

# ข่าวประชาสัมพันธ์

## สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา

### สงกรานต์งานบุญ ระวังโรคอาหารเป็นพิษ และโรคไข้หูดับ

เนื่องจากสภาพอากาศที่ร้อนจัดในขณะนี้ อาจทำให้อาหารบูดเสียได้ง่าย หากไม่นำมาอุ่นก่อนรับประทาน รวมทั้งในเดือนเมษายน เป็นช่วงเทศกาลสงกรานต์ มีผู้เดินทางกลับภูมิลำเนาเป็นจำนวนมาก และรับประทานอาหารร่วมกันภายในครอบครัว และตามงานบุญประเพณีต่างๆ อาหารที่นำมารับประทานอาจบูดเสียเนื่องจากความร้อนทำให้เกิดโรคอาหารเป็นพิษได้ หรือผู้ที่กินลาบดิบ ก้อยดิบ ลาบเลือด อาจทำให้เกิดโรคหูดับ ซึ่งโรคนี้อันตราย อาจทำให้เสียชีวิตได้

นายแพทย์กิตติพงษ์ สัตยชาติวิรุฬห์ ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา เดือนประชาชน เนื่องจากในขณะนี้อากาศร้อน อาจทำให้ประชาชนเจ็บป่วยได้ง่าย โดยเฉพาะเมื่อรับประทานอาหารที่บูดเสีย ปรุงไม่สุก หรือไม่สะอาด ก่อให้เกิดโรคต่าง ๆ เช่น โรคอาหารเป็นพิษ โรคอุจจาระร่วง โดยเฉพาะในช่วงเดือนเมษายนเป็นเทศกาลสงกรานต์ มักจะมีการทำอาหารในงานเลี้ยง งานบุญ หากปรุงโดยใช้เวลานานอาหารมักจะบูดเสียก่อน ทำให้เสี่ยงเป็นโรคอุจจาระร่วง หรืออาหารเป็นพิษได้

อีกหนึ่งโรคที่สำคัญ คือ โรคไข้หูดับ ซึ่งโรคนี้อาจเกิดจากหมูที่ป่วย หรือหลังกินอาหารที่ปรุงมาจากเนื้อหมูเลือดที่ปรุงสุกๆ ดิบๆ ทำให้มีไข้สูง ปวดศีรษะอย่างรุนแรง เวียนศีรษะจนทรงตัวไม่ได้ อาเจียน คอแข็ง หูดับ ท้องเสีย ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ ให้รีบพบแพทย์ทันที และบอกประวัติการกินหมูดิบให้ทราบด้วย เพราะหากมาพบแพทย์เร็ว จะช่วยลดอัตราการหูหนวกและเสียชีวิตได้

ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา กล่าวต่อไปว่า ขอให้ประชาชนรับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ หรือนำมาอุ่นก่อนรับประทาน เพื่อป้องกันโรคอาหารเป็นพิษและอุจจาระร่วง สำหรับการป้องกันโรคไข้หูดับ คือ ห้ามกินหมูดิบ หรือลาบดิบ ต้องปรุงให้สุกทั่วถึงด้วยความร้อน ผู้ที่มีความเสี่ยง ได้แก่ คนเลี้ยงหมู ผู้ที่ทำงานในโรงฆ่าสัตว์ ผู้ที่ชำแหละเนื้อหมู ควรสวมรองเท้าบู๊ทยาง สวมถุงมือ หากมีบาดแผล ต้องปิดแผลให้มิดชิด และล้างมือหลังสัมผัสกับหมูทุกครั้ง หากมีอาการป่วยหลังจากกินหมูดิบ เช่น มีไข้สูง เวียนศีรษะ อาเจียน คอแข็ง หูดับ ท้องเสีย ให้รีบพบแพทย์ทันที หากมีข้อสงสัยสอบถามเพิ่มเติมที่สายด่วนกรมควบคุมโรค 1422.

# ข่าวประชาสัมพันธ์

## สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา

25 เมษายน วันมาลาเรียโลก

วันที่ 25 เมษายนของทุกปีเป็น “วันมาลาเรียโลก” จัดตั้งขึ้นโดยประเทศสมาชิกขององค์การอนามัยโลก เพื่อส่งเสริมและสร้างความตระหนักถึงวิธีการควบคุมและการรักษาโรคมาลาเรีย

โรคมาลาเรีย ติดต่อสู่คน โดยถูกยุงก้นปล่องตัวเมียที่มีเชื้อมาลาเรียกัด หลังจากได้รับเชื้อมาลาเรียประมาณ 1-2 สัปดาห์หลังถูกกัด ผู้ป่วยจะมีอาการคล้ายเป็นหวัด คือมีไข้ ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามตัว อาจมีอาการคลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหารได้ ลักษณะเฉพาะของโรคที่เรียกว่า ไข้จับสั่น คือ มีอาการหนาวสั่น ไข้สูงและตามด้วยเหงื่อออก จะพบได้ในผู้ป่วยบางรายเท่านั้น มาลาเรียเป็นโรคที่รักษาให้หายขาดได้ ถ้าได้รับการวินิจฉัยที่ถูกต้อง รวดเร็ว และได้รับการรักษาด้วยยาที่มีประสิทธิภาพสูง ตรงตามชนิดของเชื้อที่เป็นสาเหตุ การซื้อยามากินเองหรือกินยาไม่ครบ อาจทำให้เกิดปัญหาเชื้อดื้อยา หรือทำให้เป็นโรครุนแรงขึ้น และอาจเป็นอันตรายถึงชีวิตได้

นายแพทย์กิตติพงษ์ สัตยชาตวิรุพห์ ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา เปิดเผย สถานการณ์โรคมาลาเรียในเขตสุขภาพที่ 9 ตั้งแต่วันที่ 1 ม.ค. ถึง 19 ก.พ. 2562 โดยพบผู้ป่วยใน 2 จังหวัด ได้แก่ จ. นครราชสีมา พบผู้ป่วย 2 ราย และจังหวัดสุรินทร์ พบผู้ป่วย 1 ราย รวมทั้งสิ้น 3 ราย ไม่มีรายงานผู้เสียชีวิต ผู้ป่วยมากที่สุดในกลุ่มอายุ 45 ปีขึ้นไป รองลงมาคือ 25-44 ปี และ 15-24 ปี ส่วนกลุ่มอายุที่ต้องระวังเป็นพิเศษ ได้แก่ ทหาร ตำรวจตระเวนชายแดน เกษตรกร ผู้มีอาชีพขายของป่า ช่างราชการป่าไม้ เป็นต้น แหล่งระบาดของมาลาเรียอยู่ตามจังหวัดชายแดน โดยเฉพาะบริเวณที่เป็นภูเขาสูง ป่าทึบ แหล่งน้ำ ลำธาร อันเป็นแหล่งแพร่พันธุ์ของยุงก้นปล่อง

ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา แนะนำวิธีการป้องกันโรคมาลาเรีย เนื่องจากในประเทศไทยมีปัญหาเชื้อมาลาเรียดื้อยา จึงไม่แนะนำให้ใช้ยาป้องกัน แต่ควรใช้วิธีป้องกันตนเอง ด้วยการ นอนกางมุ้ง ซึ่งมุ้งควรอยู่ในสภาพดี ไม่มีรูขาด ใช้ยาทากันยุง เพื่อป้องกันไม่ให้ยุงกัด ใช้ยาจุดกันยุง สวมเสื้อผ้าปกปิดร่างกายให้มิดชิด เช่น ใส่เสื้อแขนยาว กางเกงขายาว เป็นต้น หากมีข้อสงสัย สามารถสอบถามได้ที่ สายด่วนกรมควบคุมโรค 1422

# ข่าวประชาสัมพันธ์

## สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา

**เตือน!! อากาศร้อนระวัง...โรคลมแดดอันตรายถึงตาย**

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 จังหวัดนครราชสีมา (สคร.9) ขอเตือนประชาชนในช่วงอากาศร้อน ให้ระมัดระวังโรคลมแดด (Heat Stroke) ซึ่งเป็นโรคที่เกิดจากร่างกายได้รับความร้อนมากเกินไป จนเกิดการสูญเสียน้ำ ทำให้ร่างกายไม่สามารถปรับอุณหภูมิได้ทันจนทำให้ความร้อนในร่างกาย (Core temperature) สูงกว่า 40 องศาเซลเซียส ซึ่งส่งผลต่อระบบไหลเวียนโลหิต อาจทำให้ผู้ป่วยเสียชีวิตจากการทำงานผิดปกติของระบบสมองได้

นายแพทย์กิตติพงษ์ สัญชาติวิรุฬห์ ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา กล่าวว่า โรคลมแดดไม่ได้เกิดขึ้นทันทีที่สัมผัสกับอากาศร้อน แต่เกิดขึ้นจากการอยู่ในสภาพอากาศที่ร้อนจัดเป็นเวลานาน หรือออกกำลังกายในอุณหภูมิสูง อาการสำคัญของโรคลมแดด คือ ไม่มีเหงื่อออก ตัวร้อนจัดขึ้นเรื่อยๆ รู้สึกกระหายน้ำมาก วิงเวียน ปวดศีรษะ มึนงง คลื่นไส้ หายใจเร็ว อาเจียน หากเกิดอาการดังกล่าวจะต้องหยุดพักทันที หากพบเจอผู้เป็นโรคลมแดดสามารถช่วยเหลือผู้ป่วยเบื้องต้น โดยการนำเข้าไปพักในที่ร่ม นอนราบ ยกเท้าสูงทั้งสองข้าง ถ้าอาเจียนให้นอนตะแคงก่อน เมื่ออาเจียนแล้วให้นอนหงาย คลายเสื้อผ้าที่รัดแน่นออก ใช้ผ้าชุบน้ำเย็นหรือน้ำแข็งประคบตามซอกคอ รักแร้ ขเอกราน ศีรษะ เพื่อระบายความร้อนร่วมกับใช้พัดลมเป่าระบายความร้อน ราดน้ำเย็นลงบนตัว เพื่อลดอุณหภูมิร่างกายให้ต่ำลง ให้ดื่มน้ำหรือน้ำเกลือแร่ทดแทน แล้วรีบนำส่งโรงพยาบาลโดยเร็วที่สุด

ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 จังหวัดนครราชสีมา ขอแนะนำวิธีการป้องกันไม่ให้เป็นโรคลมแดด คือ ควรหลีกเลี่ยงการอยู่กลางแจ้งที่ร้อนจัด เตรียมร่างกายให้เหมาะสม หากท่ามกลางสภาพอากาศร้อน หรือออกกำลังกายกลางแจ้งสภาพอากาศร้อน ควรดื่มน้ำให้ได้ชั่วโมงละ 1 ลิตร แม้จะไม่รู้สึกกระหายน้ำก็ตาม ถึงแม้ทำงานในที่ร่มก็ควรดื่มน้ำอย่างน้อยวันละ 6-8 แก้ว สวมเสื้อผ้าที่มีสีอ่อน ไม่หนา และระบายความร้อนได้ดี หากรู้สึกหิวน้ำมาก ตัวร้อนแต่เหงื่อไม่ออก หายใจถี่ ปากคอแห้ง วิงเวียนศีรษะ ให้รีบไปพบแพทย์ทันที หากมีข้อสงสัยสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ สายด่วนกรมควบคุมโรค 1422

# ข่าวประชาสัมพันธ์

## สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา

### สงกรานต์สุขใจ ปลอดภัย ปลอดเหล้า

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา เตือนประชาชนที่จะเดินทางในช่วงเทศกาลสงกรานต์ ขอให้วางแผนในการเดินทางเพื่อความปลอดภัย เช่น ตรวจสอบสภาพรถให้พร้อมใช้งาน ผู้ขับรถควรพักผ่อนให้เพียงพอเพื่อป้องกันภาวะหลับใน ขับรถด้วยความระมัดระวัง คาดเข็มขัดและสวมหมวกนิรภัย อย่าขับรถเร็วเกินกว่ากฎหมายกำหนด สิ่งที่สำคัญคือ ห้ามดื่มเหล้าในขณะที่ขับรถโดยเด็ดขาด เพราะอาจเป็นอันตรายทั้งต่อตนเองและผู้อื่นได้

นายแพทย์กิตติพงศ์ สัตยชาติวิรุฬห์ ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา เตือนประชาชนให้ระวังอุบัติเหตุในช่วงเทศกาลสงกรานต์ เนื่องจากในช่วงนี้ มีผู้เดินทางสัญจรเป็นจำนวนมาก ทั้งที่เดินทางกลับต่างจังหวัด หรือไปท่องเที่ยวตามสถานที่ต่าง ๆ อาจทำให้เกิดอุบัติเหตุจราจรได้ โดยเฉพาะเมื่อดื่มเหล้า สคร.9 จึงขอประชาสัมพันธ์กฎหมายพระราชบัญญัติควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พ.ศ.2551 เพื่อให้ประชาชนได้รับรู้ และป้องกันอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้น ดังนี้

1.สถานที่ห้ามขายและห้ามดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ วัด โรงพยาบาล สถานที่ราชการ หอพัก สถานศึกษา สถานีบริการน้ำมันเชื้อเพลิง สวนสาธารณะ โรงงาน บนทางจราจรทางบก สถานีรถไฟ ขบวนรถไฟ สถานีขนส่ง ท่าเรือ เรือโดยสาร

หากฝ่าฝืน : มีโทษจำคุกไม่เกิน 6 เดือน หรือปรับไม่เกิน 10,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

2.ห้ามมิให้ผู้ใดขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในวันมาฆบูชา วันวิสาขบูชา วันอาสาฬหบูชา วันเข้าพรรษา วันออกพรรษา และวันสงกรานต์

หากฝ่าฝืน : มีโทษจำคุกไม่เกิน 1 ปี หรือปรับไม่เกิน 20,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

3.ห้ามผู้ใดขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในเวลาอื่น นอกจากเวลา เวลา 11.00 – 14.00 น. และเวลา 17.00 – 24.00 น.

หากฝ่าฝืน : มีโทษจำคุกไม่เกิน 1 ปี หรือปรับไม่เกิน 20,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

4.ห้ามมิให้ผู้ใดขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แก่บุคคลที่มีอายุต่ำกว่า 20 ปีบริบูรณ์ และผู้ที่มีอาการมึนเมาจนครองสติไม่ได้

หากฝ่าฝืน : มีโทษจำคุกไม่เกิน 1 ปี หรือปรับไม่เกิน 20,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

หากประชาชนมีข้อสงสัย สามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่สายด่วนกรมควบคุมโรค 1422