



อหิวาตกโรค: คำถามที่ถามกันบ่อย

ในช่วง 100 ปีที่ผ่านมา อหิวาตกโรคเป็นโรคที่พบบ่อยมากในประเทศอุตสาหกรรม อย่างไรก็ตาม ปัจจุบันยังคงพบโรคนี้อยู่ทั่วไป ในส่วนอื่นๆของโลก รวมทั้งอนุทวีปอินเดียและบริเวณซีกซาราสของทวีปแอฟริกา แม้ว่าอหิวาตกอาจทำให้ถึงตายได้ แต่ก็ยังเป็นโรคที่ป้องกันและบำบัดรักษาได้ง่าย

อหิวาต์คืออะไร?

อหิวาต์เป็นอาการท้องร่วงเฉียบพลัน ซึ่งเกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรียชนิด *Vibrio cholerae* ในลำไส้ การติดเชื้อส่วนใหญ่เกิดขึ้นอย่างไม่รุนแรงหรือไม่แสดงอาการ แต่บางครั้ง ก็อาจรุนแรงได้ ผู้ติดเชื้อประมาณหนึ่งใน 20 คนมีอาการของโรคที่รุนแรง ซึ่งมีลักษณะเด่นชัดคือ ท้องร่วงแบบถ่ายเหลวอย่างหนัก อาเจียน และขาเป็นตะคริว ในบุคคลเหล่านี้ การที่ร่างกายสูญเสียน้ำอย่างรวดเร็วจะนำไปสู่ภาวะร่างกายขาดน้ำและอาการช็อก หากไม่บำบัดอาการ ผู้ป่วยสามารถเสียชีวิตได้ภายในเวลาไม่กี่ชั่วโมง

เราเป็นอหิวาต์ได้อย่างไร?

เราสามารถเป็นอหิวาต์ได้จากการดื่มน้ำหรือรับประทานอาหารที่ปนเปื้อนด้วยเชื้ออหิวาต์ ในบริเวณที่มีการระบาดของโรค แหล่งปนเปื้อนมักเป็นอุจจาระของผู้ที่ติดเชื้อ โรคนี้สามารถแพร่กระจายได้อย่างรวดเร็วในพื้นที่ซึ่งขาดการบำบัดสิ่งโสโครกและการฆ่าเชื้อในน้ำดื่มอย่างถูกต้อง

เชื้ออหิวาต์ยังอาจแฝงอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เป็นน้ำกร่อย และน้ำตามชายฝั่งทะเล สัตว์น้ำจำพวกมีเปลือก (หอย กุ้ง ปู) ที่รับประทานสดก็เป็นแหล่งของอหิวาต์ได้ด้วย โรคนี้มักไม่แพร่กระจายจากบุคคลสู่บุคคลโดยตรง ฉะนั้น การสัมผัสกับผู้ที่ติดเชื้อในลักษณะทั่วไป จะไม่ทำให้เสี่ยงต่อการติดเชื้อ

นักท่องเที่ยวควรปฏิบัติอย่างไรเพื่อหลีกเลี่ยงการเป็นอหิวาต์?

นักท่องเที่ยวทุกท่านที่เดินทางไปยังบริเวณที่มีโรคอหิวาต์ควรปฏิบัติตามคำแนะนำดังต่อไปนี้:

- ดื่มน้ำเฉพาะน้ำที่ผ่านต้มสุกแล้ว หรือฆ่าเชื้อด้วยคลอรีนหรือไอโอดีน เครื่องดื่มชนิดอื่นที่ปลอดภัยได้แก่ ชาและกาแฟ ซึ่งเตรียมจากน้ำต้มสุก และเครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลมบรรจุขวด โดยไม่ใส่น้ำแข็ง
- รับประทานอาหารที่หุงต้มจนสุกดีแล้ว และยังไม่เย็น หรือผลไม้ที่ผ่านเปลือกด้วยตนเอง
- หลีกเลี่ยงปลาหรือสัตว์น้ำจำพวกมีเปลือกที่ยังดิบหรือสุกๆดิบๆ รวมทั้งปลาดิบ (ceviche)
- ตรวจสอบให้แน่ใจว่าผักทุกชนิดต้มสุกแล้ว และหลีกเลี่ยงอาหารประเภทสลัดผักสด
- หลีกเลี่ยงอาหารและเครื่องดื่มจากหาบเร่หรือแผงลอยข้างถนน

กฎง่ายๆที่ควรจำไว้คือ "ต้องต้ม ต้องสุก ต้องเปลือก ถึงจะกิน"

อหิวาต์รักษาได้หรือไม่?

อหิวาต์เป็นโรคที่สามารถบำบัดรักษาให้หายได้อย่างง่ายดายโดยการรับแทนที่ของเหลวและเกลือแร่ที่ร่างกายผู้ป่วยสูญเสียไปเนื่องจากอาการท้องร่วง ผู้ป่วยสามารถรับการบำบัดด้วยผงน้ำตาลเกลือแร่ชนิดดื่ม ซึ่งเป็นส่วนผสมสำเร็จรูปที่ประกอบด้วยน้ำตาลและเกลือแร่ โดยนำไปผสมน้ำและดื่มในปริมาณมาก ผงน้ำตาลเกลือแร่ที่ใช้กันทั่วโลกในการบำบัดโรคอหิวาต์ ในกรณีอาการรุนแรง อาจต้องอาศัยวิธีการให้ของเหลวผ่านทางเส้นเลือด ผู้ป่วยอหิวาต์ที่บำบัดด้วยการดื่มน้ำให้ร่างกายอย่างทันท่วงที มีอัตราการเสียชีวิตน้อยกว่าร้อยละ 1

ยาปฏิชีวนะช่วยย่นระยะอาการและบรรเทาความรุนแรงของโรคลงได้ แต่ไม่สำคัญเท่าการดื่มน้ำให้ร่างกาย บุคคลใดที่เกิดอาการท้องร่วงอย่างรุนแรง และอาเจียนขณะอยู่ในประเทศที่มีอหิวาต์ ควรเข้ารับการรักษาจากแพทย์ทันที

นักท่องเที่ยวสามารถรับรายละเอียดเกี่ยวกับโรคอหิวาต์ได้จากไหน?

ความเป็นไปด้านอหิวาตกโรคทั่วโลกมีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ ดังนั้น นักท่องเที่ยวจึงควรหาข้อมูลรายละเอียดล่าสุด เกี่ยวกับประเทศที่ตนสนใจเดินทางไป ศูนย์ควบคุมโรค (Centers for Disease Control) มีหมายเลขโทรศัพท์ ซึ่งจัดไว้เพื่อให้นักท่องเที่ยว

อหิวาตกโรค: คำถามที่ถามกันบ่อย
(ต่อจากหน้าก่อน)

โทรติดต่อขอรับข้อมูลรายละเอียดล่าสุดเกี่ยวกับอหิวาตกโรคและโรคอื่น ๆ ที่นักเดินทางควรให้ความสนใจ ข้อมูลเหล่านี้ได้รับมาจากองค์การอนามัยโลก หมายเลขดังกล่าวคือ 877-FYI-TRIP (394-8747) หรือดูได้ที่ <http://www.cdc.gov/travel>

สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม โปรดดูที่ www.bt.cdc.gov/disasters/tsunamis หรือโทรติดต่อสายฮอตไลน์บริการสาธารณะของ CDC ที่ 888-246-2675 (ภาษาอังกฤษ) 888-246-2857 (ภาษาสเปน) หรือ 866-874-2646 (TTY)