



กรมควบคุมโรค

# ข่าวเพื่อสื่อมวลชน

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 12 จังหวัดสงขลา

The Office of Disease Prevention and Control Region 12 Songkhla

ฉบับที่ 19/2567

วันที่ 5 เมษายน 2567

## สคร.12 สงขลา เตือนระวัง อาหารเป็นพิษ โรคยอดฮิตในหน้าร้อน เน้นย้ำ “สุก ร้อน สะอาด”

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 12 จังหวัดสงขลา เตือนระวังป่วยด้วยโรคอาหารเป็นพิษ อากาศร้อน อาจทำให้อาหารบูดเสียได้ง่าย เน้นย้ำ ประชาชนระมัดระวังเรื่องการรับประทานอาหาร ยึดหลัก “สุก ร้อน สะอาด”

นายแพทย์เฉลิมพล โอสถพรมมา ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 12 จังหวัดสงขลา กล่าวถึง สถานการณ์โรคอาหารเป็นพิษ (Food poisoning) ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม - 31 ธันวาคม 2566 ประเทศไทยพบผู้ป่วย จำนวน 90,218 ราย ไม่มีรายงานผู้ป่วยเสียชีวิต สำหรับพื้นที่เขตสุขภาพที่ 12 พบผู้ป่วย จำนวน 2,656 ราย ไม่มีรายงานผู้ป่วยเสียชีวิต พบผู้ป่วยได้ตลอดทั้งปี และสูงสุดในเดือนเมษายน จำนวน 313 ราย กลุ่มอายุที่พบผู้ป่วยสูงสุดคือ 25-34 ปี รองลงมาคือ 15-24 ปี และ 35-44 ปี ตามลำดับ จังหวัดที่พบผู้ป่วยสูงสุด คือ สงขลา 1,392 ราย รองลงมา คือ ตรัง 361 ราย, ปัตตานี 247 ราย, ยะลา 213 ราย, พัทลุง 200 ราย, นราธิวาส 171 ราย และสตูล 72 ราย (ข้อมูล: ระบบรายงานการเฝ้าระวังโรค 506 กองระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข วันที่ 11 มีนาคม 2567)

โรคอาหารเป็นพิษ เกิดจากการรับประทานอาหารหรือน้ำดื่มที่มีการปนเปื้อนสารเคมี เชื้อแบคทีเรีย ไวรัส และพยาธิ ที่มากับอาหารที่ไม่สะอาด อาหารที่ปรุงไว้นาน รวมถึงอาหารที่ปรุงสุก ๆ ดิบ ๆ และไม่ได้แช่เย็น หรือนำมาอุ่นให้ทั่วถึงก่อนรับประทาน กอปรกับในช่วงนี้อากาศที่ร้อนขึ้น ทำให้เชื้อโรคเจริญเติบโตได้ดี อาหารบูดเสียได้ง่ายกว่าปกติ สำหรับโรคอาหารเป็นพิษ ผู้ป่วยจะมีอาการคลื่นไส้อาเจียน ปวดท้อง ถ่ายอุจจาระเหลวหรือเป็นน้ำ ลำไส้อักเสบ และอาจมีไข้ ปวดศีรษะร่วมด้วย ในรายที่มีอาการถ่ายอุจจาระมาก ผู้ป่วยอาจมีภาวะช็อกหมดสติได้ ผู้ป่วยสามารถแพร่เชื้อไปสู่ผู้อื่นได้ผ่านทางอุจจาระและอาเจียน ส่วนใหญ่มักเกิดการระบาดเป็นกลุ่มก้อนในกลุ่มคนที่มีการรับประทานอาหารและน้ำร่วมกัน การดูแลเบื้องต้น ควรให้จิบสารละลายเกลือแร่ ORS บ่อยๆ เพื่อป้องกันไม่ให้ร่างกายขาดน้ำ หากอาการไม่ดีขึ้น ควรรีบไปพบแพทย์ทันที

สคร.12 สงขลา ขอแนะนำ ประชาชนยึดหลัก “สุก ร้อน สะอาด” รับประทานอาหารที่ปรุงสุก หลีกเลียงอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ ควรกินอาหารขณะที่ยังร้อน ปรุงสุกใหม่ อาหารที่เก็บไว้นานเกิน 2 ชั่วโมง ต้องนำมาอุ่นก่อนรับประทานทุกครั้ง อาหารกล่องควรแยกกับและข้าวออกจากกัน หากมีรูป รส กลิ่น สีผิดปกติไม่ควรบริโภค ควรเลือกรับประทานอาหาร น้ำดื่ม และน้ำแข็งที่สะอาดได้มาตรฐาน เลือกซื้อวัตถุดิบที่สด สะอาด และมีคุณภาพ ควรใช้ช้อนกลางส่วนตัวเมื่อรับประทานร่วมกัน และก่อนหยิบจับอาหารควรล้างมือด้วยน้ำ และสบู่ให้สะอาดทุกครั้ง

สำหรับผู้ประกอบอาหารต้องปรุงอาหารอย่างถูกสุขลักษณะ เช่น ล้างมือให้สะอาดทุกครั้ง ใช้หน้ากากอนามัย ปิดจมูกและปาก สวมหมวกคลุมผม วัตถุประสงค์ และอุปกรณ์ใส่อาหาร งาน ช้อน ต้องล้างให้สะอาด เพื่อป้องกันการปนเปื้อนเชื้อโรคไปสู่อาหาร หากมีข้อสงสัยเกี่ยวกับโรคอาหารเป็นพิษ สามารถสอบถามเพิ่มเติมได้ที่สายด่วนกรมควบคุมโรค โทร 1422

ข่าวโดย: กลุ่มสื่อสารความเสี่ยงโรคและภัยสุขภาพ สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 12 จังหวัดสงขลา

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมที่

- สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 12 สงขลา
- 074-336080 ต่อ 29 โทรสาร 074-336084
- 168 ถนนสงขลา-นาทวี ตำบล เขารูปช้าง อำเภอเมืองสงขลา จังหวัดสงขลา 90000

