

....พยาธิต่างๆ....

อันตรายที่หาเจอตามท้องตลาด

พยาธิใบไม้

อาหารที่ทำจากปลา และสัตว์น้ำจืด ที่ไม่ผ่านการปรุงสุก เช่น ปลาธำมรงค์ ลัมปลา



พยาธิตัวตืด

เนื้อหมู วัว ที่ปรุงไม่สุก



พยาธิไส้เดือน พยาธิแลมบ้า

ผักผลไม้ที่ล้างไม่สะอาด อาหารไม่สะอาด มีไข่พยาธิปนเปื้อน มีแมลงวันตอม



พยาธิตัวจิ๋ว

เนื้อสัตว์ที่ปรุงไม่สุก เช่น ปลา ไก่ กบ เป็นต้น



พยาธิอะนิซาคิส

ปลาทะเลที่ไม่สุก หรือปลาดิบ



อาการเบื้องต้นของโรคพยาธิ

1. น้ำหนักตัวลด
2. ท้องอืด ท้องเฟ้อ
3. ท้องเสียบ่อย
4. หิวบ่อย
5. มีอาการบวมแดง
6. ปวดศีรษะ
7. ปวดเมื่อยตัว
8. ตาพร่ามัว
9. ตัวเหลือง
10. ท้องบวมโต



ข้อบ่งชี้ว่าควรถ่ายพยาธิ



หิวบ่อยกว่าปกติ



ปวดท้อง



น้ำหนักลด



คันบริเวณทวารหนัก



การป้องกันโรคพยาธิ



เลี่ยงการกินอาหารดิบ หรือกึ่งสุกกึ่งดิบ



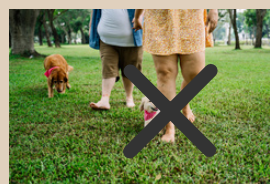
ล้างมือให้สะอาดหลัง เข้าห้องน้ำและก่อน รับประทานอาหาร



เลี่ยงการสัมผัส น้ำที่สกปรก



ล้างผักผลไม้ให้สะอาด ก่อนรับประทาน



ไม่เดินเท้าเปล่านอกบ้าน



ไม่หยิบของที่ตกบนพื้น แล้วเข้าปาก



ล้างแปรงสีฟันทุกครั้ง ก่อนใช้งาน



ทำความสะอาดพื้นบ่อยๆ เพื่อกำจัดแหล่งพยาธิ

แหล่งที่มาข้อมูล:

1. <https://siamrath.co.th/n/180960>
2. <https://biopharm.co.th/รู้ทัน-ป้องกันพยาธิ>
3. <https://www.sanook.com/health/15913/>



สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร
@foodsantation
Foodsanitation Division
Health Department BMA

ออกแบบโดย นางสาวสุริยาญา แสงดี
พนักงานช่วยงานด้านสาธารณสุข