

โรคหวัด (Common cold)

โรคหวัด : เป็นโรคติดเชื้อทางระบบหายใจที่พบบ่อยที่สุดในเด็ก เป็นการอักเสบของเยื่อบุจมูกและเยื่อบุลำคอ

การติดต่อ : สามารถติดต่อทางตรงโดยการหายใจเอาเชื้อหวัดที่ฟุ้งกระจายอยู่ในอากาศเข้าไปโดยการไอหรือจามรดกันและติดต่อทางอ้อมโดยการใช้ของร่วมกันหรือมือไปสัมผัสกับละอองน้ำมูกน้ำลายที่มีเชื้อไปขยี้ตาหรือจมูก

การป้องกัน : หลีกเลี่ยงการสัมผัสและลดการแพร่กระจายเชื้อโรคโดย

- การล้างมือบ่อยๆด้วยน้ำและสบู่หรือเจลล้างมือ
- ไม่ใช้ของส่วนตัวร่วมกับผู้อื่นเช่นผ้าเช็ดหน้าผ้าเช็ดตัว แก้วน้ำ
- ไม่คลุกคลีกับผู้ป่วย
- ไม่พาเด็กเล็กไปสถานที่แออัดเช่นห้างสรรพสินค้า โรงภาพยนตร์
- เด็กก่อนวัยเรียนเมื่อเป็นโรคหวัดควรพักที่บ้านอย่างน้อย 2-3 วันหรือจนกว่าจะหาย
- ขณะไอหรือจามควรปิดปากปิดจมูกเพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อให้กับผู้อื่น

