



เทศบาลเมืองตาก
885

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

ที่ ๒๑๐

วันที่ ๕ ก.พ. ๒๕๖๘

เวลา

วันที่ ๐๕ ก.พ. ๒๕๖๘

เวลา

ที่ สป ๐๐๒๓.๘/๖ ๒๐๖

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น

อำเภอแก่งคอย ถนนพระพัยพ

สป ๑๘๑๑๐

กุมภาพันธ์ ๒๕๖๘

เรื่อง สำรองการป้องกันและแก้ไขปัญหาพยาธิใบไม้ตับและมะเร็งท่อน้ำดี

เรียน นายกเทศมนตรีเมืองแก่งคอย และนายกเทศมนตรีเมืองตาก

สิ่งที่ส่งมาด้วย สำเนาหนังสือสำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดสระบุรี
ที่ สป ๐๐๒๓.๖/ว ๗๑๓ ลงวันที่ ๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๘

จำนวน ๑ ชุด

ด้วยสำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นอำเภอแก่งคอยได้รับแจ้งจากสำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดสระบุรีว่า กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นได้รับแจ้งจากสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส.) ว่าในปี พ.ศ. ๒๕๖๗ พบว่า โรคมะเร็งและท่อน้ำดีเป็นสาเหตุการเสียชีวิตของประชากรไทยอันดับหนึ่ง ส่งผลให้เกิดการสูญเสียค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษาถึง ๑๓,๕๐๐ ล้านบาทต่อปี โดยสาเหตุหลักของการเกิดมะเร็งท่อน้ำดี คือ การติดเชื้อพยาธิใบไม้ตับ ซึ่งพบมากในภาคตะวันออกเฉียงเหนือและภาคเหนือ สำหรับการแก้ไขปัญหา ดังกล่าวคือการสร้างความรู้และความตระหนักในการป้องกันโรค การจัดการสุขาภิบาลสิ่งแวดล้อมและการจัดการอาหารที่ปลอดพยาธิใบไม้ตับ และการสนับสนุนการเข้าถึงระบบบริการสุขภาพ เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหาพยาธิใบไม้ตับและโรคมะเร็งท่อน้ำดี

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นอำเภอแก่งคอยพิจารณาแล้ว เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหาพยาธิใบไม้ตับและโรคมะเร็งท่อน้ำดี จึงขอความร่วมมือองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นให้การสนับสนุนข้อมูลเกี่ยวกับการจัดการสิ่งปฏิกูลการออกข้อกำหนดท้องถิ่นว่าด้วยการจัดการสิ่งปฏิกูล และการกำกับติดตามผู้ประกอบการหรือร้านอาหารในพื้นที่ ในการจำหน่ายอาหารที่ปลอดภัยจากการปนเปื้อนของพยาธิใบไม้ตับ โดยให้ตอบแบบสอบถามดังกล่าวได้ที่เว็บไซต์ <https://forms.gle/pPoYFZe3BV99KsR7> หรือ QR Code ท้ายหนังสือที่แนบมานี้ ผ่านระบบ Google form และรายงานให้กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นทราบภายในวันที่ ๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๘ รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(นายนิमित ประชอบผล)

ท้องถิ่นอำเภอแก่งคอย

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นอำเภอ

โทร. ๐ ๓๖๒๔ ๕๕๑๑, ๐ ๓๖๒๔ ๗๔๑๘

ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ dla.Kangkhoilocal66@gmail.com



กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ
Department of Health Service Support

ความเสี่ยง!!

ต่อการเป็นโรคพยาธิใบไม้ตับ และมะเร็งท่อน้ำดี



1. คำนิยม ขนบธรรมเนียมประเพณีและความเชื่อเกี่ยวกับอาหาร

การรับประทานอาหารประเภทปลาน้ำจืดเกล็ดขาวดิบ หรือ สุก ๆ ดิบ ๆ เช่น ก้อยปลา ปลาต้ม ปลาจ่อม



2. เมื่อชาวบ้านออกไปทำนา ทำไร่ มักจะถ่ายอุจจาระนอกส้วม

ถ่ายอุจจาระบนพื้นดิน หรือถ่ายอุจจาระตามฟุ่มไม้หรือถ่ายลงในน้ำ เมื่อฝนตกลงมาก็จะชะอุจจาระที่มีไข่พยาธิใบไม้ตับลงไปในน้ำ



3. พฤติกรรมการรับประทานปลาร้าดิบ

ซึ่งปลาร้าดิบมีสารก่อมะเร็ง (ไนโตรซามีน) และถ้าเป็นปลาร้าที่ทำใหม่ ๆ หมักไม่ถึง 1 เดือน จะมีตัวอ่อนระยะติดต่อของพยาธิใบไม้ตับได้



4. มีประวัติการติดเชื้อพยาธิใบไม้ตับ หรือมีญาติสายตรง

ได้แก่ พ่อ แม่ พี่ น้อง ลุง ป้า น้า อา ป่วยด้วยโรคมะเร็งท่อน้ำดี เนื่องจากมีพฤติกรรมรับประทานปลาที่เหมือนกัน



5. มีประวัติเคยรับประทานยาฆ่าพยาธิใบไม้ตับ

(ยาพราซิควอนเทล; Praziquantel) ซ้ำหลาย ๆ ครั้ง



ผลิตและเผยแพร่โดย กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ



ใบความรู้

ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคพยาธิใบไม้ตับและมะเร็งท่อน้ำดี

พยาธิใบไม้ตับ เป็นพยาธิที่พบในปลาน้ำจืด ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่นำไปสู่การเกิดโรค มะเร็งท่อน้ำดี การติดพยาธิใบไม้ตับมักเกิดจากพฤติกรรมการบริโภคที่ไม่เหมาะสมและสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการแพร่กระจายของพยาธิ ดังนี้

๑. ค่านิยม ขนบธรรมเนียมประเพณีและความเชื่อเกี่ยวกับการกินปลาดิบ หรือสุกๆ ดิบๆ

หลายชุมชนในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ การกินปลาดิบหรือสุกๆ ดิบๆ จนถือเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตที่สืบทอดมาหลายชั่วอายุคน เพราะหลายคนเชื่อว่าปลาดิบหรือกึ่งสุกกึ่งดิบ แสดงถึงความสดใหม่ของปลา หากนำไปปรุงสุกจะเสียรสชาติ และต้องนำมาเลี้ยงแขกในงานบุญเป็นการแสดงถึงความร่วมมือและความสัมพันธ์อันดีในชุมชน

๒. เมื่อประชาชนออกไปทำนา ทำไร่ มักจะถ่ายอุจจาระนอกส้วม ถ่ายอุจจาระบนพื้นดิน หรือถ่ายอุจจาระตามพุ่มไม้ หรือถ่ายลงในน้ำ เมื่อฝนตกลงมาก็จะชะอุจจาระที่มีไข่พยาธิใบไม้ตับลงไปในน้ำ ปลาที่อยู่ในแหล่งน้ำที่ปนเปื้อนไข่พยาธิมีโอกาสติดพยาธิสูง ซึ่งเป็นช่องทางสำคัญที่นำพยาธิมาสู่คน

๓. พฤติกรรมการรับประทานปลาร้าดิบ แม้ว่ากระบวนการหมักปลาร้าจะช่วยลดปริมาณเชื้อโรคบางชนิดได้ แต่ไม่สามารถฆ่าพยาธิใบไม้ตับ หรือไข่พยาธิได้อย่างสมบูรณ์ ตัวอ่อนพยาธิที่อยู่ในเนื้อปลาจะไม่ถูกทำลายจากการหมักด้วยเกลือหรือส่วนผสมอื่นๆ ตัวอ่อนพยาธิจึงเจริญเติบโตในท่อน้ำดีของผู้ติดเชื้อ ทำให้เกิดการอักเสบเรื้อรังได้

๔. มีประวัติการติดเชื้อพยาธิใบไม้ตับ ผู้ที่เคยติดเชื้อพยาธิใบไม้ตับมาก่อน แม้จะได้รับการรักษาแล้ว หากไม่มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจะมีโอกาสติดเชื้อซ้ำสูง พยาธิใบไม้ตับที่อาศัยอยู่ในท่อน้ำดีจะทำให้เกิดการอักเสบเรื้อรัง ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญนำไปสู่มะเร็งท่อน้ำดี หรือมีญาติสายตรง ได้แก่ พ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย พี่น้อง ลุง ป้า น้า อา ป่วยด้วยโรคมะเร็งท่อน้ำดี เนื่องจากมีพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่เหมือนกันและปัจจัยทางพันธุกรรมที่อาจส่งผลต่อความไวต่อการเกิดโรค

๕. มีประวัติเคยรับประทานยาฆ่าพยาธิใบไม้ตับ (ยาพราซิควอนเทล; Praziquantel) ซ้ำหลายๆ ครั้ง แม้ว่าการรับประทานยาฆ่าพยาธิ จะช่วยกำจัดพยาธิใบไม้ตับที่อาศัยอยู่ในท่อน้ำดีได้ในระยะเวลาหนึ่ง แต่การมีพฤติกรรมการกินปลาดิบหรือสุกๆ ดิบๆ อยู่ จะนำตัวอ่อนพยาธิเข้าสู่ร่างกายได้อีก และหากรับประทานยาฆ่า

พยาธิซ้ำหลายๆ ครั้ง โดยไม่มีคำแนะนำจากแพทย์ อาจส่งผลต่อประสิทธิภาพของยาและไม่สามารถกำจัดพยาธิได้อย่างสมบูรณ์

การติดพยาธิใบไม้ตับเกิดจากพฤติกรรมการบริโภคและสุขอนามัยที่ไม่เหมาะสม การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เช่น การหลีกเลี่ยงปลาดิบ การปรุงอาหารให้สุก และการถ่ายอุจจาระในส้วม สามารถลดความเสี่ยงได้อย่างมีประสิทธิภาพ การตรวจสุขภาพอย่างสม่ำเสมอจะช่วยลดโอกาสของโรคแทรกซ้อน เช่น มะเร็งท่อน้ำดี



กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ
Department of Health Service Support

5ส ห่างไกล

พยาธิใบไม้ตับ และมะเร็งท่อน้ำดี

ส1 = สุก

กินปลาปรุงสุกเท่านั้น



ส2 = สะอาด

ล้างมือก่อนปรุง ก่อนกินและหลังจับถ่ายทุกครั้ง



ส3 = ส้วม/สิ่งปฏิกูล

ถ่ายอุจจาระลงส้วม ทิ้งสิ่งปฏิกูลถูกวิธี



ส4 = สังเกต

เมื่อมีประวัติเคยกินปลาน้ำจืดดิบหรือสุก ๆ ดิบ ๆ ควรตรวจอุจจาระเพื่อหาไข่พยาธิอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง



ส5 = สรรณสุข

เมื่อตรวจพบโรคพยาธิใบไม้ตับเข้าสู่ระบบการรักษา และกินอาหารสุกสะอาด



ผลิตและเผยแพร่โดย กองสุกศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ



ใบความรู้

๕ ส. ห่างไกลพยาธิใบไม้ตับและมะเร็งท่อน้ำดี

พยาธิใบไม้ตับ เป็นสาเหตุสำคัญที่นำไปสู่มะเร็งท่อน้ำดี โดยเฉพาะทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือและภาคเหนือ ซึ่งมีอัตราการป่วยสูงที่สุดในประเทศไทย การป้องกันและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ชีวิตสามารถลดความเสี่ยงได้อย่างมีประสิทธิภาพ ด้วยวิธีการ ๕ ส.ดังนี้

๑.สุก การปรุงปลาด้วยความร้อนจนสุกเป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพที่สุดในการกำจัดพยาธิใบไม้ตับและตัวอ่อนพยาธิที่อาจอยู่ในเนื้อปลา การปรุงอย่างถูกต้องไม่เพียงช่วยลดความเสี่ยงต่อการติดเชื้อพยาธิใบไม้ตับ แต่ยังทำให้อาหารปลอดภัยต่อการบริโภคและยังคงรสชาติที่อร่อย

๒.สะอาด การล้างมือให้สะอาดเป็นหนึ่งในวิธีสำคัญที่ช่วยลดความเสี่ยงในการรับและแพร่กระจาย ไข่พยาธิใบไม้ตับ ที่อาจติดมากับมือจากการสัมผัสสิ่งแวดล้อม อาหารดิบ หรือสิ่งปนเปื้อน การล้างมือให้ถูกวิธีช่วยกำจัดเชื้อโรคและไข่พยาธิที่อาจปนเปื้อนบนมือได้อย่างมีประสิทธิภาพก่อนนำเข้าสู่ร่างกายทางปาก

๓.สวม/สิ่งปกคลุม การถ่ายอุจจาระในส้วมที่ถูกสุขลักษณะเป็นวิธีที่สำคัญในการป้องกันการแพร่กระจายของไข่พยาธิใบไม้ตับ สู่สิ่งแวดล้อมและลดความเสี่ยงต่อการติดเชื้อในคนและสัตว์น้ำ การถ่ายอุจจาระลงส้วมไม่เพียงแต่ช่วยปกป้องสุขภาพส่วนบุคคล แต่ยังช่วยรักษาสุขอนามัยในชุมชนและแหล่งน้ำธรรมชาติ

๔.สังเกต การตรวจอุจจาระเป็นวิธีสำคัญในการตรวจหาการติดเชื้อ พยาธิใบไม้ตับ โดยเฉพาะในกลุ่มที่มีประวัติเสี่ยง เช่น การบริโภคปลาดิบ ปลาทั้งสุกกึ่งดิบ หรืออาหารที่มีปลาน้ำจืดไม่ได้ปรุงสุกดี การตรวจอุจจาระช่วยทราบถึงสถานะการติดเชื้อในร่างกายและสามารถเริ่มต้นการรักษาได้อย่างทันท่วงที จึงควรตรวจหาไข่พยาธิอย่างน้อยปีละ ๑ ครั้ง

๕.สาธารณสุข กินยารักษาในกลุ่มที่มีความเสี่ยงติดเชื้อ พยาธิใบไม้ตับ เป็นวิธีสำคัญเช่นกันในการลดการแพร่กระจายของพยาธิและป้องกันโรคแทรกซ้อน เช่น มะเร็งท่อน้ำดี การกำจัดพยาธิใบไม้ตับออกจากร่างกายช่วยลดการปล่อยไข่พยาธิในอุจจาระ ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญในการแพร่เชื้อในสิ่งแวดล้อม

การป้องกันพยาธิใบไม้ตับและมะเร็งท่อน้ำดีต้องเริ่มต้นจากการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบริโภค การรักษาสุขอนามัย การตรวจสุขภาพเป็นประจำ และการเผยแพร่ความรู้ในชุมชน การปฏิบัติตามคำแนะนำเหล่านี้สามารถช่วยลดความเสี่ยงและป้องกันโรคร้ายแรงได้อย่างมีประสิทธิภาพ