

ความลับ

ที่ นพ ๐๐๒๓.๑๗/ว ๖๖๓



ที่ว่าการอำเภอวังยาง
ถนนวังยาง - วังโน นพ ๔๘๑๓๐

เมษายน ๒๕๖๗

เรื่อง การป้องกันโรคติดต่อที่เกิดในช่วงฤดูร้อนของประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๖๗

เรียน นายกองค์การบริหารส่วนตำบล ทุกแห่ง

สิ่งที่ส่งมาด้วย สำเนาหนังสือจังหวัดนครพนม ด่วนที่สุด ที่ นพ ๐๐๒๓.๖/ว ๑๒๐๓
ลงวันที่ ๒๙ มีนาคม ๒๕๖๗

จำนวน ๑ ชุด

ด้วยอำเภอวังยางได้รับแจ้งจากจังหวัดนครพนมว่า ขณะนี้ประเทศไทยเข้าสู่ฤดูร้อนแล้ว เมื่อวันที่ ๒๑ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๖๗ โดยในตอนกลางวันบริเวณประเทศไทยมีอากาศร้อนเกือบทั่วไปต่อเนื่อง อุณหภูมิสูงสุดมากกว่า ๓๕ องศาเซลเซียส และคาดว่าฤดูร้อนจะสิ้นสุดลงประมาณกลางเดือน พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๗ ซึ่งผลจากการเข้าสู่ฤดูร้อนอาจทำให้ประชาชนมีโอกาสป่วยจากโรคติดต่อต่าง ๆ ได้

ดังนั้น เพื่อเป็นการเฝ้าระวังและป้องกันการระบาดของโรคติดต่อในระดับพื้นที่ จึงขอให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในพื้นที่ประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนในพื้นที่ดูแลร่างกายและสุขภาพให้แข็งแรงอยู่เสมอ เพื่อลดโอกาสเจ็บป่วยด้วยโรคติดต่อที่อาจเกิดขึ้นในช่วงฤดูร้อน รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อทราบและพิจารณาดำเนินการต่อไป

เรียน นายก อบต. โคกสี

- อ.วังยาง แจ้ง การป้องกันโรคติดต่อที่เกิดในช่วงฤดูร้อนของประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๖๗ ซึ่งขอให้ อบต. ประชาสัมพันธ์ ให้ประชาชนในพื้นที่ดูแลร่างกาย และสุขภาพให้แข็งแรงอยู่เสมอ เพื่อลดโอกาสเจ็บป่วย
- เพื่อโปรดทราบและพิจารณา

(นายณัฐ คัตถาวร)
เจ้าพนักงานธุรการ
3 เม.ย. 67

ขอแสดงความนับถือ

(นางสาวกัญญา ก้อนแพง)

นายอำเภอวังยาง

รองปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล รักษาการแทน
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลโคกสี

ให้ลงนาม ๑๗

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นอำเภอ

โทร. ๐-๔๒๕๗-๗๐๖๕

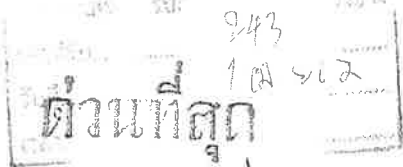
โทรสาร. ๐-๔๒๕๗-๗๐๐๗

(นายสมชาย ภูมิวงษ์)

รองนายกองค์การบริหารส่วนตำบล ปฏิบัติราชการแทน
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลโคกสี

นายรัฐกร นันชนะ
นักทรัพยากรบุคคล รักษาการแทน
หัวหน้าสำนักปลัด

3/4/67



ที่ นพ ๐๐๒๓.๖/ว ๑๒๐๓



เลขที่	844
วันที่	1 Dec 62
ที่	

ศาลากลางจังหวัดนครพนม
ถนนอภิบาลบัญชา นพ. ๔๘๐๐๐

๒๔ มีนาคม ๒๕๖๓

เรื่อง การป้องกันโรคติดต่อที่เกิดในช่วงฤดูร้อนของประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๖๓

เรียน นายอำเภอทุกอำเภอ

สิ่งที่ส่งมาด้วย สำเนาหนังสือกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น ด่วนที่สุด ที่ มท ๐๘๑๙.๓/ว ๑๒๕๗ จำนวน ๑ ชุด
ลงวันที่ ๒๒ มีนาคม ๒๕๖๓

ด้วยจังหวัดนครพนมได้รับแจ้งจากกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นว่า ขณะนี้ประเทศไทยเข้าสู่ฤดูร้อนแล้ว เมื่อวันที่ ๒๑ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๖๓ โดยในตอนกลางวันบริเวณประเทศไทยมีอากาศร้อนเกือบทั่วไปต่อเนื่อง อุณหภูมิสูงสุดมากกว่า ๓๕ องศาเซลเซียส และคาดว่าฤดูร้อนจะสิ้นสุดลงประมาณกลางเดือนพฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๓ ซึ่งผลจากการเข้าสู่ฤดูร้อนอาจจะทำให้ประชาชนมีโอกาสป่วยจากโรคติดต่อต่าง ๆ ได้

จังหวัดนครพนมพิจารณาแล้ว เพื่อเป็นการเฝ้าระวังและป้องกันการระบาดของโรคติดต่อในระดับพื้นที่ จึงขอให้อำเภอแจ้งองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในพื้นที่ประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนในพื้นที่ดูแลร่างกายและสุขภาพให้แข็งแรงอยู่เสมอ เพื่อลดโอกาสเจ็บป่วยด้วยโรคติดต่อที่อาจเกิดขึ้นในช่วงฤดูร้อน รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อดำเนินการ

ขอแสดงความนับถือ

Cul

(นางรณิดา เหลืองฐิติสกุล)
รองผู้ว่าราชการจังหวัด ปฏิบัติราชการแทน
ผู้ว่าราชการจังหวัดนครพนม

ร.น. นายอำเภอวังยาง
นายอำเภอวังยาง
นายอำเภอวังยาง
นายอำเภอวังยาง
นายอำเภอวังยาง

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัด
กลุ่มงานบริการสาธารณะท้องถิ่น
และประสานงานท้องถิ่นอำเภอ
โทรศัพท์ ๐ ๔๒๕๑ ๕๗๒๐ ต่อ ๑๓

๖๖๕๐๒๓.

(นายอำเภอวังยาง ก้อนแพง)

นายอำเภอวังยาง

1 Dec 62

(นายริบไตย เทพพานิช)
ปลัดอำเภอ



ประกาศกรมอุตุนิยมวิทยา
เรื่อง การเข้าสู่ฤดูร้อนของประเทศไทย พ.ศ.๒๕๖๗

ประเทศไทยได้สิ้นสุดฤดูหนาวและเข้าสู่ฤดูร้อนแล้ว ในวันที่ ๒๑ กุมภาพันธ์ พ.ศ.๒๕๖๗ โดยในตอนกลางวันบริเวณประเทศไทยมีอากาศร้อนเกือบทั่วไปต่อเนื่อง อุณหภูมิสูงสุดมากกว่า ๓๕ องศาเซลเซียส เนื่องจากได้รับอิทธิพลจากรังสีดวงอาทิตย์เพิ่มมากขึ้น ประกอบกับมีลมฝ่ายใต้พัดปกคลุมบริเวณประเทศไทยตอนบน ซึ่งเป็นรูปแบบลักษณะอากาศของฤดูร้อน อย่างไรก็ตามบริเวณภาคเหนือและภาคตะวันออกเฉียงเหนือจะยังคงมีอากาศเย็นในตอนเช้าจนถึงประมาณกลางเดือนมีนาคม และคาดว่า ฤดูร้อนจะสิ้นสุดประมาณกลางเดือนพฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๗

ประกาศ ณ วันที่ ๒๒ กุมภาพันธ์ พ.ศ.๒๕๖๗

กค

(นางสาวกรรวิ สิริชีวะภาค)
อธิบดีกรมอุตุนิยมวิทยา



ประกาศกรมควบคุมโรค

เรื่อง การป้องกันโรคและภัยสุขภาพ ที่เกิดในช่วงฤดูร้อนของประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๖๗

ปี พ.ศ. ๒๕๖๗ ฤดูร้อนของประเทศไทย เริ่มตั้งแต่ปลายเดือนกุมภาพันธ์ไปจนถึงกลางเดือนพฤษภาคม อากาศที่ร้อน และแห้งแล้งเหล่านี้เหมาะแก่การเจริญเติบโตของเชื้อโรคหลายชนิด โดยเฉพาะเชื้อโรคที่ปนเปื้อนในน้ำ และอาหาร ปกติโรคติดต่อทางเดินอาหารและน้ำสามารถเกิดได้ตลอดทั้งปี แต่จะพบมากในช่วงฤดูร้อนที่มีสภาพอากาศที่เอื้อต่อการเจริญเติบโตของเชื้อโรค ซึ่งส่งผลให้อาหารบูดเสียง่าย รวมถึงความแห้งแล้ง อาจทำให้เกิดสุขอนามัยที่ไม่เหมาะสม ก่อให้เกิดโรคติดต่อต่าง ๆ และภัยสุขภาพได้

กรมควบคุมโรคในฐานะหน่วยงานที่มีบทบาทภารกิจเกี่ยวกับการเฝ้าระวัง ป้องกัน ควบคุมโรคและภัยที่คุกคามทางสุขภาพ มีความห่วงใยในสุขภาพของประชาชน จึงขอให้ประชาชนดูแลร่างกายและสุขภาพให้แข็งแรงอยู่เสมอ เพื่อลดโอกาสเจ็บป่วยด้วยโรคและภัยสุขภาพ ที่อาจเกิดขึ้นในช่วงฤดูร้อน ดังนี้

๑. โรคติดต่อทางเดินอาหารและน้ำ ได้แก่

- ๑.๑ โรคอาหารเป็นพิษ
- ๑.๒ โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน
- ๑.๓ โรคบิด
- ๑.๔ โรคไวรัสตับอักเสบ เอ
- ๑.๕ ไข้ไทฟอยด์ หรือไข้รากสาดน้อย

๒. ภัยสุขภาพ ได้แก่

- ๒.๑ การเจ็บป่วย และเสียชีวิตจากภาวะอากาศร้อน
- ๒.๒ การบาดเจ็บ และเสียชีวิตจากการจมน้ำ

รายละเอียดของโรคติดต่อและภัยสุขภาพปรากฏตามเอกสารแนบท้ายประกาศนี้

จึงประกาศให้ทราบโดยทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ ๕ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๗

(นายธงชัย กิริหัตถยากร)
อธิบดีกรมควบคุมโรค

๑.๒ โรคอหิวาตกโรค (Cholera)

อหิวาตกโรค (cholera) เกิดจากเชื้อ *Vibrio cholerae* โดยสายพันธุ์ที่มักทำให้เกิดอาการรุนแรง คือ serogroup O1 และ O139 คนสามารถเป็นพาหะนำโรค เชื้อจะอยู่ในอุจจาระประมาณ ๗ - ๑๕ วัน และสามารถแพร่กระจายไปสู่สิ่งแวดล้อมในที่ที่มีสุขลักษณะอนามัยไม่ดี

จากรายงานการเฝ้าระวังโรค (รง. ๕๐๖) กองระบาดวิทยา พบมีการรายงานผู้ป่วยอหิวาตกโรค ในทุกปี ในปี พ.ศ. ๒๕๖๖ ที่ผ่านมา พบมีการรายงานผู้ป่วยอหิวาตกโรค จำนวน ๖ ราย ไม่พบผู้เสียชีวิต คิดเป็นอัตราป่วย ๐.๐๑ ต่อแสนประชากร ผู้ป่วยเป็นสัญชาติไทยทั้งหมด มีอายุมากกว่า ๖๕ ปี (ร้อยละ ๓๓.๓๓) ๑๕ - ๒๔ ปี (ร้อยละ ๑๖.๖๗) และ ๓๕ - ๔๔ ปี (ร้อยละ ๑๖.๖๗) ตามลำดับ พื้นที่ที่มีพบอัตราป่วยต่อแสนประชากรสูงสุด ๓ อันดับแรก คือ พิจิตร (ร้อยละ ๐.๓๙) ประจวบคีรีขันธ์ (ร้อยละ ๐.๑๘) สระบุรี (ร้อยละ ๐.๑๒) อย่างไรก็ตาม ปี พ.ศ. ๒๕๖๗ ระหว่างวันที่ ๑ มกราคม - ๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗ (ข้อมูล ณ วันที่ ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗) พบผู้ป่วย ๖ ราย ไม่พบผู้เสียชีวิต คิดเป็นอัตราป่วย ๐.๐๑ ต่อแสนประชากร เป็นสัญชาติไทยทั้งหมด และอยู่ในกลุ่มอายุมากกว่า ๖๕ ปีขึ้นไป (ร้อยละ ๕๐.๐๐) ๕๕ - ๖๔ ปี (ร้อยละ ๑๖.๖๗) และ ๓๕ - ๔๔ ปี (ร้อยละ ๑๖.๖๗) และ ๐ - ๔ ปี (ร้อยละ ๑๖.๖๗) ตามลำดับ และพบในผู้ป่วยจังหวัดละ ๑ ราย ได้แก่ เพชรบูรณ์ ปทุมธานี ชลบุรี บุรีรัมย์ ระนอง และกรุงเทพมหานคร

การติดต่อ ติดต่อจากการรับประทานอาหารหรือน้ำที่มีเชื้อปนเปื้อนหรือพิษของเชื้อปะปนอยู่

อาการ ถ่ายเป็นน้ำจำนวนมาก อย่างน้อย ๑ ครั้ง ภายใน ๒๔ ชั่วโมง หรือถ่ายเหลวอย่างน้อย ๓ ครั้ง ภายใน ๒๔ ชั่วโมง อาจมีอาเจียน เป็นตะคริว หรืออาการขาดน้ำอย่างรุนแรงถึงช็อก หรือเสียชีวิตจากอุจจาระร่วงเฉียบพลัน

๑.๓ โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน (Acute Diarrhea)

โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน เป็นโรคที่พบได้บ่อย และพบได้ในทุกกลุ่มวัย เกิดได้จากหลายสาเหตุ ส่วนใหญ่เกิดจากการติดเชื้อ ซึ่งอาจเป็นเชื้อไวรัส แบคทีเรีย โปรโตซัว ปรสิต หนอนพยาธิ หรือเกิดจากสาเหตุอื่น ๆ เช่น การแพ้อาหาร ผลข้างเคียงจากการใช้ยาบางชนิด ส่วนใหญ่อากาศไม่รุนแรง และมักจะหายได้เอง มีส่วนน้อยที่อาจมีอาการรุนแรง ทำให้มีภาวะขาดน้ำ และเกลือแร่ ซึ่งเป็นอันตรายถึงขั้นเสียชีวิตได้ โดยเฉพาะในเด็กเล็กและผู้สูงอายุ

ข้อมูลจากรายงานการเฝ้าระวังทางระบาดวิทยา (รง. ๕๐๖) กองระบาดวิทยา ในช่วง ๕ ปีที่ผ่านมา (พ.ศ. ๒๕๖๒ - ๒๕๖๖) พบการรายงานผู้ป่วยตลอดทั้งปี จะมีการรายงานสูงขึ้นในต้นปีและค่อย ๆ ลดลงในช่วงปลายปี ช่วงเวลาที่พบการรายงานสูง คือ ช่วงเดือนมกราคมถึงมีนาคม โดยในปี พ.ศ. ๒๕๖๖ พบรายงานผู้ป่วยโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน จำนวน ๖๘๑,๗๔๗ ราย คิดเป็นอัตราป่วย ๑.๐๓๐.๒๗ ต่อประชากรแสนคน เสียชีวิต ๑ ราย จังหวัดที่มีอัตราป่วยต่อประชากรแสนคนสูงสุด ๓ อันดับแรก ได้แก่ เชียงราย (๒,๔๖๗.๔๖) ภูเก็ต (๒,๔๓๙.๖๕) และปราจีนบุรี (๑,๙๙๗.๕๘) ส่วนในปี พ.ศ. ๒๕๖๗ ระหว่างวันที่ ๑ มกราคม - ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗ ได้รับรายงานผู้ป่วยโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน จำนวน ๕๗,๒๔๕ ราย คิดเป็นอัตราป่วย ๘๖.๕๖ ต่อประชากรแสนคน และจังหวัดที่มีอัตราป่วยต่อประชากรแสนคนสูงสุด ๓ อันดับแรก ได้แก่ ชลบุรี (๔๖๗.๙๗) สงขลา (๒๗๔.๙๒) และมหาสารคาม (๒๗๔.๖๐)

ข้อมูล ...

๑.๕ ไข้ไทฟอยด์ หรือไข้รากสาดน้อย (Typhoid fever)

ไข้ไทฟอยด์ หรือไข้รากสาดน้อย เกิดจากการได้รับเชื้อแบคทีเรีย *Salmonella Typhi* ที่มากับอุจจาระหรือปัสสาวะ และปนเปื้อนอยู่ในน้ำหรือมือ ซึ่งหากผู้ที่ได้รับเชื้อมีสุขอนามัยที่ไม่ดีก็จะนำไปสู่การปนเปื้อนในน้ำหรืออาหารต่าง ๆ ได้

ข้อมูลจากรายงานการเฝ้าระวังทางระบาดวิทยา (ร.ร. ๕๐๖) กองระบาดวิทยา ในช่วง ๕ ปีที่ผ่านมา (พ.ศ. ๒๕๖๒ - ๒๕๖๖) พบการรายงานผู้ป่วยสูงขึ้นในช่วงเดือนสิงหาคมถึงตุลาคม และในปี พ.ศ. ๒๕๖๖ มีรายงานผู้ป่วยไข้ไทฟอยด์ จำนวน ๑,๒๒๐ ราย คิดเป็นอัตราป่วย ๑.๘๔ ต่อประชากรแสนคน ไม่พบผู้เสียชีวิตเป็นผู้ป่วยสัญชาติไทยมากที่สุด ร้อยละ ๔๘ ผู้ป่วยส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มอายุ ๔๕ - ๕๔ ปี (ร้อยละ ๒๑.๗๒) กลุ่มอายุมากกว่า ๖๕ ปีขึ้นไป (ร้อยละ ๑๘.๔๔) และกลุ่มอายุ ๕๕ - ๖๔ ปี (ร้อยละ ๑๘.๑๑) จังหวัดที่มีอัตราป่วยต่อประชากรแสนคนสูงสุด ๓ อันดับแรก ได้แก่ สงขลา (๒๕.๒๒) ยโสธร (๒๑.๗๘) และพะเยา (๑๘.๑๔) สำหรับสถานการณ์ปี พ.ศ. ๒๕๖๗ ระหว่างวันที่ ๑ มกราคม - ๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗ (ข้อมูล ณ วันที่ ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗) ได้รับรายงานผู้ป่วยไข้ไทฟอยด์สะสม ๑๒๔ ราย คิดเป็นอัตราป่วย ๐.๑๙ ต่อประชากรแสนคน ไม่มีรายงานผู้เสียชีวิต ผู้ป่วยส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มอายุ ๕๐ - ๕๔ ปี (ร้อยละ ๓๙.๕๑) กลุ่มอายุ ๔๐ - ๔๔ ปี (ร้อยละ ๑๖.๙๔) และกลุ่มอายุ ๗๐ ปีขึ้นไป (ร้อยละ ๑๓.๗๑) โดยจังหวัดที่มีอัตราป่วยต่อประชากรแสนคนสูงสุด ๓ อันดับแรก ได้แก่ สงขลา (๒.๗๖) ปัตตานี (๑.๔๘) และนราธิวาส (๒.๒๓) ตามลำดับ

การติดต่อ ติดต่อผ่านการรับประทานอาหารหรือน้ำดื่มที่ปนเปื้อนเชื้อ เช่น ผักสดหรือผลไม้ที่รับประทานทั้งเปลือก น้ำดื่มที่ไม่ผ่านการต้มสุก หรือการสัมผัสกับผู้ที่มีเชื้อ

อาการ อาการเด่น คือ ผู้ป่วยจะมีไข้สูงลอยมากกว่า 1 สัปดาห์ และมีอาการร่วม คือ ปวดศีรษะ ปวดท้อง ท้องอืด หรือท้องผูก ในบางรายอาจมีถ่ายเหลว หรือมีอาการผื่นขึ้นขึ้นตามหน้าอกหรือลำตัว

แนวทางการป้องกันโรคติดต่อทางเดินอาหารและน้ำ

๑. การสร้างความตระหนักด้านสุขลักษณะส่วนบุคคล ล้างมือให้สะอาดทุกครั้งก่อนและหลังการประกอบอาหาร รับประทานอาหาร และภายหลังจากการเข้าห้องน้ำหรือห้องส้วมทุกครั้ง

๒. ยึดหลัก “สุก ร้อน สะอาด” รับประทานอาหารที่สะอาด และปรุงสุกใหม่ ๆ ไม่ควรรับประทานอาหารดิบ หรือ สุก ๆ ดิบ ๆ หากเป็นอาหารค้างคืนหรือเก็บไว้นานเกิน ๒ ชั่วโมง ควรนำมาอุ่นให้ร้อนทั่วถึงก่อนรับประทานทุกครั้ง รวมถึงเลือกน้ำดื่มและน้ำแข็งที่สะอาด มีเครื่องหมาย อย.

๓. ควรแยกภาชนะที่ใช้ออกจากกัน แบ่งเป็นภาชนะสำหรับใส่อาหารที่ปรุงสุกแล้ว กับภาชนะสำหรับใส่วัตถุดิบก่อนปรุง เพื่อไม่ให้เกิดการปนเปื้อนของเชื้อก่อโรค

๔. ปรับปรุงสุขาภิบาลด้านสถานที่ ทั้งบริเวณการเตรียม ปรุง และประกอบอาหาร กำจัดขยะมูลฝอย เศษอาหาร และสิ่งปฏิกูล เพื่อไม่ให้ปนเปื้อนแหล่งเพาะพันธุ์แมลงวันและป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อโรค รวมถึงปรับบริเวณท้องน้ำ ท้องส้วม ให้ถูกหลักสุขาภิบาล

๕. ผู้ประกอบอาหารและพนักงานเสิร์ฟอาหาร ควรสวมใส่หมวกคลุมผมและผ้ากันเปื้อนระหว่างปฏิบัติงาน ล้างมือก่อนจับอาหารทุกครั้ง ดูแลรักษาทำความสะอาดอุปกรณ์เครื่องใช้ในการประกอบอาหาร กำจัดขยะมูลฝอย และเศษอาหารภายในห้องครัวทุกวัน รวมไปถึงควรได้รับการตรวจสุขภาพอย่างสม่ำเสมอ หากมีอาการอุจจาระร่วงควรหยุดปฏิบัติงานจนกว่าจะหายหรือตรวจไม่พบเชื้อในอุจจาระ

- รายงานการเสียชีวิตที่สงสัยเกี่ยวเนื่องจากภาวะอากาศร้อน ๓๗ ราย เป็นเพศชาย ๓๔ ราย และเพศหญิง ๓ ราย อายุระหว่าง ๑๗ - ๘๑ ปี (เฉลี่ย ๕๓ ปี) ประกอบอาชีพรับจ้าง ร้อยละ ๒๗ มีรายงานการเสียชีวิตใน ๒๒ จังหวัด ได้แก่ ชลบุรี และบุรีรัมย์ จังหวัดละ ๔ ราย สทบุรี, สมุทรสงคราม และสมุทรปราการ จังหวัดละ ๓ ราย ฉะเชิงเทรา, อุตรธานี และตรัง จังหวัดละ ๒ ราย แพร่, ลำปาง, กาฬสินธุ์, นครพนม, ยโสธร, ร้อยเอ็ด, ชัยภูมิ, สุรินทร์, อ่างทอง, สุพรรณบุรี, นครนายก, นนทบุรี, ปทุมธานี และพัทลุง จังหวัดละ ๑ ราย เมื่อจำแนกรายภาค พบว่าภาคกลางมีผู้เสียชีวิตที่เกี่ยวข้องจากภาวะอากาศร้อนสูงที่สุด ร้อยละ ๓๕ นอกจากนี้ พบว่า ผู้เสียชีวิตมีโรคประจำตัวร่วมด้วย ร้อยละ ๓๑ เช่น พฤติกรรมและปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญ คือ การดื่มสุรา อีกทั้งพบว่าเป็นการเสียชีวิตกลางแจ้ง ร้อยละ ๖๒ หากจำแนกรายเดือน พบว่า มีรายงานการเสียชีวิตมากที่สุดในเดือนเมษายน ร้อยละ ๔๖ และวันที่มีรายงานการเสียชีวิตมากที่สุด ได้แก่ วันที่ ๒๔ มีนาคม ๒๕๖๖ จำนวน ๓ ราย ในบุรีรัมย์, ตรัง และพัทลุง จังหวัดละ ๑ ราย มีอุณหภูมิสูงสุด ๔๑.๔°C วันที่ ๒๔ เมษายน ๒๕๖๖ จำนวน ๓ ราย ในชลบุรี ๒ ราย และนครนายก ๑ ราย มีอุณหภูมิสูงสุด ๔๐.๖°C และวันที่ ๗ พฤษภาคม ๒๕๖๖ จำนวน ๓ ราย ในอุตรธานี, อ่างทอง และสมุทรสงคราม จังหวัดละ ๑ ราย มีอุณหภูมิสูงสุด ๔๔.๑°C

การเปลี่ยนแปลงระดับอุณหภูมิของอากาศที่สูงขึ้นจะส่งผลกระทบต่อสุขภาพโดยตรง ซึ่งเป็นสาเหตุของการเจ็บป่วยที่เกี่ยวข้องเนื่องจากความร้อน และอาจส่งผลทำให้เสียชีวิตได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มเสี่ยง ได้แก่ เด็กทารกและเด็กเล็ก ผู้สูงอายุ หญิงตั้งครรภ์ ผู้ที่เจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง ได้แก่ โรคไต โรคหัวใจ โรคเกี่ยวกับปอด และผู้ป่วยติดเตียง ผู้ที่ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ และผู้มีพฤติกรรมเสี่ยง เช่น ผู้ที่สูบบุหรี่ และดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในภาวะอากาศร้อน จะมีความเสี่ยงของอุณหภูมิในร่างกายสูง (Hyperthermia) ได้ง่าย รวมทั้งผู้ที่ต้องทำงานกลางแจ้ง เป็นต้น ดังนั้นการมีความรู้และความสามารถป้องกันตนเอง และปฐมพยาบาลตนเองเบื้องต้นรวมถึงผู้อุบัติเหตุได้ต่อภาวะอากาศร้อน จะช่วยลดการเจ็บป่วยและเสียชีวิตที่เกี่ยวข้องจากภาวะอากาศร้อนได้

ข้อเสนอแนะมาตรการการป้องกันการเกิดการเจ็บป่วยและเสียชีวิตจากภาวะอากาศร้อน

๑. ควรใส่ใจสภาพแวดล้อม ภูมิอากาศและอุณหภูมิ ความชื้นสัมพัทธ์รอบตัว ที่มีการเปลี่ยนแปลงในแต่ละวัน และจัดสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัย/การทำงานให้มีการระบายอากาศที่ดี
๒. งดออกกำลังกาย ทำงานหรือกิจกรรมกลางแจ้งเป็นเวลานาน และไม่ออกแรงหรือทำงานหนักมากเกินไปในวันที่มีอากาศร้อน
๓. ยับสภาพร่างกายให้สามารถทำกิจกรรมในสภาพอากาศที่ร้อนได้อย่างเหมาะสม ดื่มน้ำอย่างสม่ำเสมอ ไม่ให้ขาดน้ำ โดยการดื่มน้ำให้เพียงพอ อย่างน้อยวันละ ๘ - ๑๐ แก้ว
๔. สวมเสื้อผ้าให้เหมาะสมกับสภาพอากาศ ระบายเหงื่อและความร้อนได้ดี
๕. ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เสพยาเสพติด ในช่วงที่มีอากาศร้อน
๖. ไม่ควรเปิดพัดลมแบบจ่อตัวในขณะที่อากาศร้อนมาก (อุณหภูมิสูงกว่า ๓๗°C) เพราะพัดลมจะดูดความร้อนเข้าหาตัว ควรเปิดพัดลมแบบส่าย และเปิดหน้าต่าง เพื่อระบายอากาศ
๗. ควรมีหมายเลขโทรศัพท์ของสถานพยาบาลที่ใกล้ที่สุดหรือติดต่อสายด่วน ๑๖๖๙
๘. หากมีอาการที่เกี่ยวข้องกับความร้อน ให้รีบแจ้งบุคคลใกล้ชิดทันที

รูปที่ ๑ ...

ปี พ.ศ. ๒๕๖๕ พบว่ามีเหตุการณ์เด็กตกน้ำ จมน้ำ ทั้งหมด ๓๓๘ เหตุการณ์ โดยสาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากการชวนกันไปเล่นน้ำมากที่สุด (ร้อยละ ๖๔.๔) นอกจากนี้ยังพบว่าร้อยละ ๕๘.๖ ของเด็กที่จมน้ำจะเสียชีวิต ร้อยละ ๔๑.๔ ของเด็กที่จมน้ำพบว่าเสียชีวิต ณ ที่เกิดเหตุ ร้อยละ ๑๗.๓ ของเด็กจมน้ำพบว่ายังได้รับการช่วยเหลือผิดวิธีโดยการอุ้มพาดบ่า ร้อยละ ๘.๔ ของเด็กที่จมน้ำเสียชีวิตพบว่า เป็นเด็กที่ว่ายน้ำไม่เป็น ในจำนวนเหตุการณ์ที่เด็กชวนกันไปเล่นน้ำตั้งแต่ ๒ คนขึ้นไป พบว่า มากกว่าครึ่งหนึ่งเสียชีวิตพร้อมกัน โดยส่วนใหญ่ขาดทักษะการเอาชีวิตรอดในน้ำและไม่รู้วิธีการช่วยเหลือที่ถูกต้อง ปิดเทอมที่ผ่านมาพบเด็กจมน้ำในสถานที่ท่องเที่ยว ถึง ๘ เหตุการณ์ และส่วนใหญ่ไม่มีการจัดการพื้นที่เล่นน้ำให้มีความปลอดภัย

การคาดการณ์สถานการณ์การจมน้ำ พบว่า การจมน้ำยังคงมีความเสี่ยงสูงเหมือนทุกปีที่ผ่านมา โดยเฉพาะในช่วงฤดูร้อนระหว่างเดือนมีนาคม - พฤษภาคม มีเด็กอายุต่ำกว่า ๑๕ ปี เสียชีวิตจากการจมน้ำสูงที่สุดประมาณ ๑ ใน ๓ ของการจมน้ำตลอดทั้งปี ซึ่งสาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากเด็กชวนกันไปเล่นน้ำ ขาดความรู้เรื่องกฎความปลอดภัยทางน้ำ ทักษะการเอาชีวิตรอด และวิธีการช่วยเหลือคนตกน้ำ จมน้ำที่ถูกต้อง รวมไปถึงขาดการดูแลของผู้ปกครองอย่างใกล้ชิด ประกอบกับในชนบทมีแหล่งน้ำธรรมชาติอยู่ใกล้หมู่บ้าน หากชุมชนไม่ตระหนักด้านความปลอดภัยของแหล่งน้ำ จะเกิดความเสี่ยงต่อการจมน้ำเสียชีวิตได้ง่าย

คำแนะนำและการป้องกันการจมน้ำ

๑. กลุ่มเด็กเล็ก (อายุต่ำกว่า ๕ ปี)

๑.๑ ทุกครัวเรือนที่มีเด็กอายุน้อยกว่า ๒ ปี ควรใช้คอกกั้นเด็กหรือลำหนวดพื้นที่เล่นที่ปลอดภัย (Playpen) ให้แก่เด็ก เพื่อไม่ให้เด็กเข้าถึงแหล่งน้ำ

๑.๒ มีการจัดการสิ่งแวดล้อม เช่น เหนือถังจากภาชนะทุกครั้งที่ใช้งาน หรือหาฝาปิด เช่น ถังน้ำ กระละมัง โถงน้ำ เป็นต้น หรือฝังกลบหลุมหรือแอ่งน้ำที่ไม่ได้ใช้งาน

๑.๓ ผู้ปกครองและผู้ดูแลเด็กทุกคนควรดูแลเด็กอย่างใกล้ชิด ไม่ควรเผลอเรอแม้แต่เสี้ยววินาทีเดียว และต้องอยู่ในระยะที่มองเห็น คว้างและเข้าถึง

๑.๔ ไม่ปล่อยให้เด็กเล่นน้ำเองตามลำพังแม้แต่ในกะละมัง ถังน้ำ โถง

๑.๕ สอนให้เด็กเล็กรู้จักแหล่งน้ำเสี่ยงภัยในบ้าบ เช่น กะละมัง ถังน้ำ และวิธีการหลีกเลี่ยง โดยเน้น “อย่าใกล้ อย่าเก็บ อย่าดื่ม” คือ สอนให้เด็กอย่าเข้าไปใกล้แหล่งน้ำ อย่าเก็บสิ่งของหรือของเล่นที่อยู่ในน้ำ และอย่าดื่มไปดื่มน้ำในแหล่งน้ำ

๒. กลุ่มเด็กโต (อายุ ๕ ปีขึ้นไป)

๒.๑ สอนให้เด็กเรียนรู้กฎแห่งความปลอดภัยทางน้ำ เช่น ไม่เล่นใกล้แหล่งน้ำ ไม่เล่นคนเดียว ไม่แกล้งจมน้ำ ไม่ดื่มสุรา ไม่เล่นน้ำตอนกลางคืน รู้จักแหล่งน้ำเสี่ยง รู้จักใช้ชูชีพหรืออุปกรณ์ลอยน้ำได้ เมื่อต้องโดยสารเรือหรือทำกิจกรรมทางน้ำ

๒.๒ สอนให้เด็กรู้จักการเอาชีวิตรอดในน้ำ และเรียนรู้วิธีการใช้อุปกรณ์ที่สามารถลอยน้ำได้ที่หาได้ง่าย เช่น ถังแกลลอน ขวดน้ำพลาสติกเปล่า เป็นต้น

๒.๓ สอนให้เด็กเรียนรู้วิธีการช่วยเหลือคนตกน้ำที่ถูกต้อง คือ “ตะโกน โยน ยื่น” โดยเมื่อพบคนตกน้ำต้องไม่กระโดดลงไปช่วย แต่ควรตะโกนขอความช่วยเหลือ โทรแจ้ง ๑๖๖๙ และหาอุปกรณ์โยนหรือยื่นให้คนตกน้ำจับเพื่อช่วย เช่น ไม้ เชือก ถังแกลลอนพลาสติกเปล่า ขวดน้ำพลาสติกเปล่า เป็นต้น รวมถึงวิธีการปฐมพยาบาลคนจมน้ำที่ถูกต้อง

๒.๔ ใส่เสื้อชูชีพทุกครั้งและตลอดเวลาที่ทำกิจกรรมทางน้ำ

๒.๕ ไม่ปล่อยให้เด็กไปเล่นน้ำกันเองตามลำพัง ต้องมีผู้ใหญ่ไปด้วยทุกครั้ง