

เทอร์โมมิเตอร์กับการดูแลลูกน้อยเมื่อเป็นไข้

รองศาสตราจารย์ ดร. ภูษิต ภูษิตกุลกาญจนาร

รองศาสตราจารย์ ภูษิต วังษ์กระจ่าง

ภก.วสุ สุภรัตน์สิทธิ

คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ไข้เป็นสิ่งบ่งบอกว่ามีสิ่งผิดปกติเกิดขึ้นในร่างกาย มักทำให้เด็กงอแง และที่สำคัญอาจมี
อาการชักตามมาได้ อุณหภูมิร่างกายตั้งแต่ 37.5 – 38 องศาเซลเซียสขึ้นไปจะถือว่าเป็นไข้
การใช้เทอร์โมมิเตอร์ปรอทวัดอุณหภูมิร่างกายมีความน่าเชื่อถือมากกว่าการใช้มือสัมผัสเด็ก
และสามารถประเมินได้อย่างละเอียดกว่าอีกด้วย

เทอร์โมมิเตอร์กับปรอท

สารปรอทที่บรรจุภายในเทอร์โมมิเตอร์ เป็นโลหะสีขาวคล้ายเงิน เป็นของเหลวที่
อุณหภูมิห้อง และระเหยกลายเป็นไอได้ ทำให้เป็นอันตรายต่อร่างกายได้ง่ายขึ้น ซึ่งปรอทจะเข้า
สู่ร่างกายได้ทั้งทางปาก ทางเดินหายใจและทางผิวหนัง พิษสารปรอทมีทั้งชนิดเฉียบพลันและ
เรื้อรัง พิษชนิดเฉียบพลันมักเกิดจากอุบัติเหตุโดยการกลืนกินสารปรอทเข้าสู่ร่างกาย ซึ่ง
ปริมาณปกติที่ได้รับเข้าสู่ร่างกายและทำให้ตายได้ โดยเฉลี่ยประมาณ 0.02 กรัม อาการที่เกิด
จากการกลืนกินปรอท คือ อาเจียน ปากพอง แดงไหม้ อักเสบและเนื้อเยื่ออาจหลุดออกมาเป็น
ชิ้นๆ เลือดออก ปวดท้องอย่างแรง เนื่องจากปรอทกักระบบทางเดินอาหาร มีอาการท้องร่วง
อย่างแรง อุจจาระเป็นเลือด เมื่อร่างกายเสียเลือดมากจะเป็นลม สลบ เมื่อเข้าสู่ระบบหมุนเวียน
โลหิต ปรอทจะไปทำลายไต ทำให้ปัสสาวะไม่ออกหรือปัสสาวะเป็นเลือด และตายในที่สุด พิษ
ชนิดเรื้อรัง จะไปทำอันตรายต่อระบบประสาทส่วนกลาง ซึ่งได้แก่ สมอง และไขสันหลัง ทำให้
เสียการควบคุมเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวของแขน ขา การพูด และยังทำให้ระบบประสาทรับ
ความรู้สึกเสียไป เช่น การได้ยิน การมองเห็น ซึ่งอันตรายเหล่านี้ เมื่อเป็นแล้วรักษาให้กลับดี
ดั้งเดิมไม่ได้ หากได้รับการหายใจ ปอดอักเสบ มีอาการเจ็บหน้าอก มีไข้ แขนงหน้าอก
หายใจไม่ออกและตายได้

ประโยชน์ของปรอททางการแพทย์

ปรอทใช้ในการทำอุปกรณ์ทางการแพทย์ เช่น เทอร์โมมิเตอร์ และเครื่องมือที่ใช้วัดความ
ดันโลหิต

ซัลไฟด์ของปรอทใช้ทำสีแดงในยาสมุนไพร

ปรอทเป็นตัวทำลายที่ดีสำหรับโลหะบางชนิด สารผสมที่ได้เรียกว่าอะมัลกัม ใช้เป็น
วัสดุในการอุดฟัน โดยผสมปรอทกับโลหะผสมระหว่างเงินกับดีบุก

การป้องกันอันตรายจากปรอท

สารปรอทและสารประกอบของปรอทควรเก็บในภาชนะที่ปิดสนิทเพื่อป้องกันการระเหยของปรอท ในกรณีที่มีการรั่วหรือแตกของอุปกรณ์ปรอท ให้นำภาชนะที่มีน้ำมารองรับเพื่อป้องกันการระเหยของปรอท

การดูแลลูกน้อยที่เป็นไข้

เทอร์โมมิเตอร์ปรอท เป็นอุปกรณ์สำคัญที่ใช้ในการวัดอุณหภูมิของร่างกาย จัดเป็นเครื่องมือแพทย์ทั่วไป พระราชบัญญัติเครื่องมือแพทย์ พ.ศ.2551 แต่ปรอทที่บรรจุภายในมีพิษและเป็นอันตรายต่อสิ่งแวดล้อม ซึ่งมีติจากที่ประชุมมนตรีประสานการของโครงการสิ่งแวดล้อมแห่งสหประชาชาติให้จัดทำมาตรการทางกฎหมายระหว่างประเทศด้านการจัดการสารปรอท ซึ่งกำหนดให้ยกเลิกการใช้ผลิตภัณฑ์ปรอทภายในปี 2567 เทอร์โมมิเตอร์เป็นผลิตภัณฑ์ที่เข้ามาตรการนี้ด้วย

เทอร์โมมิเตอร์ เป็นอุปกรณ์สำคัญที่ใช้ในการวัดไข้ โดยเฉพาะการเป็นไข้ของเด็ก สำหรับเด็กเล็กในช่วงขวบปีแรก หากมีอุณหภูมิร่างกายสูงเกิน 38 องศาเซลเซียส แสดงว่ามีไข้ มีข้อแนะนำเพื่อช่วยให้พ่อแม่ดูแลลูกน้อยได้อย่างถูกต้องเหมาะสม เช่นการเช็ดตัว และการตัดสินใจไปพบแพทย์ ดังนี้

ลูกอายุ 3-6 เดือน มีอุณหภูมิขึ้นสูงถึง 38 องศาเซลเซียส และลูกอายุ 6 เดือนขึ้นไป มีอุณหภูมิขึ้นสูงถึง 39 องศาเซลเซียส ระหว่างทางไปพบแพทย์ควรเช็ดตัวลดไข้ให้ลูกด้วย

ถ้าลูกขวบปีแรกเป็นไข้นานกว่า 24 ชั่วโมง ทำการลดไข้ด้วยวิธีต่าง ๆ แล้ว ไม่หาย มีอาการผิดปกติอื่นร่วมด้วย เช่น มีอาการกระสับกระส่าย ร้องไห้ไม่หยุด ซึมหายใจเร็วหอบ ชัก อาเจียน หรือท้องเสีย เป็นต้น

ระวังอาการชัก หากลูกไข้ขึ้นสูงเกิน 39 องศาเซลเซียส คุณพ่อคุณแม่ก็ต้องระวังว่าลูกอาจเกิดอาการชักได้ ซึ่งต้องทำการลดไข้โดยด่วน ด้วยการนำผ้าขนหนูชุบน้ำมาไว้ตามข้อพับเพื่อการระบายความร้อน

การเช็ดตัวเพื่อลดไข้ ใช้ผ้าขนหนูชุบน้ำอุณหภูมิห้องหรือผสมน้ำอุ่นนิดหน่อย จะช่วยกระตุ้นให้หลอดเลือดขยายตัว และนำความร้อนออกจากร่างกายได้ดี ไม่ควรใช้น้ำเย็น หรือแผ่นแช่เย็นลดไข้ โดยเช็ดตัวลูกจากช่วงศีรษะไล่ลงไปจนทั่วร่างกาย ซอกคอ รักแร้ และขาหนีบ ที่เป็นจุดรวมความร้อน และเปลี่ยนผ้าเมื่อรู้สึกว่ามีผ้าเริ่มอุ่น หรือน้ำเริ่มแห้ง อาจจะใช้ผ้าชุบน้ำบิดหมาด ๆ สอดไว้ที่รักแร้หรือซอกขาหนีบ ซึ่งเป็นจุดที่มีเส้นเลือดใหญ่ไหลผ่าน ความร้อนจะได้แพร่มาที่ผ้าได้อย่างรวดเร็ว โดยปกติของการเช็ดตัว จะลดไข้ภายในครึ่งชั่วโมง ควรให้ทานยาควบคู่ไปด้วย

การแต่งกายลูกน้อย ให้ลูกแต่งตัวด้วยชุดสบาย ๆ และหม่ผ้าหม่ที่ไม่หนาเกินไป ไม่ควรแต่งตัว หรือหม่ผ้าหนา ๆ เพราะจะทำให้การระบายความร้อนไม่สะดวก และทำให้อุณหภูมิกลับสูงขึ้นห้องนอน ควรมียาอากาศถ่ายเท ไม่ร้อนหรือหนาวเกินไป อาจเปิดพัดลมเป่าระบายอากาศได้ แต่ไม่ควรหันมาตรงตัวลูก

อุปกรณ์วัดไข้

จะเห็นว่าอุณหภูมิของร่างกายโดยเฉพาะเด็กสำคัญยิ่ง ช่วยในการตัดสินใจดำเนินการต่อไป มารู้อีกอุปกรณ์วัดไข้แบบใช้ง่าย เพื่อเลือกใช้หรือทดแทนเทอร์โมมิเตอร์ปรอท ที่จะถูกยกเลิกในอนาคต อุปกรณ์เหล่านี้ได้แก่

เทอร์โมมิเตอร์ปรอทวัดไข้ทางรักแร้ จะเหมาะกับลูกวัย 3 เดือนขึ้นไป การใช้ปรอทวัดไข้ทางรักแร้ ทำได้โดยยกแขนลูกข้างใดข้างหนึ่งขึ้น วางเทอร์โมมิเตอร์ให้กระเปาะปรอทอยู่ตรงรักแร้ จับแขนลูกลงให้หนีบทอร์โมมิเตอร์ไว้ราว 5 นาทีค่อยเอาออกมาดู ระวังไม่ให้ปลายปรอทวัดไข้ไหลออกจากรักแร้ด้านหลัง เพราะจะได้ค่าไม่ถูกต้อง

เครื่องวัดอุณหภูมิทางหูแบบดิจิตอล เป็นวิธีที่นิยมในปัจจุบัน เพราะใช้ง่าย สะดวก รวดเร็ว และแม่นยำ สามารถทำได้แม้ขณะทารกหรือลูกนอนหลับ เพียงสอดเครื่องวัดอุณหภูมิไว้ในรูหู รอสักครู่ก็อ่านค่าได้ทันที บางรุ่นมีแผ่นครอบ เพื่อป้องกันระดับความลึกไม่ให้เข้าไปในหูลึกเกินไป

แถบวัดอุณหภูมิ เป็นแผ่นขนาดเล็กที่มีตัวเลข วิธีใช้คือ เอาแผ่นนั้นมาวางทาบบนหน้าผากลูกโดยหันด้านที่มีตัวเลขออกมา ทิ้งไว้ประมาณ 15 วินาที ก็สามารถวัดผลงานแถบตัวเลขได้ และเมื่อใช้เสร็จแล้ว ก็อาจใช้ผ้าเช็ดคราบเหลืองที่อาจจะติดแถบวัดให้สะอาด



เทอร์โมมิเตอร์ปรอทแก้วมีราคาไม่แพง มีความถูกต้องแม่นยำดี ส่วนเครื่องวัดอุณหภูมิชนิดอื่นๆ ก็มีความถูกต้องแม่นยำสูง แต่จะมีราคาแพงกว่า แถบวัดอุณหภูมิมีความแม่นยำต่ำแต่ใช้ง่ายสะดวก ราคาไม่แพง อาจเป็นทางเลือกเพื่อการดำเนินการเบื้องต้นก่อนพาลูกน้อยไปพบแพทย์

การใช้อุปกรณ์วัดไข้และการดูแลลูกน้อยอย่างถูกต้องเหมาะสม ก่อนต้องไปพบแพทย์จะช่วยให้ลูกน้อยปลอดภัยและลดอาการไข้ได้อย่างรวดเร็ว เพื่อสุขภาพอนามัยสมบูรณ์ของลูกน้อยที่รักยิ่ง