

๒๖ มี.ค. ๒๕๖๗

สำนักงานสถิติแห่งชาติ

๗๗

๒๖ มี.ค. ๒๕๖๗

๑๐-๔๔

จำนวนเอกสารต้นฉบับเป็นพียงคำ	1478
วันที่	๒๖ มี.ค. ๒๕๖๗
เวลา	๑๐.๔๔ น.

- สำนักงานสถิติแห่งชาติ กองคลัง
- () กรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ กองช่าง
- () กรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ กองการศึกษาศึกษา
- () กรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ หน่วยควบคุมข้อมูลภายใน
- () กรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ
- () กรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ
- () กรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ
- ✓ งานส่งเสริมสุขภาพ/งาน สปสข
- () กรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ
1. ขอบคืบหน้า.....

ความที่สุด

ที่ ขร ๐๐๒๓.๒๐/ว ๑๖๓๘



ที่ว่ากรมอนามัยแม่สาย
ถนนพหลโยธิน ชร ๕๗๑๓๐

๒๖ มีนาคม ๒๕๖๗

เรื่อง ขอความร่วมมือประชาสัมพันธ์มาตรการเฝ้าระวังและผลกระทบต่อสุขภาพจากโรคฮีทสโตรก (Heat stroke)
เรียน นายกเทศมนตรีตำบล และนายกองค้การบริหารส่วนตำบล ทุกแห่ง

สิ่งที่ส่งมาด้วย สำเนาหนังสือจังหวัดเชียงราย ด่วนที่สุด ที่ ขร ๐๐๒๓.๖/ว ๗๒๓๙
ลงวันที่ ๒๑ มีนาคม ๒๕๖๗ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วยอำเภอแม่สาย ได้รับแจ้งจากจังหวัดเชียงรายว่ากรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นแจ้งว่า
ได้ทราบข่าวประกาศกรมอุตุนิยมวิทยา เรื่อง การเข้าสู่ฤดูร้อนของประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๖๗ ประกาศ
ณ วันที่ ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗ ว่าประเทศไทยได้สิ้นสุดฤดูหนาวและเข้าสู่ฤดูร้อน เมื่อวันที่ ๒๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗
โดยในตอนกลางวันบริเวณประเทศไทยมีอากาศร้อนเกือบทั่วไปต่อเนื่อง อุณหภูมิสูงสุดมากกว่า ๓๕ องศาเซลเซียส
และคาดว่าฤดูร้อนจะสิ้นสุดประมาณกลางเดือน พฤษภาคม ๒๕๖๗ ซึ่งผลจากการเข้าสู่ฤดูร้อนจะทำให้ประชาชน
มีโอกาสป่วยเป็นโรคฮีทสโตรก (Heat stroke) ซึ่งเป็นภาวะที่ร่างกายไม่สามารถปรับตัวหรือควบคุมระดับความร้อน
ภายในร่างกายจากสภาพอากาศที่ร้อนจัด หากไม่ได้รับการรักษาอย่างทันท่วงทีอาจทำให้เสียชีวิตได้

เพื่อเป็นการเฝ้าระวังและป้องกันโรคฮีทสโตรก อำเภอแม่สายจึงขอแจ้งให้องค์กรปกครอง
ส่วนท้องถิ่น ดำเนินการประชาสัมพันธ์ ดังนี้

๑. สร้างการรับรู้ให้ประชาชนในพื้นที่ทราบว่า โรคฮีทสโตรก (Heat stroke) เป็นภาวะที่ร่างกาย
ไม่สามารถปรับตัวหรือควบคุมระดับความร้อนภายในร่างกายจากสภาพอากาศที่ร้อนสูงกว่าปกติโดยมีอาการ
สำคัญ ได้แก่ ตัวร้อน อุณหภูมิร่างกายสูง ๔๐ องศาเซลเซียส ส่งผลให้เกิดอาการหน้ามืด เพื่อ กระสับกระส่าย มึน
งง หายใจเร็ว หัวใจเต้นผิดจังหวะ ชักเกร็ง ซ็อก จนถึงหมดสติ หากไม่ได้รับการรักษาอย่างทันท่วงทีอาจทำให้เสียชีวิต
ได้ โดยมีบุคคลกลุ่มเสี่ยง ดังนี้

- (๑) ผู้ที่ทำงานหรือทำกิจกรรมกลางแจ้ง
- (๒) กลุ่มเด็กอายุต่ำกว่า ๕ ขวบ และผู้สูงอายุ เนื่องจากร่างกายไม่สามารถระบายความร้อน
ได้ดีเท่าคนหนุ่มสาว
- (๓) ผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง โรคความดันโลหิตสูง
- (๔) ผู้ที่มีภาวะอ้วน
- (๕) ผู้ที่พักผ่อนไม่เพียงพอ
- (๖) ผู้ที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปริมาณมาก

๒. การป้องกันตนเองจากโรคฮีทสโตรก ดังนี้
- (๑) สวมใส่ผ้าสีอ่อน ระบายความร้อนได้ดี
 - (๒) ควรอยู่ในที่มีอากาศถ่ายเทสะดวก
 - (๓) ลดหรือเลี่ยงทำกิจกรรมที่ต้องออกแรงกลางแจ้งนาน ๆ
 - (๔) สวมแว่นกันแดด กางร่ม สวมหมวกปีกกว้าง
 - (๕) ควรดื่มน้ำ ๒-๓ ลิตรต่อวัน เพื่อชดเชยการเสียน้ำในร่างกายจากเหงื่อออก

/(๖) หลีกเสี่ยง...

(๖) หลีกเลี่ยงการตีเครื่องตีแมลงคอฮอสล์ทุกชนิด

(๗) ผู้ที่ออกกำลังกาย ควรเลือกออกกำลังกายในช่วงเช้าหรือช่วงเย็น เนื่องจากเป็นช่วงที่อากาศไม่ร้อนมากและเป็นเวลาที่เหมาะสม

๓. การปฐมพยาบาลเบื้องต้น หากพบผู้ที่มีอาการเป็นโรคฮีทสโตรก (Heat stroke)

(๑) นำคนป่วยเข้าที่ร่ม ให้อากาศถ่ายเทได้สะดวก ไม่โดนแสงแดด เพื่อลดอุณหภูมิในร่างกายลง

(๒) ถอดเสื้อผ้าที่ไม่จำเป็นออก เช่น เสื้อคลุม หรือ ถุงเท้า

(๓) ให้นอนราบ ยกเท้าสูงสองข้าง เพื่อเพิ่มการไหลเวียนของเลือด

(๔) ให้ดื่มเกลือแร่ หรือ เครื่องดื่มที่ให้ความชุ่มชื้นต่อร่างกาย

(๕) เช็ดตัว ประคบเย็นตามซอกคอ ตัว รักแร้ ขาหนีบ หน้าผาก หรือเป่าลมเย็นเพื่อให้ร่างกาย

สามารถระบายความร้อนได้

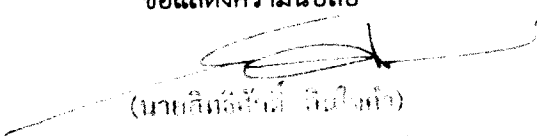
(๖) โทรแจ้งสายด่วน ๑๖๖๙ หรือ นำส่งโรงพยาบาลทันที

ทั้งนี้ สามารถดาวน์โหลดสิ่งที่ส่งมาด้วยได้ที่เว็บไซต์ <https://me-qe.com/ikaakLRs> หรือ QR-Code รายละเอียดตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อทราบและพิจารณาดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(นายสิทธิชัย วัฒนใจดี)

ปลัดอำเภอ (จพ.ร.ก.ว.ช. อ.อุบลราชธานี) 
นายอำเภอเมือง

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นอำเภอ

โทร./โทรสาร ๐-๕๓๗๓-๒๒๗๓