กระทรวงสาธารณสุข MINISTRY OF PUBLIC HEALTH
สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสิงห์บุรี SINGBURI PROVINCIAL PUBLIC HEALTH OFFICE

# สถานการณ์โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน จังหวัดสิงห์บุรี

## คุณภาพชีวิตดี เริ่มที่..ตัวเรา วันนี้...

ปรับเปลี่ยน พฤติกรรมสุขภาพวันนี้ ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง **3อ.3ส.**

"เป้าหมาย"

**@ ลดผู้ป่วยเบาหวาน ความดันโลหิตสูงรายใหม่**

**@ เพิ่มการควบคุมน้ำตาล ความดันโลหิตได้ดี ในกลุ่มป่วย เพื่อลดภาวะแทรกซ้อน**

## สถานการณ์โรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูงในพื้นที่

| | | | |
|---|---|---|---|
| ผู้ป่วยโรคเบาหวาน | 15,697 คน | กลุ่มเสี่ยง | 6,456 คน |
| ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง | 36,733 คน | กลุ่มเสี่ยง | 4,651 คน |

**นั่นหมายถึง ...**

ค่าใช้จ่ายเฉลี่ย

ในการดูแลผู้ป่วยเบาหวานและความดันโลหิตสูง

**ประมาณ 30,000 บาทต่อคน**

**52,430 คน X 30,000 บาท**

**= 1,572,900,000 บาท**

เบาหวาน ความดันโลหิตสูง ป้องกันได้ ด้วย 3 อ 3 ส

**ทำตาม 3 อ**

- อาหาร
- ออกกำลังกาย
- อารมณ์

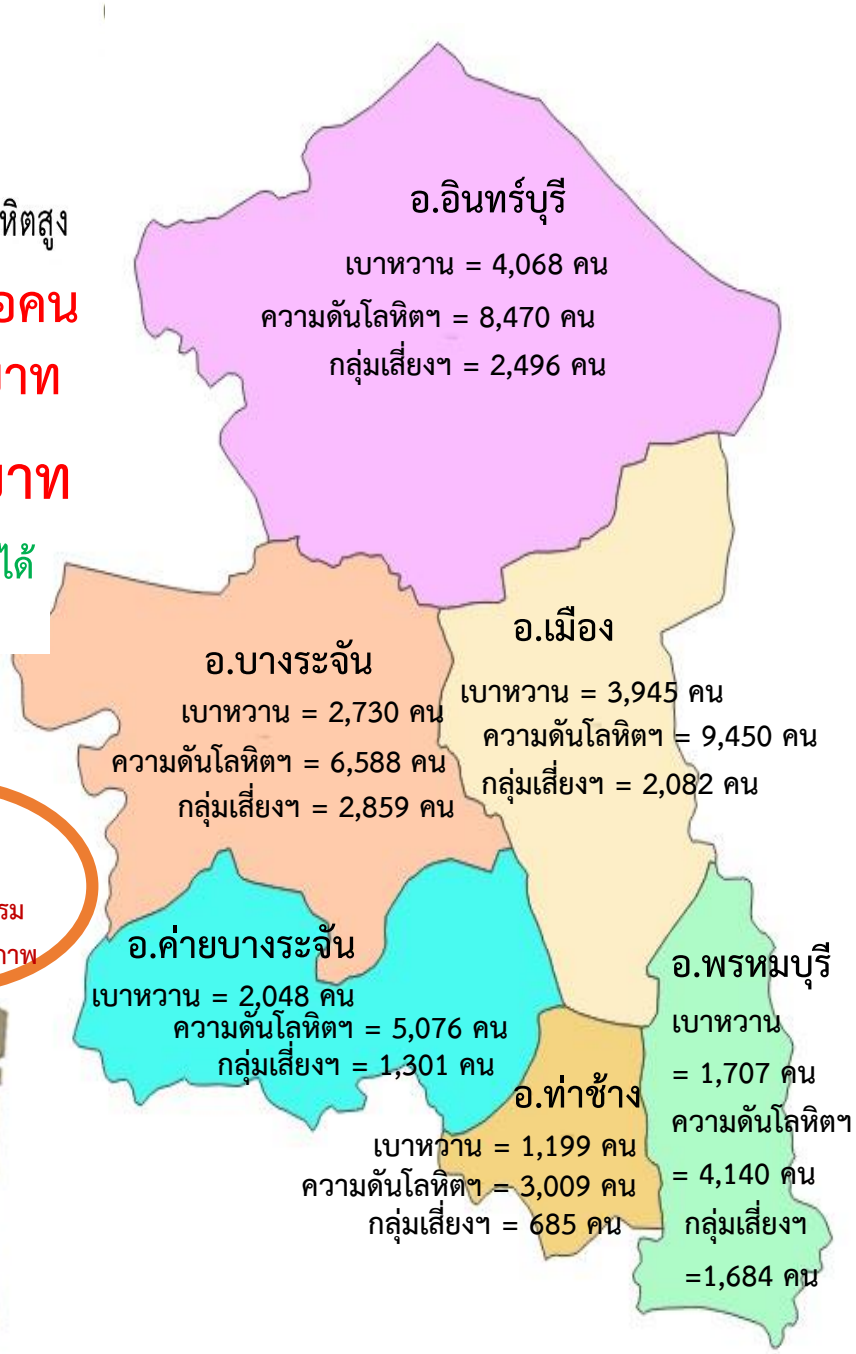
**หลีกไกล 3 ส**

- ไม่สูบบุหรี่
- ไม่ดื่มสุรา
- ไม่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ

**ผู้ป่วยรายใหม่ปี 2563**

ผู้ป่วยโรคเบาหวาน 612 คน

ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง 1,211 คน



**สถานการณ์โรคที่เฝ้าระวังทางระบาดวิทยา จังหวัดสิงห์บุรี ประจำเดือน มกราคม ปี 2563**
**โดย ทีมตระหนักรู้สถานการณ์ (SAT) สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสิงห์บุรี**

**********

**1. สถานการณ์โรค 5 อันดับ ประจำเดือน มกราคม 2563 (ข้อมูล ณ 26 มกราคม 2563)**

| โรค | มกราคม | | | | รวมตั้งแต่ต้นปี (1 ม.ค. – 26 ม.ค .63 ) | | อันดับประเทศ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 2563 | | 2562 | | | | |
| | จำนวน (คน) | อัตรา (ต่อแสน) | จำนวน (คน) | อัตรา (ต่อแสน) | จำนวน (คน) | อัตรา (ต่อแสน) | |
| **1.โรคอุจจาระร่วง** | **76** | 38.62 | **186** | 94.51 | **76** | 38.62 | **49** |
| **2.โรคปอดบวม** | **53** | 26.39 | **60** | 30.49 | **53** | 26.39 | **43** |
| 3.โรคไข้หวัดใหญ่ | 18 | 9.65 | 16 | 8.13 | 18 | 9.65 | **32** |
| **4.โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์** | **5** | 2.54 | **9** | 4.57 | **5** | 2.54 | **51** |
| 5.,โรคสุกใส | **2** | 1.02 | **10** | 5.09 | **2** | 1.02 | 52 |

**2. สถานการณ์โรคที่ต้องเฝ้าระวังเป็นพิเศษ**

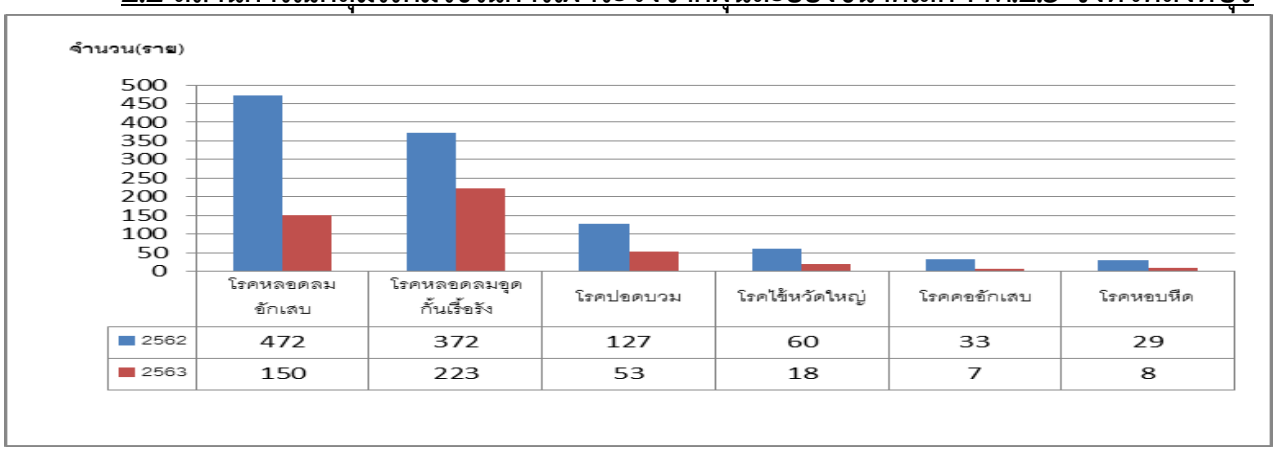
**2.1 สถานการณ์โรคปอดอักเสบจากการติดเชื้อโคโรนาไวรัสสายพันธุ์ใหม่ 2019**

วันที่ 5 มกราคม 2563 สาธารณรัฐประชาชนจีน รายงานจำนวนผู้ป่วยโรคปอดอักเสบจากเชื้อไวรัส 59 ราย โดยพบเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 จำนวน 41 ราย วันที่ 22 มกราคม 2563 มีผู้ป่วยยืนยันเป็น 258 ราย ซึ่งในจำนวนนี้มีรายงานพบเชื้อในบุคลากรทางการแพทย์ 15 ราย มีผู้เสียชีวิต 9 ราย ส่วนใหญ่ เป็นเพศ หญิง อายุ 25 – 89 ปี มีไข้ ไอ แน่นหน้าอก และเหนื่อยหอบ โดยผู้ป่วยส่วนใหญ่มีประวัติเกี่ยวข้องกับ South China Seafood Wholesale Market แต่มีบางรายที่ปฏิเสธการเข้าตลาด นอกจากนี้ทางการประเทศจีนได้ ประกาศว่าเชื้อนี้สามารถติดต่อจากคนสู่คนได้วันที่ 23 มกราคม 2563 พบผู้ป่วยยืนยันจำนวน 571 ราย ในเมือง อู่ฮั่น 371 ราย และในหลายเมืองของประเทศจีนแผ่นดินใหญ่ 200 ราย (กวางตุ้ง ปักกิ่ง เซี่ยงไฮ้ เจ้อเจียง ฉงชิ่ง เทียนจิน เสฉวน จียงซี เหอหนาน ซานตง ยูนนาน และหูหนาน เป็นต้น) มีอาการรุนแรง 95 ราย เสียชีวิต 17 ราย และมีผู้สัมผัสใกล้ชิด 5,897 ราย วันที่ 24 มกราคม 2563 พบผู้ป่วยยืนยันในประเทศจีนกระจายไป 28 เมืองของ จีนแผ่นดินใหญ่ จำนวน 830 ราย เสียชีวิต 26 ราย เป็นผู้ป่วยยืนยันในมณฑลหูเป่ย 549 ราย เสียชีวิต 25 ราย และพบผู้เสียชีวิตในมณฑลเหอเป่ย 1 ราย วันที่ 25 มกราคม 2563 พบผู้ป่วยยืนยันในประเทศจีนกระจายเกือบ ทุกเมือง (ยกเว้นเมือง Xizang) จำนวน 1,318 ราย อาการรุนแรง 237 ราย เสียชีวิต 41 ราย ในจำนวนนี้เป็นบุคลากรทางการแพทย์เสียชีวิต 1 ราย ณ วันที่ 26 มกราคม 2563 พบผู้ป่วยยืนยันในประเทศจีนกระจายเกือบ ทุกเมือง (ยกเว้นเมือง Xizang) จำนวน 1,975 ราย อาการรุนแรง 324 ราย เสียชีวิต 56 ราย ซึ่งผู้ป่วยยืนยันทั่วโลก จำนวนทั้งสิ้น 2,023 ราย ประเทศไทย ณ วันที่ 26 มกราคม 2563 พบผู้ป่วยที่มีอาการเข้าได้ตามนิยามทั้งหมด 102 ราย พบผู้ป่วยยืนยันติดเชื้อ Novel Coronavirus 2019 จำนวน 8 ราย **จังหวัดสิงห์บุรีไม่มีรายงานผู้ป่วยสงสัย/ติดเชื้อโรคปอดอักเสบจากการติดเชื้อโคโรนาไวรัสสายพันธุ์ใหม่ 2019**

**มาตรการสื่อสารความเสี่ยงกับประชาชน**

- โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 ป้องกันได้โดยใช้หลักการป้องกันโรคติดต่อทางเดินหายใจ ได้แก่ ล้างมือ สวมหน้ากากอนามัย และไม่คลุกคลีกับผู้ป่วยโรคทางเดินหายใจ
- สามารถเดินทางไปประเทศจีนได้ แต่ระหว่างเดินทางในต่างประเทศขอให้หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่แออัด หรือมีมลภาวะและไม่อยู่ใกล้ชิดผู้ป่วยไอจาม หากเลี่ยงไม่ได้ให้สวมใส่หน้ากากอนามัย
- ภายใน 14 วัน หลังเดินทางกลับจากเมืองอู่ฮั่น หากมีไข้ ร่วมกับอาการทางเดินหายใจ ได้แก่ ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก หายใจเหนื่อยหอบ ควรรีบพบแพทย์ทันที พร้อมทั้งแจ้งประวัติการเดินทางไปประเทศจีน
- หลีกเลี่ยงการไปตลาดที่ขายซากสัตว์ป่าหรือที่มีชีวิต และการสัมผัสโดยไม่ใช้ถุงมือ
- หมั่นล้างมือให้สะอาดอยู่เสมอด้วยน้ำและสบู่หรือแอลกอฮอล์เจลล้างมือ ไม่นำมือมาสัมผัสตา จมูก ปาก
- ไม่ใช้ของส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น (เช่น ผ้าเช็ดหน้า แก้วน้ำ ผ้าเช็ดตัว) เนื่องจากเชื้อก่อโรคทางระบบทางเดินหายใจสามารถเข้าสู่ร่างกายได้ทางการสัมผัสสารคัดหลั่งของผู้ติดเชื้อ
- รับประทานอาหารปรุงสุกร้อน

**2.2 สถานการณ์กลุ่มโรคมี่ใช้ในการเฝ้าระวังจากฝุ่นละอองขนาดเล็ก PM.2.5 จังหวัดสิงห์บุรี**




**2.2 กลุ่มโรคมี่ใช้ในการเฝ้าระวังจากฝุ่นละอองขนาดเล็ก PM.2.5 จังหวัดสิงห์บุรี**

วันที่ 1 มกราคม – 26 มกราคม 2563 กลุ่มโรคที่พบมากที่สุดคือ โรคหลอดลมอุดกั้นเรื้อรัง จำนวน 223 ราย อัตราป่วยเท่ากับ 111.05 ต่อประชากรแสนคน รองลงมาโรคหลอดลมอักเสบ (150 ราย) โรคปอดบวม(53 ราย) โรคไข้หวัดใหญ่(18 ราย) โรคหอบหืด (8 ราย) โรคคออักเสบ(7ราย) อัตราป่วยเท่ากับ 74.70, 26.39, 8.96, 3.98, 3.48 ตามลำดับ กลุ่มอายุในทุกกลุ่มโรค พบมากที่สุด คือ กลุ่มอายุ 60-69 ปี รองลงมาคือ 50 – 59 ปี อาชีพที่พบมาที่สุดคือ ไม่ได้ประกอบอาชีพ รองลงมาคือ อาชีพรับจ้าง เมื่อเปรียบเทียบกับปี 2562 ในช่วงเวลาเดียวกัน (1 มกราคม ถึง 26 มกราคม 2562) พบว่าจำนวนผู้ป่วยกลุ่มโรคมี่ใช้ในการเฝ้าระวังจากฝุ่นละอองขนาดเล็ก PM.2.5 ปี 2563 ต่ำกว่าปี 2562

**<u>มาตรการสื่อสารความเสี่ยงกับประชาชน</u>**

1.หากพบปริมาณค่าฝุ่นละอองขนาดเล็ก PM2.5 เกินค่ามาตรฐาน ในบางช่วงเวลาและบางวัน ขอให้ประชาชน **งดทำกิจกรรม หรือออกกำลังกายกลางแจ้ง** ไม่ควรอยู่นอกบ้านเป็นเวลานาน หากจำเป็นต้องอยู่กลางแจ้งให้สวมหน้ากากอนามัย หากไม่จำเป็นไม่ควรออกนอกบ้าน โดยเฉพาะประชาชนกลุ่มเสี่ยง ได้แก่ เด็กเล็ก ผู้สูงอายุ หญิงตั้งครรภ์ ผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง โรคปอด หอบหืด ภูมิแพ้ เป็นต้น

2.ลดกิจกรรมที่ทำให้เกิดฝุ่นในบ้าน เช่น กวาด/เผาขยะ จุดธูป และเช็ดถูทำความสะอาดห้องพักในบ้านโดยใช้ผ้าชุดน้ำหมาดๆ ทำความสะอาด ปิดประตูหน้าต่างให้มิดชิด

3.ดูแลสุขภาพร่างกายของตนเอง โดยการพักผ่อนให้เพียงพอ ทานอาหารที่มีประโยชน์ ดื่มน้ำสะอาดบ่อยๆ วันละ 6-8 แก้ว

4.สำหรับกลุ่มอาชีพที่ต้องทำงานกลางแจ้ง เช่น ตำรวจจราจร แม่ค้าแผงลอยริมทางเดิน มอเตอร์ไซด์รับจ้าง ต้องสวมหน้ากากอนามัยขณะทำงาน และหากพบอาการผิดปกติ เช่น ไอ จามบ่อย หายใจผิดปกติ เหนื่อยผิดปกติ หรือ แน่นหน้าอก ให้รีบไปพบแพทย์

**<u>โรคที่ต้องเฝ้าระวังในเดือน มกราคม 2563</u>**

1.กลุ่มโรคติดต่อทางเดินหายใจ ได้แก่ ไข้หวัดใหญ่, ปอดบวม

2.กลุ่มโรคติดต่อทางเดินอาหารและน้ำ ได้แก่ โรคอุจจาระร่วง, อาหารเป็นพิษ

3.โรคไข้เลือดออก