากแมลงสัตว์มีพิษกัดต่อย ซึ่งนอกจากจะทำให้ไม่สบายจากการถูกกัดต่อยแล้ว ในภายหลังหากได้รับเชื้อโรคเข้าไปด้วยอาจทำให้ป่วยเป็นโรคไข้เลือดออก ไข้มาลาเรีย ไข้สมองอักเสบ ติดเชื้อในกระแสเลือด หรือติดเชื้ออื่นๆ ที่ไม่พบในภาวะปกติ ผู้ที่เจ็บป่วยเรื้อรังอยู่แต่เดิมและต้องรับประทานยาเป็นประจำ อาจทำให้โรคกำเริบ นอกจากนี้ ยังมีโรคอื่นๆ อีก เช่น อาหารเป็นพิษ โรคติดเชื้อทางเดินอาหาร โรคฉี่หนู โรคตาแดง โรคติดเชื้อที่ระบบหู คอ-จมูก สิ่งเหล่านี้ล้วนแต่เป็นผลกระทบจากน้ำท่วมทั้งสิ้น

“โรคผิวหนังที่เกิดหลังน้ำท่วมมีสองระยะ
คือ ระยะแรก ระยะเรื้อรัง”



การป้องกัน

“น้ำดื่ม น้ำใช้ เป็นเรื่องสำคัญที่สุด ต้องใช้น้ำสะอาดในการอุปโภค บริโภค”

“ต้องระวังเรื่องความสะอาด ทำความสะอาดมือ และร่างกายด้วยสบู่อุ่นและน้ำสะอาด”

“ระยะแรกให้ใช้น้ำขวดไปก่อน จนกว่าหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้ตรวจสอบและรับรองความสะอาดของน้ำดื่ม น้ำใช้ บริเวณเกิดเหตุ”

“ไม่ควรให้เด็กเล่นของเล่นที่ยังไม่ได้ทำความสะอาด”

“ในบริเวณแหล่งน้ำปนเปื้อนสารเคมีผู้ที่เข้าไปต้องสวมชุดที่ป้องกันอย่างมิดชิด และสวมแว่น”



คำแนะนำการปฏิบัติตัว สำหรับประชาชนหลังประสบภัยน้ำท่วม

1. ใช้น้ำดื่ม น้ำใช้ที่สะอาด หากหาแหล่งน้ำสะอาดไม่ได้ให้ต้มน้ำให้เดือดก่อนใช้อย่างน้อย 10 นาที

2. ถ้าอาศัยอยู่ใกล้แหล่งโรงงานอุตสาหกรรมหรือแหล่งสารเคมี พึงระลึกเสมอว่าแหล่งน้ำในครัวเรือนอาจปนเปื้อนสารเหล่านี้ และความร้อนไม่สามารถทำให้น้ำเหล่านี้สะอาดพอสำหรับการบริโภค ควรปรึกษาหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเพื่อตรวจสอบความปลอดภัยของน้ำหรือขอความช่วยเหลือให้จัดหา น้ำสะอาดไว้ให้

3. ล้างมือให้สะอาดก่อนรับประทานอาหารเสมอ รับประทานอาหารที่ปรุงสุกและปรุงเสร็จใหม่

4. สวมเสื้อผ้ามิดชิด ป้องกันแมลงสัตว์กัดต่อย นอนในมุ้ง พึงระลึกเสมอว่าแมลงและสัตว์มีพิษทั้งหลายหนีมาอาศัยอยู่ในที่สูงเช่นกัน

5. ผู้ปกครองควรดูแลบุตรหลานที่ยังเล็ก เพราะเด็กมักจะสนุกกับการเล่นน้ำและไม่ใส่ใจเรื่องการรักษาความสะอาดและอันตรายที่แฝงมากับน้ำท่วม

6. ตรวจสอบระบบไฟฟ้าและอุปกรณ์ไฟฟ้าในบ้าน ระมัดระวังเรื่องไฟฟ้าลัดวงจร

7. หากรู้สึกไม่สบายให้รีบปรึกษาแพทย์

8. ควรไปรับยารักษาโรคประจำตัว
ทานยาให้สม่ำเสมอ อย่าขาดยา



คำแนะนำ การดูแลผิวหนังหลังประสบภัยน้ำท่วม

1. หลีกเลี่ยงการแช่เท้าในน้ำนานๆ ถ้าเป็นไปได้ไม่ควรสัมผัสน้ำท่วมเกินกว่าวันละ 3 ชั่วโมง และถ้าเป็นผู้ที่มีปัญหาผิวหนังอยู่แต่เดิม ควรเลี่ยงการสัมผัสน้ำท่วมขังให้ได้มากที่สุด และพึงระลึกไว้อย่างยิ่งว่ายิ่งลุยน้ำนานวันเข้า ระยะเวลาสัมผัสน้ำที่ผิวหนังจะฟื้นตัวกลับสู่สภาวะปกติหลังสัมผัสน้ำจะสั้นลง
2. หากจำเป็นต้องลุยน้ำให้สวมรองเท้าบูตกันน้ำ เลี่ยงการสัมผัสน้ำสกปรก เพื่อป้องกันของมีคมในน้ำที่มึนดำ เท้า พยาธิไชเท้า
3. รีบทำความสะอาดเท้า โดยเฉพาะง่ามนิ้วเท้า ฝ่าเท้า ด้วยน้ำสะอาด ฟอกสบู่อ่อนเช็ดเท้าให้แห้ง เมื่อเสร็จธุระนอกบ้าน
4. หากมีบาดแผลตามผิวหนังไม่ควรสัมผัสน้ำสกปรก
5. เมื่อมีแผล ผื่น ที่ผิวหนังให้พบแพทย์
6. ทายาหรือรับประทานยาตามแพทย์สั่งอย่างเคร่งครัด

กรณีต้องการแนะนำ
ชาวต่างชาติที่ประสบภัยธรรมชาติในประเทศไทย
in Thailand: [https://www.thailandvisa.net/
natural-disasters-in-thailand/](https://www.thailandvisa.net/natural-disasters-in-thailand/)



คณะทำงาน

บรรณาธิการ

แพทย์หญิงมิ่งขวัญ วิชัยดิษฐ
ผู้อำนวยการสถาบันโรคผิวหนัง

เนื้อหา/ภาพ

แพทย์หญิงวลัยอร ปรัชญพฤทธิ์
ที่ปรึกษาผู้อำนวยการด้านเครือข่ายวิชาการ
และบริการผู้ป่วยโรคผิวหนัง
สถาบันโรคผิวหนัง

ออกแบบ/จัดรูปเล่ม/

พิสูจน์อักษร/ประสานงาน

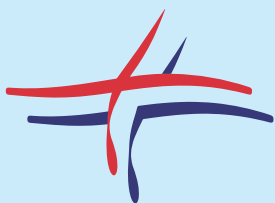
นางศุภมาส สุวรรณเมฆ
ผู้ช่วยผู้อำนวยการด้านพัฒนา
เครือข่ายและนโยบายสาธารณสุข
สถาบันโรคผิวหนัง

นายศุภลักษณ์ มิรัตนไพโร
นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ
สถาบันโรคผิวหนัง

ผลิตโดย

สถาบันโรคผิวหนัง กรมการแพทย์





สถาบันโรคผิวหนัง
INSTITUTE OF DERMATOLOGY

www.iod.go.th



 สถาบันโรคผิวหนัง



 @skinthailand



 สถาบันโรคผิวหนัง
INSTITUTE OF DERMATOLOGY



สถาบันโรคผิวหนัง กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข
420/7 ถนนราชวิถี แขวงทุ่งพญาไท เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400
โทรศัพท์ : 0-2354-5222 โทรสาร : 0-2644-9333
www.iod.go.th

