

## การป้องกันการแพร่เชื้อไข้หวัดใหญ่ระหว่างคนและสัตว์

กรมควบคุมโรค  
กระทรวงสาธารณสุข  
4 สิงหาคม 2553

ด้วยเชื้อโรคไข้หวัดใหญ่ที่มีการระบาดในขณะนี้ สามารถแพร่ระบาดรวดเร็วกว้างขวางในมนุษย์ สัตว์เลี้ยงลูกด้วยนม และสัตว์ปีกได้ จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ทุกคนจะต้องช่วยกันป้องกันควบคุม และเฝ้าระวังเชื้อไข้หวัดใหญ่นี้อย่างใกล้ชิด และลดความเสี่ยงที่เชื่อจะมีการแพร่ระหว่างคนและสัตว์จนเกิดการกลายพันธุ์เป็นสายพันธุ์ที่มีความรุนแรงมากขึ้นหรือแพร่กระจายได้รวดเร็วขึ้น ดังนี้

### คำแนะนำสำหรับเกษตรกร

- ไม่เลี้ยงเป็ด ห่าน ไก่ นก ในบริเวณเดียวกับที่เลี้ยงสุกร เพื่อลดความเสี่ยงที่เชื้อไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ต่างๆจะรวมสารพันธุกรรมกันจนเกิดการกลายพันธุ์
- ห้ามเข้าฟาร์มหรือคอกสัตว์โดยเด็ดขาด ถ้าสงสัยป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่ เช่น มีไข้ ไอ เจ็บคอ ปวดเมื่อยเนื้อตัว
- อาบน้ำ ทำความสะอาดมือ แขน ด้วยน้ำและสบู่ ควรจุ่มรองเท้าบู๊ทในอ่างน้ำยาฆ่าเชื้อทุกครั้งก่อนเข้า และหลังเลิกงานในฟาร์มหรือคอกสัตว์ รักษาสุขอนามัยจนติดเป็นนิสัย
  - รักษาสุขอนามัยจนติดเป็นนิสัย หมั่นล้างมือบ่อยๆ และล้างมือทุกครั้งหลังจับต้องสัตว์ (โดยเฉพาะสัตว์ที่มีอาการป่วย) หลังสูบน้ำมูล ไก่ จาม ขับถ่าย และก่อนรับประทานอาหาร
  - ฝีกล้างมือด้วยน้ำและสบู่ให้สะอาดทั่วถึง (ถูฝ่ามือ หลังมือ ซอกนิ้ว หัวแม่มือ ข้อมือ) นานประมาณ 20 วินาที (นับในใจ 1 ถึง 20)
  - ไม่ใช้มือแคะจมูก จับปาก ขยี้ตา หรือจับต้องใบหน้า หากยังไม่ได้ล้างมือให้สะอาด
  - ปิดปาก จมูก ด้วยกระดาษทิชชูทุกครั้งเมื่อไอจาม แล้วทิ้งทิชชูลงในถังขยะ (ถ้าหยิบไม่ทันต้องรีบเบนหน้าใส่ต้นแขนตัวเอง)
- หากพบสัตว์เลี้ยงมีอาการเป็นไข้หวัด เช่น มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก ชีมี เบื่ออาหาร ให้แจ้งปศุสัตว์เพื่อตรวจอาการ ให้การรักษาและคำแนะนำต่างๆ
- บริโภคเนื้อสัตว์ที่ปรุงสุกดีอย่างทั่วถึง เพื่อความปลอดภัย ไม่เสี่ยงติดเชื้อทุกชนิด
- ควรมีการปรับปรุงโรงเลี้ยง เพื่อให้สัตว์เลี้ยงสัมผัสกับสัตว์ปีก ตามแนวทางของกรมปศุสัตว์

### คำแนะนำสำหรับผู้เลี้ยงสัตว์ไว้เป็นเพื่อน

- หากสัตว์เลี้ยง เช่น แมวป่วยเป็นไข้หวัด มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก ชีมี เบื่ออาหาร หรือมีเยื่อぶตาอักเสบ บวมแดง หากจะสัมผัสสัตว์ต้องสวมถุงมือ อย่าสัมผัสด้วยมือเปล่า ล้างมือบ่อยๆด้วยน้ำและสบู่
- รีบพาสัตว์เลี้ยงไปพบสัตวแพทย์เพื่อตรวจอาการ ให้การรักษาและคำแนะนำต่างๆ ควรให้สัตว์อยู่ในกรง ตะกร้า หรือกล่อง เพื่อไม่ต้องอยู่ใกล้ชิดสัตว์มาก

- ระหว่างการเดินทาง ควรใช้เจลแอลกอฮอล์เช็ดทำความสะอาดมือบ่อยๆ และไม่ใช้มือแตะจมูก จับปาก ขี่ตา หรือจับต้องใบหน้า
- ถ้าผู้เลี้ยงมีไข้ ไอ เจ็บคอ ปวดเมื่อยเนื้อตัว อาจป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่ จะต้องไม่อยู่ใกล้ชิดหรือดูแล สัตว์เลี้ยง

\*\*\*\*\*