



ข่าวออนไลน์ประจำวันพฤหัสบดีที่ ๒๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

ที่มา <https://www.thairath.co.th/news>



วังทองกลางขอเชิญฉีดวัคซีนโรคพิษสุนัขบ้าฟรี

นายโครงการ เจียมจิรกุล ผอ.เขตวังทองกลาง กทม. แจ้งว่า เขตร่วมกับศูนย์บริการสาธารณสุข 15 ลาดพร้าว กำหนดออกหน่วยเคลื่อนที่รณรงค์ฉีดวัคซีนป้องกันโรคพิษสุนัขบ้าให้กับสุนัขและแมว ในวันที่ 4 มี.ค.67 เวลา 09.00-11.30 น. บริเวณริมคลองลาดพร้าว 80 จึงขอเชิญชวนประชาชนนำสัตว์เลี้ยงเข้ารับการฉีดวัคซีนได้ตามวัน และเวลาดังกล่าว โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น สอบถามเพิ่มเติมที่ฝ่ายสิ่งแวดล้อมฯ โทร.0-2538-5350 ต่อ 6969 หรือ 6971.



ข่าวออนไลน์ประจำวันพฤหัสบดีที่ ๒๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

ที่มา : <https://www.hfocus.org/content/๒๐๒๒/๐๙/๒๖๐๒๓>

ปลัด สธ.ห่วงปีนี้ไทยร้อนหนัก 44.5 องศา กลุ่มเสี่ยงต้องระวัง"ฮีทสโตรก"

ปลัดกระทรวงสาธารณสุข ชี้อุณหภูมิปีนี้อาจสูงถึง 44.5 องศาเซลเซียส กระทบสุขภาพประชาชน เด็ก หญิงตั้งครรภ์ ผู้สูงอายุ เสี่ยงโรคลมแดดหรือฮีทสโตรก ควรอยู่ในพื้นที่ที่มีอากาศถ่ายเทสะดวก และวิธีปฐมพยาบาลเบื้องต้น หากอาการไม่ดีขึ้นรีบนำส่งโรงพยาบาล หรือโทรแจ้งสายด่วน 1669

วันนี้ (28 กุมภาพันธ์ 2567) นพ.โอภาส การย์กวินพงศ์ ปลัดกระทรวงสาธารณสุข เปิดเผยมว่า ประเทศไทยได้เข้าสู่ฤดูร้อนตั้งแต่วันที่ 21 กุมภาพันธ์ที่ผ่านมา โดยตามประกาศของกรมอุตุนิยมวิทยา คาดการณ์ว่าอุณหภูมิปีนี้จะสูงขึ้นกว่าปีก่อน อาจถึง 44.5 องศาเซลเซียส ซึ่งมีความเสี่ยงส่งผลกระทบต่อสุขภาพของประชาชน โดยดูได้จากค่าดัชนีความร้อน ซึ่งเป็นค่าที่สะท้อนความรู้สึกร้อนของร่างกาย จากการนำอุณหภูมิของอากาศมาคิดรวมกับความชื้นสัมพัทธ์ เนื่องจากเมื่อความชื้นสัมพัทธ์สูงจะทำให้เหงื่อระเหยยาก และส่งผลให้รู้สึกร้อนกว่าอุณหภูมิจริงของอากาศ หากค่าดัชนีความร้อนเกิน 40 องศาเซลเซียส จะมีความเสี่ยงเกิดโรคลมแดด หรือโรคลีทสโตรก (Heat Stroke) ซึ่งเป็นภาวะที่ร่างกายร้อนจัดจนส่งผลกระทบต่อระบบต่าง ๆ ในร่างกาย และเป็นอันตรายถึงขั้นเสียชีวิตได้

“กลุ่มเสี่ยงที่อาจเกิดโรคลีทสโตรก ได้แก่ เด็กเล็ก หญิงตั้งครรภ์ ผู้สูงอายุ และผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง และโรคอ้วน จึงควรอยู่ในพื้นที่ที่มีอากาศถ่ายเทสะดวก ส่วนผู้ที่มีร่างกายแข็งแรงแต่ต้องอยู่กลางแจ้งเป็นเวลานาน จะมีโอกาสเกิดฮีทสโตรกได้เช่นกัน ดังนั้น หากต้องทำงานกลางแจ้ง ควรเลี่ยงการสวมชุดที่มีสีเข้ม เนื่องจากจะดูดซับความร้อนได้ดี ตัมน้ำมากๆ และสลับเข้าพักในที่ร่มเป็นระยะ เช่น ทุก 30 นาที หรือทุกชั่วโมง” นพ.โอภาสกล่าว

นพ.โอภาสกล่าวต่อว่า อาการสำคัญของโรคลีทสโตรก คือ วิงเวียน อ่อนเพลีย ร่างกายมีความร้อนเพิ่มขึ้น เหงื่อไม่ค่อยออก ผิวร้อน แดง แห้ง หากเริ่มมีอาการดังกล่าว ขอให้รีบเข้าที่ร่มหรือห้องที่มีความเย็น และดื่มน้ำมากๆ การปฐมพยาบาลเบื้องต้น ให้ผู้ป่วยนอนราบ ยกเท้าและสะโพกสูง คลายเสื้อผ้าให้หลวม ถอดเสื้อผ้าออกเท่าที่จำเป็น ใช้ผ้าชุบน้ำเย็นเช็ดตามตัว ซอกคอ รักแร้ และศีรษะ ร่วมกับใช้พัดลมเป่าระบายความร้อน หากผู้ป่วยหมดสติ ให้จับนอนตะแคงเพื่อป้องกันโคนลิ้นอุดตันทางเดินหายใจ และหากปฐมพยาบาลแล้วอาการไม่ดีขึ้นให้รีบนำส่งโรงพยาบาล หรือโทรแจ้งสายด่วน 1669 ทั้งนี้ สามารถป้องกันไม่ให้เกิดโรคลีทสโตรกได้ด้วยการดื่มน้ำอย่างเพียงพอ หลีกเลี่ยงการอยู่ในที่ที่มีแดดนานเกินไป หรือหลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมที่ต้องใช้พลังงานมาก โดยเฉพาะการออกกำลังกายกลางแจ้ง แต่หากต้องการออกกำลังกาย ควรปฏิบัติดังนี้

1. ดื่มน้ำสะอาดบ่อย ๆ หากสูญเสียเหงื่อมากควรดื่มเครื่องดื่มประเภทเกลือแร่
2. หลีกเลี่ยงการออกกำลังกายอย่างหนักติดต่อกันเป็นเวลานาน
3. ออกกำลังกายในช่วงเช้าหรือช่วงเย็น หรือเปลี่ยนมาออกกำลังกายภายในอาคาร หรือบริเวณที่มีอากาศถ่ายเท
4. สวมชุดออกกำลังกายที่ระบายความร้อนได้ดี
5. ออกกำลังกายเป็นกลุ่ม เพื่อหากมีอาการผิดปกติได้รับแจ้งบุคคลใกล้ชิด