**โรคมือเท้าปาก (Hand Foot Mouth Disease)**

เป็นโรคติดต่อที่เกิดจากการติดเชื้อไวรัสกลุ่มเอนเทอโรไวรัส ทำให้มีตุ่ม ผื่น หรือแผลอักเสบมีหนองที่ผิวหนังบริเวณมือ ฝ่ามือ เท้า ฝ่าเท้า และภายในปาก และสร้างความเจ็บปวด โดยผู้ป่วยจะมีไข้ร่วมกับอาการป่วยอื่น ๆ ด้วย เช่น ไอ เจ็บคอ อ่อนเพลีย ปวดท้อง ไม่อยากอาหาร พบมากในเด็กอายุต่ำกว่า 10 ปี แต่สามารถเกิดกับเด็กโตและผู้ใหญ่ได้เช่นกัน โดยทั่วไปผู้ป่วยจะมีอาการดีขึ้นและหายป่วยภายในเวลาประมาณ 7-10 วัน

สถานการณ์โรคมือเท้าปากในประเทศไทย อ้างอิงข้อมูลจากกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข พบว่า ในปี 2558 มีผู้ป่วยทั้งสิ้น 40,417 ราย คิดเป็นอัตราส่วน 62.21 ต่อประชากร 1 แสนคน และมีผู้ป่วยเสียชีวิต 3 ราย ส่วนในปี 2559 ข้อมูลล่าสุด ณ วันที่ 28 มีนาคม 2559 มีผู้ป่วย 8,973 ราย คิดเป็นอัตราส่น 13.78 ต่อประชากร 1 แสนคน และยังไม่มีผู้เสียชีวิต

ส่วนในด้านรายงานการแพร่ระบาดของโรคมือเท้าปากจากสำนักระบาดวิทยา พบว่า ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม ถึง 1 เมษายน 2559 มีการระบาดเป็นกลุ่มก้อนทั้งตามโรงเรียนและในชุมชน 8 เหตุการณ์ จากจำนวนผู้ป่วย 22 ราย ทั้งนี้ ทางกระทรวงสาธารณสุขได้แนะนำให้สถานศึกษาปฏิบัติตามมาตรการที่กรมควบคุมโรคกำหนด เพื่อป้องกันการเกิดโรคและการแพร่ระบาดของโรค โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงฤดูฝนของทุกปี (พฤษภาคม-สิงหาคม) และยังเป็นช่วงเปิดภาคเรียนใหม่ จึงเป็นช่วงเวลาที่พบการแพร่ระบาดของโรคมาก

**อาการของโรคมือเท้าปาก**

โรคมือเท้าปากมีระยะฟักตัว 3-6 วัน โดยหลังจากได้รับเชื้อ ผู้ป่วยจะเริ่มมีไข้สูง 38-39 องศาเซลเซียส [เจ็บคอ](https://www.pobpad.com/%E0%B9%80%E0%B8%88%E0%B9%87%E0%B8%9A%E0%B8%84%E0%B8%AD) ไม่อยากอาหาร [ปวดท้อง](https://www.pobpad.com/%E0%B8%9B%E0%B8%A7%E0%B8%94%E0%B8%97%E0%B9%89%E0%B8%AD%E0%B8%87) และอ่อนเพลีย หลังจากมีไข้ 1-2 วัน จะเริ่มมีตุ่ม ผื่น หรือแผลอักเสบมีหนองที่ผิวหนังบริเวณมือ ฝ่ามือ เท้า ฝ่าเท้า และบริเวณปากทั้งภายนอกและภายในตามมา

**สาเหตุของโรคมือเท้าปาก**

โรคมือเท้าปากเกิดจากการติดเชื้อไวรัสในกลุ่มเอนเทอโรไวรัส (Enterovirus) ส่วนใหญ่เกิดจากไวรัสสายพันธุ์ค็อกซากี้ เอ16 (Coxsackie A16 Virus) และบางส่วนอาจเกิดจากเอนเทอโรไวรัส 71 (Enterovirus 71) โดยเชื้อไวรัสสามารถติดต่อกันได้ผ่านการไอหรือจาม การสัมผัสของเหลวหรือของเสียที่ปนเปื้อนเชื้อ นอกจาก 2 สายพันธุ์นี้ ยังมีไวรัสสายพันธุ์อื่น ๆ ที่สามารถเป็นต้นเหตุของโรคมือเท้าปากได้ คือ กลุ่มเอนเทอโรไวรัส เช่น กลุ่มโปลิโอไวรัส (Polioviruses) กลุ่มค็อกซากี้ไวรัส (Coxsackieviruses) กลุ่มเอ็กโค่ไวรัส (Echoviruses) และกลุ่มเอนเทอโรไวรัสชนิดอื่น ๆ (Enteroviruses)

**การวินิจฉัยโรคมือเท้าปาก**

ผู้ป่วยสามารถสังเกตอาการป่วยที่เกิดขึ้นได้ด้วยตนเองว่าเข้าข่ายโรคมือเท้าปากหรือไม่ โดยทั่วไปแล้วอาการป่วยจะทุเลาลงและหายป่วยเองภายในเวลา 7-10 วัน แต่หากอาการป่วยไม่ดีขึ้น หรือทรุดหนักลง ให้ไปพบแพทย์เพื่อรับการตรวจรักษา โดยแพทย์จะสอบถามอาการที่เกิดขึ้นและตรวจร่างกาย ตรวจดูบริเวณที่มีแผลหรือตุ่มหนองอักเสบ โดยจะพิจารณาวินิจฉัยโรคจากหลาย ๆ องค์ประกอบ และแพทย์อาจนำตัวอย่างของเหลวภายในลำคอ หรือตัวอย่างอุจจาระส่งตรวจในห้องปฏิบัติการ เพื่อตรวจหาเชื้อไวรัสที่เป็นต้นเหตุของอาการป่วยต่อไป

**การรักษาโรคมือเท้าปาก**

โรคมือเท้าปากไม่มีวิธีการรักษาให้หายขาดในทันที หากป่วยด้วยโรคนี้ ผู้ป่วยควรพักรักษาตัวอยู่ที่บ้านเพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ ดูแลอาการหรือรับประทานยาเพื่อบรรเทาอาการป่วย แล้วรอจนกว่าอาการเหล่านั้นจะหายไป แต่หากอาการป่วยไม่บรรเทาลง มีอาการป่วยที่ยิ่งทรุดหนัก หรือมีอาการแทรกซ้อนอย่างอื่นเกิดขึ้นอีก ควรรีบไปพบแพทย์เพื่อเข้ารับการรักษาต่อไป

**ภาวะแทรกซ้อนของโรคมือเท้าปาก**

อาการส่วนใหญ่ที่อาจเกิดขึ้นหลังจากป่วยด้วยโรคมือเท้าปาก คือ [ภาวะขาดน้ำ](https://www.pobpad.com/%E0%B8%A0%E0%B8%B2%E0%B8%A7%E0%B8%B0%E0%B8%82%E0%B8%B2%E0%B8%94%E0%B8%99%E0%B9%89%E0%B8%B3) เพราะการป่วยทำให้เกิดแผลอักเสบภายในปากและลำคอ ทำให้กลืนลำบากและสร้างความเจ็บปวดขณะกลืนน้ำหรืออาหาร ส่วนอาการอื่น ๆ ที่อาจพบตามมา มักเป็นอาการป่วยทั่วไปที่ไม่รุนแรง ส่วนภาวะแทรกซ้อนที่มีโอกาสพบได้น้อยมาก คือ อาการเล็บมือเล็บเท้าหลุด หรือภาวะ[เยื่อหุ้มสมองอักเสบ](https://www.pobpad.com/%E0%B9%80%E0%B8%A2%E0%B8%B7%E0%B9%88%E0%B8%AD%E0%B8%AB%E0%B8%B8%E0%B9%89%E0%B8%A1%E0%B8%AA%E0%B8%A1%E0%B8%AD%E0%B8%87%E0%B8%AD%E0%B8%B1%E0%B8%81%E0%B9%80%E0%B8%AA%E0%B8%9A)จากไวรัส และภาวะสมองอักเสบ

**การป้องกันโรคมือเท้าปาก**

ในปัจจุบันยังไม่มีวัคซีนป้องกันโรคมือเท้าปากได้ แต่มีแนวทางปฏิบัติเพื่อลดโอกาสในการติดเชื้อที่จะทำให้เกิดโรค รวมถึงป้องกันการแพร่กระจายของโรคได้ เช่น ล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่และน้ำสะอาดบ่อย ๆ ทำความสะอาดเสื้อผ้าสิ่งของเครื่องใช้ หรือใช้น้ำยาฆ่าเชื้อทำความสะอาดกำจัดเชื้อโรคสิ่งสกปรกที่อาจมีการปนเปื้อนเชื้อ ไม่ใช้ของใช้ส่วนตัว รวมทั้งไม่ใช้อุปกรณ์ในการรับประทานอาหารร่วมกับผู้ป่วยโรคมือเท้าปาก ใช้ผ้าสะอาดหรือทิชชู่ปิดปากปิดจมูกทุกครั้งที่ไอหรือจาม ไม่สัมผัสกับผู้ป่วยโรคมือเท้าปากอย่างใกล้ชิด และหากป่วยด้วยโรคมือเท้าปาก ควรลาพักรักษาตัวที่บ้านจนกว่าจะหาย