

รายวิชา สุขศึกษา

รหัสวิชา พ๒๓๑๐๓

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

ผู้สอน

ครูกฤษณา แก้วพิพัฒน์

เรื่อง

**โรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อ
ที่ส่งผลกระทบต่อความเสี่ยง
ในการเสียชีวิต**

โรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อ
ที่ส่งผลกระทบต่อความเสี่ยง
ในการเสียชีวิต



โรคติดต่อ

โรคที่เกิดขึ้นในทั้งคนและสัตว์ สามารถแพร่กระจาย
ไปสู่คนอื่น ๆ ได้ทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยมีตัวนำ
เชื้อโรคเรียกว่าพาหะนำโรค ทั้งการผ่านการสัมผัส
การหายใจ การกินอาหาร และช่องทางอื่น ๆ
ที่เชื้อโรคสามารถเข้าสู่ร่างกายคนได้

โรคติดต่อหน้าฝน รู้ไว้ให้ระวัง!

1 กลุ่มโรคติดต่อทางน้ำและอาหาร



เช่น ท้องเดิน, ท้องร่วง, อาหารเป็นพิษ

สาเหตุ → กินอาหารที่มีการปนเปื้อนเชื้อโรค

การป้องกัน →



กินร้อน



ใช้ช้อนกลาง



ล้างมือ

2 กลุ่มโรคติดต่อผ่านทางบาดแผลหรือเยื่อเมือกผิวหนัง



เช่น ตาแดง, ไข้ฉี่หนู

สาเหตุ → สัมผัสน้ำที่ปนเปื้อนเชื้อโรค

การป้องกัน →



ไม่ลุยน้ำขัง



ใส่รองเท้าบูท

3 กลุ่มโรคระบบทางเดินหายใจ



เช่น หวัด, ไข้หวัดใหญ่, ปอดบวม

สาเหตุ → รับเชื้อไวรัสและแบคทีเรียในอากาศ

การป้องกัน →



ใช้ผ้าปิดจมูก



ล้างมือบ่อยๆ

4 กลุ่มโรคที่มียุงเป็นพาหะ



เช่น ไข้เลือดออก, ไข้สมองอักเสบเจอี, มาลาเรีย

สาเหตุ → ติดต่อการถูกยุงกัด

การป้องกัน →



ทายากันยุง



อยู่ห่าง
จากที่ยุงชุม



กำจัดแหล่ง
เพาะพันธุ์

5 โรคมือ เท้า ปาก



ส่วนใหญ่มพบในเด็ก อายุต่ำกว่า 10 ปี

สาเหตุ

เด็กสัมผัสกับสารคัดหลั่งที่มีเชื้อปนเปื้อน

การป้องกัน



ดูแลสุขภาพอนามัย



ตัดเล็บให้สั้น



ล้างมือบ่อยๆ

ข้อมูลจาก ผศ. นพ.เมธี ชยะกุลศิริ, ศ. พญ.กุลกัญญา โชคไพบูลย์กิจ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

www.kapook.com

ไข้เลือดออก

โรคร้าย ที่มียุ่งลายเป็นพาหะ

โรคไข้เลือดออกที่พบในไทยเกิดจากเชื้อไวรัสเดงกี และมียุ่งลายเป็นพาหะของโรค พบได้ทั้งในเด็กและผู้ใหญ่ ซึ่งเชื้อไวรัสนี้มี 4 ชนิด ผู้ที่เคยป่วยแล้วก็สามารถติดเชื้อซ้ำได้ ถ้าได้รับเชื้อต่างชนิดกัน หากผู้ป่วยอาการไม่ดีขึ้นภายใน 2-3 วัน ควรไปพบแพทย์

อาการ

- ไข้สูงลอย 39-40 องศา ประมาณ 2-7 วัน ปวดเมื่อยตามตัว ปวดศีรษะ
- อาการเลือดออก ถ่ายดำ อาเจียน มีจุดเลือดออกตามตัว
- ตับโต มักกดเจ็บ บริเวณชายโครง ข้างขวา
- ระบบไหลเวียนเลือด ผิดปกติ หรือมีภาวะช็อก ช่วงไข้จะลด จะกระสับกระส่าย มือเท้าเย็น ชีพจรเบาและเร็ว ความดันต่ำ
- บางรายอาจพบอาการรุนแรง เช่น ไตวาย เกิดเลือดดำ มีการรั่วของพลาสมา

การรักษา

ให้ยาลดไข้ ยาลดไข้ที่ควรใช้ คือ "พาราเซตามอล" ห้ามใช้แอสไพริน

ดื่มน้ำให้เพียงพอ ในรายที่ขาดน้ำ ให้ดื่มน้ำเกลือแร่บ่อยๆ

ดูแลการอย่างใกล้ชิด ถ้าผู้ป่วยมีอาการ กระสับกระส่าย มือเท้าเย็น คลื่นไส้ อาเจียน ใจสั่น หน้ามืด ในช่วงไข้ลด ให้นำส่งรพ. ทันที

การป้องกัน

ทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ยุง กำจัดภาชนะที่มีน้ำขังในบริเวณบ้าน เช่น ยางรถยนต์ ถึง ขวดน้ำ อ่างน้ำ เป็นต้น

ใช้สารเคมี เช่น ทรายอะเบท และยาฆ่าลูกน้ำ ใส่ในบ่อน้ำ ใช้สารเคมีพ่นตามบ้าน และแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลาย

ปกป้องร่างกาย ด้วยการใส่เสื้อแขนยาว กางเกงขายาว ใช้ยาทากันยุง ฯลฯ

ข้อมูลจาก สำนักโรคติดต่ออุบัติใหม่ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

โรคติดต่อ ที่มียุ่งเป็นพาหะ



ภาพ ไข้เลือดออก โรคตัวร้ายที่มียุ่งลายเป็นพาหะ อันตรายถึงชีวิต ! โดย Kapook
จากเว็บไซต์ <https://health.kapook.com/view2522.html> สืบค้นเมื่อวันที่ 15/11/2562

23

โรคติดต่อร้ายแรง ต้องแจ้งความ

www.kapook.com

โรคติดต่อต้องแจ้งความ ตามราชกิจจานุเบกษา เป็นโรคติดต่อที่เมื่อมีการพบผู้ป่วยจะต้องมี
ผู้แจ้งความต่อเจ้าพนักงานสาธารณสุขหรือนักงานเจ้าหน้าที่ เพื่อดำเนินการออกคำสั่งให้ผู้ป่วย
เข้ารับการตรวจ ชันสูตร รักษา หรือคุมไว้สังเกต หากฝ่าฝืนมีโทษปรับไม่เกิน 2,000 บาท



- | | |
|-----------------------------|---|
| 1 อหิวาตกโรค | 14 แอนแทรกซ์ |
| 2 กาฬโรค | 15 โรคอหิวาต์ |
| 3 ไข้ทรพิษ | 16 โรคคุดทะราด เฉพาะในระยะติดต่อ |
| 4 ไข้เหลือง | 17 โรคอหิวาต์ก้างปลาเนื้ออ่อนปวกเปียก
อย่างเฉียบพลันในเด็ก |
| 5 ไข้กาฬหลังแอ่น | 18 โรคทางเดินหายใจเฉียบพลันรุนแรง
(โรคซาร์ส) |
| 6 คอตีบ | 19 ไข้ปวดข้อยุบลาย |
| 7 โรคบาดทะยักในการก่อกำเนิด | 20 ไข้เลือดออก |
| 8 โปลิโอ | 21 โรคติดต่อไวรัสฮิบลา |
| 9 ไข้หวัดใหญ่ | 22 โรคทางเดินหายใจตะวันออกกลาง
(โรคเมอร์ส) |
| 10 ไข้สมองอักเสบ | 23 โรคติดต่อไวรัสซิกา |
| 11 โรคพิษสุนัขบ้า | |
| 12 ไข้รากสาดใหญ่ | |
| 13 วัณโรค | |

กรณีเกิดโรคติดต่อ

ผู้แจ้ง

วิธีการแจ้งความ

ในบ้าน	เจ้าบ้าน หรือผู้ควบคุมดูแลบ้าน หรือแพทย์ผู้ทำการรักษาพยาบาล
สถานพยาบาล	ผู้รับผิดชอบในสถานพยาบาลนั้นๆ
มีการชันสูตรพบ	ผู้ชันสูตรฯ หรือผู้รับผิดชอบสถานที่นั้นๆ

ให้แจ้งความต่อ
เจ้าพนักงานสาธารณสุข
หรือนักงานเจ้าหน้าที่



ข้อมูลจาก พระราชบัญญัติโรคติดต่อ พ.ศ. ๒๕๒๓, ราชกิจจานุเบกษา, กระทรวงสาธารณสุข, Bamras.org

23 โรคติดต่อ

ร้ายแรงต้องแจ้งความ

ภาพ 23 โรคติดต่อร้ายแรงต้องแจ้งความ

โดย ภาควิชา สาธารณสุขศาสตร์ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัด ชลบุรี

จากเว็บไซต์ <http://cph.scphc.ac.th/home/sara-na-ru/23rokhdtidtxantraythitxngcaengkhwa>

สืบค้นเมื่อวันที่ 15/11/2562

โรคไม่ติดต่อ

กลุ่มโรคที่ไม่ได้มีสาเหตุมาจากการติดเชื้อ **ไม่สามารถ** ติดต่oได้ผ่านการสัมผัส คลุกคลี หรือ ติดต่oผ่านตัวนำโรค (พาหะ) หรือสารคัดหลั่งต่าง ๆ หากแต่เกิดจากปัจจัยต่าง ๆ ภายในร่างกายซึ่งส่วนใหญ่เป็นผลจากวิถีการใช้ชีวิต ที่มี**พฤติกรรมเสี่ยง**อย่าง เหล้า บุหรี่ ขาดการออกกำลังกาย อาหารหวานมันเค็มจัด และมีความเครียด

อัตราการตาย โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง

จำนวนการเสียชีวิตจากโรคไม่ติดต่อเรื้อรังทั่วโลก
ไม่น้อยกว่า 36 ล้านคน

คิดเป็น ร้อยละ 62

ประเทศไทย



มีการตายด้วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ร้อยละ 75
หรือ 320,000 คน/ปี

มีอัตราการตายด้วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ชม. ละ  37 คน

สาเหตุการเสียชีวิต



โรคหลอดเลือดสมอง



โรคหัวใจขาดเลือด



โรคทางเดินหายใจ
อุดกั้นเรื้อรัง



โรคเบาหวาน



โรคความดันโลหิตสูง



การดื่มเครื่องดื่ม
แอลกอฮอล์



การสูบบุหรี่

วิกฤตโรค วิกฤตโลก



ความเครียด



ขาดการออกกำลังกาย



รับประทานอาหาร
หวานมันเค็มจัด

NCDs

ภาพโดย สำนักงานกองทุนสนับสนุน การสร้างเสริมสุขภาพ

ที่มาของภาพ : <https://www.thaihealth.or.th/microsite/categories/5/ncds/2/173/176> สืบค้นเมื่อวันที่ 12/11/2562

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. อธิบายปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลต่อการป่วยเป็นโรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อที่ส่งผลถึงการเสียชีวิต
2. นำเสนอผลวิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยง และพฤติกรรมเสี่ยงที่ส่งผลให้เกิดโรคติดต่อ/โรคไม่ติดต่อ
3. แสดงพฤติกรรมที่ไม่รู้
4. แสดงพฤติกรรมมุ่งมั่นในการทำงาน

ผลงานของนักเรียน

แต่ละกลุ่มทำการ
ตรวจสอบชิ้นงาน
จากชั่วโมงที่ผ่านมา

คำชี้แจง ให้นักเรียนพัฒนางานจากชั่วโมงที่ผ่านมา
โดยมีประเด็นดังนี้

1. ความหมายของโรค
2. สาเหตุของโรค
3. ลักษณะอาการแสดงของโรค
4. แนวทางการป้องกันโรค
5. วิธีการปฏิบัติตนต่อโรคนั้น
6. สถานการณ์ของโรค

ร่วมด้วยช่วยคิด

นักเรียนนำเสนอ

หัวข้อที่ต้องการ

พัฒนา



กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์

1. แต่ละกลุ่มทำการตรวจสอบและพัฒนาชิ้นงานจากชั่วโมงที่ผ่านมา
2. นำชิ้นงานไปติดที่ผนังห้องเรียน
3. นำเสนอตามความพร้อม(กลุ่มละ 3 นาที)

สามารถดาวน์โหลดใบงานได้ที่ www.dltv.ac.th
รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

บทเรียนสะท้อนภาพความคิด (บันทึกลงในสมุด)

1. **รู้**สึกอย่างไรกับการเรียนเรื่องนี้ อะไรคือ สิ่งที่น่าสนใจ
และสิ่งที่ไม่พอใจ
2. นักเรียนจะ**นำความรู้**ที่ได้รับไป**ปรับใช้**ในชีวิตประจำวัน
ได้อย่างไร

NCDs

รู้ทัน 5 โรคฮิต คนติดโซเชียล

โหมไฟเฝ้า

มือถือห่างจากมือ
ไม่ได้เลย ต้องหยิบ
ขึ้นมาดูบ่อยๆ

โรคหัวใจตาเสื่อม

เห็นภาพเบลอคราบตา
คล้ายหยากใย ในที่ที่เบลอ
สีสว่าง เช่น ผึ้งสีขาว

ละเมอเบาๆ

อาการละเมอในขณะ
กำลังหลับอยู่ เช่น เผลอ
กดส่งข้อความไปโดยที่
ไม่รู้ตัว

ใครที่มีอาการดังกล่าว

ต้องระวังปัญหาสุขภาพให้มาก
โดยเฉพาะอาการหัวใจ ปวดตา
ปวดเมื่อยคอ ปวดไหล่ หมอนรอง
กระดูกเสื่อมก่อนวัยอันควร



โรคซึมเศร้า จากเฟซบุ๊ก

คนส่วนใหญ่ใช้เฟซบุ๊ก
ในการระบายความรู้สึก
เมื่อติดอยู่แต่หน้าจอ จึง
เพิกเฉยต่อคนในโลก
ความจริง

รู้ทัน 5 โรคฮิต คนติดโซเชียล

ภาพ รู้ทัน 5 โรคฮิตติดโซเชียล โดย namfon21mueangsen

จากเว็บไซต์ <https://namfon21mueangsen.wordpress.com//2014/09/24/5->

โรคฮิตของคนติดจอ-ติดแชท/ สืบค้นเมื่อวันที่ 15/11/2562

บทเรียนครั้งต่อไป

เสนอแนวทางป้องกันแก้ไขโรค
ที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วย
และการตายของคนไทย

NCDs