การติดเชื้อไวรัสโคโรน่าในระบบทางเดินหายใจ (Respiratory Coronaviruses) อาจทำให้เกิดอาการไข้อ่อนเพลีย ปวดศีรษะ มีน้ำมูก เจ็บคอ ไอ โดยในทารกที่มีอาการรุนแรงอาจมีลักษณะของปอดอักเสบ (Pneumonia) หรือหลอดลมฝอยอักเสบ (Bronchiolitis) ในเด็กโตอาจมีอาการของหอบหืด (Asthma) ส่วนในผู้ใหญ่อาจพบลักษณะปอดอักเสบ (Pneumonia) หลอดลมอักเสบเรื้อรัง (Chronic bronchitis) หรือการกลับเป็นซ้ำของโรคหอบหืดได้และอาจทำให้เกิดอาการรุนแรงได้มากในผู้สูงอายุหรือผู้ที่ภูมิคุ้มกันบกพร่องโดยพบการติดเชื้อแบบไม่แสดงอาการได้ในทุกอายุและหากแสดงอาการ มักพบร่วมกับการติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจอื่นๆ เช่น Rhinovirus,Adenovirus หรือเชื้ออื่นๆ การติดเชื้อทางเดินหายใจเฉียบพลันรุนแรง หรือซาร์ส (Severe Acute Respiratory Syndrome; SAR CoV) จะพบมีอาการไข้ปวดศีรษะ อ่อนเพลียหรืออาการคล้ายไข้หวัดใหญ่ แล้วมีอาการไอและหอบเหนื่อยอย่างรวดเร็ว ซึ่งอัตราตายจะสูงขึ้น ในผู้ป่วยสูงอายุหรือมีโรคประจำตัว

การติดเชื้อโคโรน่าไวรัสในระบบทางเดินอาหาร (Gastrointestinal Coronaviruses) มักพบบ่อยในเด็กแรกเกิดและทารกอายุน้อยกว่า 1 ปีหรืออาจพบในผู้ใหญ่ที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่องโดยพบเชื้อได้แม้ผู้ป่วยไม่แสดงอาการ และไม่มีฤดูกาลการเกิดโรคที่แน่นอน

**ระยะฟักตัวของโรค**

โดยเฉลี่ยประมาณ 2 วัน (อาจมีระยะฟักตัวนานถึง 3 - 4 วัน) สำหรับโรคซาร์สอาจใช้ระยะฟักตัว 4 - 7 วัน (อาจนานถึง 10 - 14 วัน)

**วิธีการแพร่โรค**

แพร่กระจายเชื้อจากการสัมผัส (Contact) กับสารคัดหลั่งจากทางเดินหายใจ หรือแพร่กระจายเชื้อจากฝอยละอองน้ำมูกน้ำลาย (Droplet) จากผู้ป่วยที่มีเชื้อโดยการไอหรือจาม

**คำแนะนำและการป้องกัน**

 ออกกำลังกายสม่ำเสมอและพักผ่อนให้เพียงพอ

 รับประทานอาหารที่มีประโยชน์และครบ 5 หมู่

 ไม่คลุกคลีใกล้ชิดกับผู้ป่วย

 แนะนำให้ผู้ป่วยใส่หน้ากากอนามัยปิดปากปิดจมูกเวลาไอหรือจาม

 ควรล้างมือบ่อยๆด้วยน้ำและสบู่หรือสบู่ที่มีส่วนผสมของน้ำยาฆ่าเชื้อโดยเฉพาะเมื่อสัมผัส

กับสารคัดหลั่งจากผู้ป่วยก่อนรับประทานอาหารและหลังขับถ่าย

 ควรหลีกเลี่ยงการเข้าไปในพื้นที่แออัด หรือที่ชุมชนสาธารณะที่มีคนอยู่เป็นจำนวนมากเพื่อ

ลดความเสี่ยงในการติดโรค

ถ้าจะต้องเดินทางไปร่วมพิธีฮัจจ์จะต้องปฏิบัติตัวอย่างไร?

 ก่อนเดินทาง

- เนื่องจากทางองค์การอนามัยโลกยังไม่แนะนำให้มีการจำกัดการเดินทางไปยังประเทศใด ดังนั้น

ผู้ที่จะเดินทางไปต่างประเทศให้เตรียมร่างกายให้พร้อมหากมีโรคประจำตัว ควรระมัดระวังเป็นพิเศษ และเน้นการรักษาสุขอนามัยส่วนบุคคลเช่นการล้างมือเป็นต้น

- ขอรับบริการฉีดวัคซีนป้องกันโรคตามที่ประเทศซาอุดิอาระเบียกำหนดอันได้แก่วัคซีนโรคไข้กาฬหลังแอ่นและวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่

 ระหว่างอยู่ในต่างประเทศ

- หลีกเลี่ยงการคลุกคลีใกล้ชิดกับผู้ป่วยระบบทางเดินหายใจหรือผู้ที่มีอาการไอหรือจาม

- หลีกเลี่ยงการเข้าไปในพื้นที่แออัดโดยไม่จำเป็นเพื่อลดความเสี่ยงในการติดโรคหากจำเป็นต้อง

เข้าไปในพื้นที่แออัดผู้มีโรคประจำตัวที่เสี่ยงต่อการป่วยอาจพิจารณาการใส่หน้ากากอนามัย และเปลี่ยนบ่อยๆ

- ควรล้างมือบ่อยๆ ด้วยน้ำ และสบู่

- หากมีอาการคล้ายไข้หวัดเช่นมีไข้ไอจามมีน้ำมูกให้ใส่หน้ากากอนามัยและหลีกเลี่ยงการคลุกคลี

กับผู้อื่นหากอาการไม่ดีขึ้น หรือมีอาการหอบเหนื่อยหายใจลำบากควรไปพบแพทย์

คำแนะนำสำหรับผู้เดินทางที่จะไป - มาจากต่างประเทศ

- เนื่องจากทางองค์การอนามัยโลก ยังไม่แนะนำ ให้มีการจำกัดการเดินทางไปยังประเทศใด ดังนั้น

ผู้ที่จะเดินทางไปต่างประเทศ ให้เน้นการรักษาสุขอนามัยส่วนบุคคล และหมั่นล้างมือบ่อยๆ นอกจากนั้น ควรหลีกเลี่ยงการเข้าไปในพื้นที่แออัด หรือที่ชุมชนสาธารณะที่มีคนอยู่เป็นจำนวนมากๆ เพื่อลดความเสี่ยงในการติดโรค หากจำเป็นต้องเข้าไปในพื้นที่อาจพิจารณาการใส่หน้ากากอนามัย และเปลี่ยนบ่อยๆ

- ผู้ที่กลับมาจากต่างประเทศ ควรสังเกตอาการผิดปกติ หากมีอาการไข้ ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก

ควรพักผ่อนอยู่กับบ้าน และปฏิบัติตามมาตรการลดการแพร่เชื้อสู่คนรอบข้าง โดยการใส่หน้ากากอนามัย และล้างมือบ่อยๆ หากอาการไม่ดีขึ้นภายใน 2 วัน หรือมีอาการไข้สูง หอบเหนื่อย หายใจลำบาก ควรไปพบแพทย์

พร้อมทั้งแจ้งประวัติการเดินทาง

คำแนะนำประชาชน

- หลีกเลี่ยงการคลุกคลีใกล้ชิดกับผู้ป่วยที่มีอาการไอ หรือจาม

- ควรล้างมือบ่อยๆ ด้วยน้ำและสบู่

- ควรหลีกเลี่ยงการเข้าไปในพื้นที่แออัด หรือที่ชุมชนสาธารณะที่มีคนอยู่เป็นจำนวนมาก

หากจำเป็นต้องเข้าไปในพื้นที่แออัด อาจพิจารณาการใส่หน้ากากอนามัย เพื่อลดความเสี่ยงในการติดโรค

- แนะนำให้ผู้ป่วยใส่หน้ากากอนามัย ปิดปาก ปิดจมูกเวลา ไอ หรือจาม

- ปฏิบัติตามหลักสุขอนามัยที่ดีได้แก่กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ



**ด้วยความปรารถนาดีจาก**

**กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม**

**เทศบาลตำบลบัลลังก์**

**โทร 044-756-170**

**โรคติดเชื้อไวรัสโคโรน่า สายพันธุ์ใหม่2012**

