

กรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ
กองวิทยากรพัฒนาและงบประมาณ
งานวิทยากร
งานประชาสัมพันธ์
งานส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ
ด่วนที่สุด
ที่ ขบ ๐๐๒๓.๑๒/ว ๕๓๕



เทศบาลเมืองบ้านบึง
เลขที่ ๒๑๐
วันที่ ๒๒ เม.ย. ๒๕๖๗
เวลา ๑๖.๐๐

ที่ว่าการอำเภอบ้านบึง
ถนนเจตน์อภัย ขน ๒๐๑๓๐
เลขที่รับ ๒๑๕
วันที่ ๒๒ เม.ย. ๒๕๖๗
เวลา ๑๕.๒๕

๑๙ เมษายน ๒๕๖๗

เรื่อง การป้องกันภัยสุขภาพที่เกิดในช่วงฤดูร้อนของประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๖๗
เรียน นายกเทศมนตรีเมืองบ้านบึง นายกเทศมนตรีตำบล และนายกองค์การบริหารส่วนตำบล ทุกแห่ง

อ้างถึง ๑. หนังสือจังหวัดชลบุรี ด่วนที่สุด ที่ ขบ ๐๐๒๓.๖/ว ๑๙๓๐ ลงวันที่ ๑๕ มีนาคม ๒๕๖๗
๒. หนังสือจังหวัดชลบุรี ด่วนที่สุด ที่ ขบ ๐๐๒๓.๖/ว ๒๒๙๗ ลงวันที่ ๒๘ มีนาคม ๒๕๖๗

สิ่งที่ส่งมาด้วย สำเนาหนังสือจังหวัดชลบุรี ด่วนที่สุด ที่ ขบ ๐๐๒๓.๖/ว ๒๗๑๙
ลงวันที่ ๑๘ เมษายน ๒๕๖๗

งานประชาสัมพันธ์
เลขที่รับ ๑๓๕
วันที่ ๒๒ เม.ย. ๒๕๖๗
เวลาดำเนินงาน ๑ ชม ๑๐๐

ตามที่จังหวัดชลบุรีได้ประชาสัมพันธ์มาตรการเฝ้าระวังและผลกระทบต่อสุขภาพจากโรคฮีทสโตรก (Heat stroke) และการป้องกันโรคติดต่อที่เกิดในช่วงฤดูร้อนของประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๖๗ เพื่อให้มีการเฝ้าระวังผลกระทบต่อสุขภาพจากโรคฮีทสโตรก (Heat Stroke) และป้องกันการระบาดของโรคติดต่อที่เกิดจากอาหารและน้ำในช่วงฤดูร้อนของประเทศไทย นั้น

ในการนี้ เพื่อเป็นการเฝ้าระวัง การป้องกันภัยสุขภาพที่เกิดในช่วงฤดูร้อน จังหวัดชลบุรี จึงให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ดำเนินการประชาสัมพันธ์ ดังนี้

๑. ผื่นจากความร้อน

- อาการ มีตุ่มคันสีแดงเล็ก ๆ มักพบบริเวณคอ หน้าอก ไต รามม รักแร้ ขาหนีบ ข้อพับ แขน และขา
สาเหตุ เกิดจากการระคายเคืองของผิวหนังจากเหงื่อออกมาก
- การรักษา/การป้องกัน (๑) อยู่ในที่อากาศเย็น เพื่อลดการเหงื่อออก
(๒) อาบน้ำบ่อย ๆ รักษาความสะอาดของผิว
(๓) สวมใส่เสื้อผ้าที่ระบายอากาศได้ดี
(๔) ทายาที่มีฤทธิ์ช่วยลดอาการคัน

๒. บวมจากความร้อน

- อาการ บวม โดยเฉพาะบริเวณเท้า มักเกิดในช่วง ๒ - ๓ วันแรก ที่สัมผัสอากาศร้อน
สาเหตุ เกิดจากความร้อนทำให้หลอดเลือดที่ผิวหนังขยายตัว และมีสารน้ำคั่งอยู่ที่ข้อเท้าและขา
ทำให้เกิดอาการบวม
- การรักษา/การป้องกัน (๑) อาการบวมสามารถหายเองได้
(๒) ไม่ควรใช้ยาขับปัสสาวะ
(๓) ควรพักผ่อนให้เพียงพอและนอนยกขาให้สูง

๓. ตะคริวจากความร้อน

- อาการ กล้ามเนื้อหดเกร็งเฉียบพลัน มักเกิดบริเวณหน้าท้อง แขน ขา
สาเหตุ เกิดจากการสูญเสียเกลือแร่ จากการเสียเหงื่อเป็นจำนวนมาก
- การรักษา/การป้องกัน (๑) ควรพักทันทีในที่ร่มและเย็น
(๒) นวดเบา ๆ ตรงที่เป็นตะคริวสลับกับการยืดกล้ามเนื้อ
(๓) ควรพักผ่อนให้เพียงพอและนอนยกขาให้สูง
(๔) หากเป็นตะคริวนานกว่า ๑ ชั่วโมง ควรปรึกษาแพทย์

/๔. เป็นลมแดด...

๔. เป็นลมแดด

อาการ หน้ามืด วิงเวียนหัว และเป็นลมหมดสติ พบบ่อยในผู้ที่ไม่เคยชินกับอากาศร้อน
สาเหตุ ร่างกายพยายามขับความร้อนส่วนเกินออก โดยเพิ่มการไหลเวียนเลือดไปที่ผิวหนัง
ทำให้เลือดไปเลี้ยงสมองไม่เพียงพอ

การรักษา/การป้องกัน (๑) ควรพักในที่ร่มและเย็น นอนหงายลงกับพื้น เหยียดแขนขา

(๒) ใช้หมอนหรือสิ่งอื่นรองขา และเท้าให้สูงกว่าลำตัว

(๓) คลายเสื้อผ้าให้หลวม ใช้ผ้าชุบน้ำเย็นเช็ดหน้า และข้อมือ แขน ขา

(๔) หากอาการไม่ดีขึ้นใน ๓๐ นาที ควรรีบไปพบแพทย์

๕. เพลียแดด

อาการ เหงื่อออกมาก อ่อนแรง ปวดกล้ามเนื้อ ปวดหัว วิงเวียนหัว สับสน มึนงง คลื่นไส้ อาเจียน
และอาจเป็นลม

สาเหตุ เกิดขึ้นเมื่ออยู่ในที่อากาศร้อนจัด ทำให้สูญเสียน้ำและเกลือแร่จากการเสียเหงื่อ
เป็นจำนวนมาก และเกิดภาวะขาดน้ำ

การรักษา/การป้องกัน (๑) ย้ายผู้ป่วยไปอยู่ในที่ร่มและเย็น หรือสถานที่ที่มีเครื่องปรับอากาศ

(๒) ถอดเสื้อผ้าผู้ป่วยออกให้เหลือเท่าที่จำเป็น เพื่อระบายความร้อน

(๓) จับผู้ป่วยนอนราบ ใช้หมอนหรือสิ่งอื่นรองขาให้สูงกว่าลำตัว

(๔) ห่มด้วยผ้าเปียกและใช้พัดลมเป่า วางถุงใส่น้ำแข็งไว้ตามซอกคอ
รักแร้และขาหนีบ

(๕) หากผู้ป่วยอาการไม่ดีขึ้น ให้รีบนำส่งโรงพยาบาลทันที

ทั้งนี้ สามารถดาวน์โหลดรายละเอียดเอกสารได้ที่เว็บไซต์สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดชลบุรี
www.chonburilocal.go.th หัวข้อ “หนังสือราชการ” หรือ QR Code ท้ายสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อดำเนินการ

ขอแสดงความนับถือ
ว่าที่ร้อยตรี
(ตราวุธ กรจิระเจริญ)
นายอำเภอบ้านบึง

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นอำเภอบ้านบึง

โทร. ๐๓๘-๔๔๔๐๑๔ ผู้ประสานงาน/ไอซ์