

รวมเคล็ดลับการเลี้ยงทารกแรกเกิด - 1 ปี
บทความ

ลูกเป็นไข้ถ่ายเหลว จากโนโรไวรัส และไวรัสโรต้า มีวิธีดูแลอย่างไร

เม.ย. 30, 2025

8 นาที

เมื่อลูกเป็นไข้ถ่ายเหลว ท้องเสีย อาการเหล่านี้อาจเป็นสัญญาณที่บ่งบอกถึงความผิดปกติในร่างกายที่เกิดจากการติดเชื้อไวรัสหรือแบคทีเรีย เช่น โนโรไวรัส และไวรัสโรต้า ซึ่งหากไม่ได้รับการดูแลอย่างเหมาะสม อาจนำไปสู่ภาวะแทรกซ้อนที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพได้ มาดูกันว่าเบื้องต้นคุณพ่อคุณแม่ต้องดูแลลูกน้อยอย่างไร และเมื่อไหร่ที่ควรพาลูกไปพบแพทย์

สรุป

- ลูกเป็นไข้ถ่ายเหลว มีสาเหตุมาจากการติดเชื้อไวรัส เช่น ไวรัสโรต้า (Rotavirus) โนโรไวรัส (Norovirus) และแบคทีเรีย เช่น ซาลโมเนลลา (Salmonella) และอีโคไล (Escherichia coli)
- ลูกเป็นไข้ถ่ายเหลว จากเชื้อไวรัสโนโรไวรัส (Norovirus) คือ ไวรัสที่ทำให้เกิดการอักเสบของระบบทางเดินอาหาร ซึ่งหลังได้รับเชื้อโนโรไวรัสเข้าสู่ร่างกาย จะทำให้ลูกเริ่มมีอาการป่วยได้ภายใน 24-48 ชั่วโมง อาการที่สังเกตได้ก็คือ มีอาการคลื่นไส้ อาเจียน ถ่ายเหลวเป็นน้ำ ปวดท้อง ปวดศีรษะ ปวดตามร่างกาย และมีไข้ต่ำ
- ลูกเป็นไข้ถ่ายเหลว จากเชื้อไวรัสโรต้า (Rotavirus) คือ เชื้อไวรัสที่ทำให้เกิดการอักเสบในกระเพาะอาหารและลำไส้ ซึ่งหลังได้รับเชื้อไวรัสโรต้าเข้าสู่ร่างกาย จะทำให้ลูกเริ่มมีอาการป่วยได้ภายใน 48 ชั่วโมง อาการที่สังเกตได้ก็คือ ท้องเสียถ่ายเหลวรุนแรงฉับพลัน ซึม มีไข้สูง อาเจียน และมีไข้สูง

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- สาเหตุที่ทำให้ลูกเป็นไข้ถ่ายเหลว
- ไวรัสโรต้าและโนโรไวรัส สาเหตุสำคัญของอาการถ่ายเหลวในเด็ก
- 6 อาการสำคัญในเด็กท้องเสียถ่ายเหลว
- เคล็ดลับป้องกันลูกจากอาการไข้ถ่ายเหลว
- ลูกเป็นไข้ถ่ายเหลว เมื่อไหร่ที่ควรพาไปพบแพทย์?

สาเหตุที่ทำให้ลูกเป็นไข้ถ่ายเหลว

อาการไข้และถ่ายเหลวในเด็กเล็กเป็นอาการที่พบได้ ซึ่งสาเหตุหลัก ๆ ที่ทำให้ ลูกเป็นไข้ถ่ายเหลว ได้แก่

1. ลูกเป็นไข้ถ่ายเหลวจากการติดเชื้อไวรัส:

- **โนโรไวรัส (Norovirus)** เป็นไวรัสที่ทำให้เกิดการอักเสบของระบบทางเดินอาหาร ซึ่งหลังได้รับเชื้อโนโรไวรัสเข้าสู่ร่างกาย จะทำให้ลูกเริ่มมีอาการป่วยได้ภายใน 24-48 ชั่วโมง
- **ไวรัสโรต้า (Rotavirus)** เป็นเชื้อไวรัสที่ทำให้เกิดการอักเสบในกระเพาะอาหารและลำไส้ ซึ่งหลังได้รับเชื้อไวรัสโรต้าเข้าสู่ร่างกาย จะทำให้ลูกเริ่มมีอาการป่วยได้ภายใน 48 ชั่วโมง

2. ลูกเป็นไข้ถ่ายเหลว จากการติดเชื้อแบคทีเรีย:

- **ซาลโมเนลลา (Salmonella)** เป็นเชื้อแบคทีเรียที่ปนเปื้อนอยู่ในอาหารที่ไม่ผ่านความร้อน หรือไม่ปรุงให้สุก เช่น ไข่ดิบ ผักสด หรืออาหารหมักดอง เป็นต้น เมื่อเชื้อซาลโมเนลลาเข้าสู่ร่างกายภายใน 6-48 ชั่วโมง จะทำให้เกิดอาการคลื่นไส้ อาเจียน ท้องเสีย และมีไข้
- **อีโคไล (E.coli หรือ Escherichia coli)** เป็นเชื้อแบคทีเรียที่ปนเปื้อนมาในอาหารสด หรือละอองฝุ่น ซึ่งเมื่อได้รับเชื้ออีโคไลเข้าสู่ร่างกาย ภายใน 24-48 ชั่วโมง จะทำให้ลำไส้อักเสบ ระบบย่อยอาหารเกิดความผิดปกติขึ้น เช่น มีอาการคลื่นไส้ อาเจียน ท้องเสีย และมีไข้สูง

ไวรัสโรต้าและโนโรไวรัส สาเหตุสำคัญของอาการถ่ายเหลวในเด็ก

ไวรัสโรต้าและโนโรไวรัสเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้ลูกมีไข้ตัวร้อนและท้องเสียซึ่งเชื้อไวรัสแต่ละสายพันธุ์ มีลักษณะและอาการที่แตกต่างกัน ดังนี้

1. ไวรัสโรต้า (Rotavirus)

ไวรัสโรต้า (Rotavirus) คือเชื้อไวรัสที่ทำให้เกิดการอักเสบในกระเพาะอาหารและลำไส้ ทำให้ลูกท้องเสีย ท้องร่วงโดยเฉพาะในกลุ่มเด็กเล็กที่มีอายุน้อยกว่า 5 ปี

- **อาการ:** ท้องเสียถ่ายเหลวรุนแรงจับปื้น ชีม มือเท้าเย็น อาเจียน และมีไข้สูง
- **การติดต่อ:** สามารถติดต่อกันได้ทั้งที่แห้งและเย็น ระบาดมากในช่วงหน้าหนาว และสามารถติดต่อผ่านการสัมผัสเล่นของเล่น การรับประทานอาหารและน้ำที่ปนเปื้อนเชื้อ
- **วิธีดูแลเมื่อลูกมีไข้ถ่ายเหลว:**
 1. อาการไม่รุนแรง: หากลูกมีอาการท้องเสียไม่มาก โดยยังกินอาหารและน้ำได้ คุณแม่

สามารถให้ลูกจิบน้ำเกลือแร่ (ตามแพทย์แนะนำส่งจ่ายให้) ให้ลูกกินอาหารอ่อน ๆ และงดนม ผลไม้ ยกเว้นกล้วย ส่วนในเด็กเล็กที่ยังกินนมแม่สามารถกินนมแม่ได้ตามปกติ

2. อาการรุนแรง: หากลูกไม่กินอาหาร อาเจียน ซึม มีไข้สูง และถ่ายมีมูกเลือด ควรไปโรงพยาบาลเพื่อพบแพทย์ทันที
- **การป้องกัน:** คุณพ่อคุณแม่จำเป็นต้องให้ลูกได้รับการวัคซีนป้องกันการติดเชื้อไวรัสโรต้าเพื่อเสริมภูมิคุ้มกัน คือ วัคซีนแบบพื้นฐาน Monovalent (Human) ชนิดหยดรับประทาน 2 ครั้ง (อายุ 2 เดือน และ 4 เดือน) หรือวัคซีนเสริม Pentavalent (Bovine- Human) ชนิดหยดรับประทาน 3 ครั้ง (ลูกอายุ 2 เดือน, 4 เดือน และ 6 เดือน) ซึ่งสามารถพาลูกไปรับวัคซีนตามวัยจากแพทย์ได้ที่โรงพยาบาล

2. โนโรไวรัส (Norovirus)

โนโรไวรัส (Norovirus) คือเชื้อไวรัสที่ทำให้เกิดการอักเสบของระบบทางเดินอาหาร ซึ่งในเด็กเล็กจะมีอาการค่อนข้างรุนแรงหากติดเชื้อโนโรไวรัส

- **อาการ:** คลื่นไส้ อาเจียน มีอาการคล้ายอาหารเป็นพิษ ถ่ายเหลวเป็นน้ำ ปวดท้อง ปวดศีรษะ ปวดตามร่างกาย และมีไข้ต่ำ
- **การติดต่อ:** โนโรไวรัสเป็นไวรัสที่ติดต่อได้ง่ายมาก โดยเฉพาะในสภาพอากาศเย็น และสามารถแพร่กระจายได้ผ่านหลายช่องทาง เช่น อาหารและน้ำดื่มที่ปนเปื้อน เช่น อาหารทะเล ผักผลไม้สดที่ล้างไม่สะอาด หรือการสัมผัสกับผู้ป่วยโดยตรง
- **วิธีดูแลเมื่อลูกมีไข้ถ่ายเหลว:**
 1. **อาการไม่รุนแรง:** หากลูกท้องเสียไม่มาก การดูแลเบื้องต้นให้จิบเกลือแร่ (ตามแพทย์แนะนำส่งจ่ายให้) เพื่อป้องกันการขาดน้ำ และกินอาหารอ่อน ๆ
 2. **อาการรุนแรง:** หากลูกมีอาการท้องเสียถ่ายเหลวตลอดเวลา ควรรีบพาไปโรงพยาบาลทันที เนื่องจากอาจเกิดการช็อก ความดันต่ำ และเสียชีวิตได้
- **การป้องกัน:** ปัจจุบันยังไม่มีวัคซีนสำหรับป้องกันการติดเชื้อโรโนไวรัส สำหรับการป้องกันลูกไม่ให้ป่วย ในเบื้องต้น คือการดูแลรักษาความสะอาดของสุขอนามัย ล้างมือบ่อย ๆ และกินอาหารที่ปรุงสุก ใช้ช้อนกลาง เป็นต้น
- **ความแตกต่างระหว่าง ไวรัสโรต้า VS โนโรไวรัส**

จุดสังเกต	ไวรัสโรต้า	โนโรไวรัส
กลุ่มควรระวัง	เด็กเล็กอายุต่ำกว่า 5 ปี	เด็กเล็ก เด็กโต ผู้ใหญ่ (เด็กเล็กและผู้สูงวัยอาจมีอาการรุนแรง)
อาการ	ซึม มือเท้าเย็น อาเจียน ปวดท้อง ท้องเสีย และมีไข้	ถ่ายเหลวเป็นน้ำ ปวดท้อง ปวดศีรษะ คลื่นไส้ อาเจียน อ่อนเพลีย และมีไข้ ซึ่งอาการจะคล้ายอาหารเป็นพิษ
การแพร่กระจาย	ผ่านการสัมผัสเล่นของเล่น การรับประทานอาหารและน้ำที่ปนเปื้อนเชื้อ	มีการสัมผัสกับผู้ป่วยโดยตรง หรือสัมผัสสิ่งของ และกินอาหาร น้ำดื่มที่มีเชื้อไวรัสปนเปื้อน

6 อาการสำคัญในเด็กท้องเสียถ่ายเหลว

เชื้อโรคที่ทำให้ลูกท้องเสีย พบมากจากการติดเชื้อไวรัสโรต้า และโนโรไวรัส คุณพ่อคุณแม่สามารถสังเกตอาการท้องเสียถ่ายเหลวของลูกได้ ดังนี้

1. ถ่ายอุจจาระเหลวใส 3 ครั้งขึ้นไปต่อวัน
2. ถ่ายอุจจาระเหลวเป็นน้ำมากกว่ากากอุจจาระ หรือถ่ายเป็นมูกเลือด
3. ปวดท้อง ร้องไห้งอแง
4. ไม่ร่าเริง ซึม
5. กินอาหารได้น้อยลง
6. มีไข้และอาเจียน

เคล็ดลับป้องกันลูกจากอาการใช้ถ่ายเหลว

ไม่อยากให้ลูกเป็นไข้ถ่ายเหลว คุณพ่อคุณแม่สามารถปฏิบัติตามเคล็ดลับง่าย ๆ ได้ ดังนี้

1. **รับวัคซีนป้องกันไวรัสโรต้า:** ปรึกษาแพทย์เกี่ยวกับการให้ลูกได้รับวัคซีนป้องกันโรคท้องเสียจากเชื้อโรต้า ซึ่งจะช่วยลดความรุนแรงของโรค
2. **รักษาความสะอาด:** สอนให้เด็ก ๆ ล้างมือเป็นนิสัย โดยเฉพาะก่อนรับประทานอาหารและหลังใช้ห้องน้ำ ที่สำคัญ คุณแม่เองก็ควรล้างมือให้สะอาดก่อนปรุงอาหาร และหลังจากเปลี่ยนผ้าอ้อมให้ลูกทุกครั้ง
3. **การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่:** เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จะช่วยให้ลูกมีภูมิคุ้มกันที่แข็งแรง ในเด็กที่ได้กินนมแม่ตั้งแต่แรกเกิดจะได้ รับสารอาหารสำคัญในนมแม่ที่มีมากกว่า 200 ชนิด เช่น ดีเอชเอ วิตามิน แคลเซียม แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน รวมทั้ง จุลินทรีย์ที่มีประโยชน์อย่าง บิแล็กทิส (*B. lactis*) จุลินทรีย์สุขภาพในกลุ่มบิฟิโดแบคทีเรียม (*Bifidobacterium*) และยังเป็นโพรไบโอติกส์ ที่สามารถส่งต่อเพื่อเสริมสร้างระบบภูมิคุ้มกันให้ลูกน้อยมีร่างกายที่แข็งแรง

ลูกเป็นไข้ถ่ายเหลว เมื่อไหร่ที่ควรพาไปพบแพทย์?

เมื่อลูกเป็นมีไข้ถ่ายเหลว คุณพ่อคุณแม่ควรพาไปพบแพทย์ทันทีหากมีอาการเหล่านี้

1. **ภาวะขาดน้ำ:** กระหม่อมบุ๋ม ตาโหลลึก ซึมลง และปัสสาวะออกมาแค่เล็กน้อย
2. **อาการถ่ายอุจจาระ:** ลูกมีการถ่ายอุจจาระมากกว่า 10 ครั้งต่อวัน และมีอุจจาระมูกเลือดปนออกมา
3. **อาการอาเจียน:** ลูกอาเจียนบ่อย มีอาการอ่อนเพลีย
4. **อาการไข้:** ลูกมีไข้สูง ชัก ท้องอืด และหายใจหอบ

ลูกเป็นไข้ถ่ายเหลว เป็นอาการที่ต้องได้รับการดูแลอย่างใกล้ชิด การให้ลูกจิบเกลือแร่ตามคำแนะนำจากแพทย์ รับประทานอาหารอ่อน ๆ และพักผ่อนให้เพียงพอเป็นสิ่งสำคัญ หากอาการไม่ดีขึ้นหรือมีอาการรุนแรง ควรรีบพาไปโรงพยาบาลเพื่อพบแพทย์ทันที เพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นกับลูก เช่น ชักจากไข้สูง ความดันต่ำ และอาการช็อก จนเป็นอันตรายถึงชีวิตได้ และเพื่อให้คุณพ่อคุณแม่ที่มีลูกวัยทารก เด็กเล็ก เข้าใจถึงปัญหาสุขภาพของลูกน้อย ไม่ว่าจะเป็นในเรื่องของการขับถ่าย สามารถทำแบบประเมินสุขภาพเบื้องต้นของลูกได้ที่ คลินิก <https://www.s-momclub.com/member-privilege>

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

- ทารกท้องเสีย ทารกถ่ายเหลว อุจจาระทารกท้องเสีย อันตรายไหม
- ลูกท้องเสีย เกิดจากอะไร พร้อมวิธีดูแลลูกน้อย
- ลูกอ้วกไม่มีไข้ท้องเสีย เกิดจากอะไร รับมืออย่างไรดี
- ทำไมลูกกินนมแล้วท้องเสีย เด็กกินนมวัวแล้วท้องเสียเกิดจากอะไรได้บ้าง
- ทารกอุจจาระมีมูก ลูกท้องเสียถ่ายมีมูกเลือด ปกติไหม แบบไหนที่ต้องระวัง

อ้างอิง:

1. ท้องเสีย, โรงพยาบาลMedPark
2. โนโรไวรัส (Norovirus) ตัวการท้องเสียระบาดในเจ้าตัวเล็ก, โรงพยาบาลกรุงเทพ
3. ลูกท้องเสียหนัก ต้องระวัง “ไวรัสโรต้า” ที่อาจทำให้ช็อกได้, โรงพยาบาลวิมุต
4. ซาลโมเนลลา.....เชื้อที่มาพร้อมกับอาการท้องร่วง, โรงพยาบาลกลาง
5. อีโคไลจากน้ำฝนทำอาหารเป็นพิษ, โรงพยาบาลศิริรินทร์
6. ไวรัสโรต้า วายร้ายไกลตัว ที่พ่อแม่ต้องระวัง, โรงพยาบาลศิริราช ปิยมหาราชการุณย์
7. ไวรัสโรต้าคืออะไร, สมาคมติดเชื้อมหาวิทยาลัย
8. โนโรไวรัส ระบาดในเด็ก, โรงพยาบาลศิริราช ปิยมหาราชการุณย์
9. โนโรไวรัส ตัวการท้องเสียในเด็ก, โรงพยาบาลบางปะกอก1
10. โนโรไวรัส (Norovirus) ตัวการท้องเสียในเด็กเล็ก, โรงพยาบาลศิริรินทร์
11. ลูกน้อยท้องเสียบ่อย ส่งผลต่อพัฒนาการของเด็ก, โรงพยาบาลบางปะกอก3
12. 4 อาการสำคัญของโรคท้องเสียในเด็กที่ต้องรีบมาพบแพทย์, โรงพยาบาลนนทเวช
13. อาหารเป็นพิษอันตรายที่มากับอาหาร, โรงพยาบาลรามคำแหง

อ้างอิง ณ วันที่ 11 มีนาคม 2568

แชนด์ดอนนี่