

# กรมควบคุมโรค พยากรณ์โรคและภัยสุขภาพ รายสัปดาห์ ฉบับที่ 14/2565 (วันที่ 10-16 เม.ย. 65)

จากการเฝ้าระวังของกรมควบคุมโรค

โดยข้อมูลจากระบบคลังข้อมูลด้านการแพทย์ Health Data Center (HDC) ระดับจังหวัด, ระดับเขต และระดับกระทรวง กระทรวงสาธารณสุข พบว่าระหว่างปี 2560 - 2564 พบผู้ป่วยโรคฮีทสโตรก จำนวน 114, 88, 126, 129, 94 ราย ตามลำดับ โดยพบผู้ป่วยสูงสุดในปี 2563 ในช่วงเดือนมีนาคมถึงเดือนมิถุนายน ซึ่งเป็นช่วงฤดูร้อน และกลุ่มอายุที่พบผู้ป่วยมากที่สุด ได้แก่ อายุ 15-59 ปี อายุ 60 ปีขึ้นไป และอายุ 10-14 ปี อาชีพที่พบมากที่สุด คือ เกษตรกร คนงานรับจ้าง และนักเรียน/นักศึกษา ตามลำดับ พบมากที่สุดในเขตภาคเหนือ ภาคกลาง และภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ตามลำดับ



กรมควบคุมโรค  
Office design co.,ltd.  
★★★★★

FREE

หน้า 1/2

การพยากรณ์โรคและภัยสุขภาพของสัปดาห์นี้ คาดว่าในช่วงนี้มีโอกาสพบผู้ป่วยโรคฮีทสโตรก (Heat stroke) หรือ โรคลมแดดเพิ่มขึ้น เนื่องจากช่วงนี้มีอากาศร้อน โรคดังกล่าวเป็นภาวะที่ร่างกายไม่สามารถปรับตัวหรือควบคุมระดับความร้อนภายในร่างกายได้ จะมีอาการตัวร้อน อุณหภูมิร่างกายสูงขึ้นจนเกิน 40 องศา ทำให้น้ำมีด มึนงง หายใจเร็ว หัวใจเต้นผิดจังหวะ ชักเกร็ง ช็อก จนถึงหมดสติ หากไม่ได้รับการรักษาอย่างทันท่วงทีอาจทำให้เสียชีวิตได้

สำหรับ 6 กลุ่มเสี่ยง ได้แก่ 1.ผู้ที่ทำงานหรือทำกิจกรรมกลางแจ้งแดดร้อนจัด 2.กลุ่มเด็กอายุต่ำกว่า 5 ขวบ และ ผู้สูงอายุ เนื่องจากร่างกายไม่สามารถระบายความร้อนได้ดีเท่าคนหนุ่มสาว 3.ผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง โรคความดันโลหิตสูง 4.ผู้ที่มีภาวะอ้วน 5.ผู้ที่พักผ่อนไม่เพียงพอ และ 6.ผู้ที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปริมาณมาก โดยฤทธิ์ของแอลกอฮอล์จะทำให้เส้นเลือดฝอยใต้ผิวหนังขยายตัวได้มากขึ้น ทำให้ร่างกายสูญเสียน้ำและเกลือแร่สูงกว่าคนที่ไม่ได้ดื่ม ซึ่งในสภาพอากาศที่ร้อนจัด แอลกอฮอล์จะถูกดูดซึมเข้ากระแสเลือดได้รวดเร็ว และออกฤทธิ์กระตุ้นหัวใจให้สูบฉีดเลือดเร็วและแรงขึ้น มีผลทำให้ความดันโลหิตสูงขึ้น หัวใจต้องทำงานหนักเพื่อสูบฉีดเลือดไปเลี้ยงร่างกาย อาจทำให้ช็อกและเสียชีวิตได้

กรมควบคุมโรค จึงขอแนะนำประชาชนให้ดูแลสุขภาพตนเอง ดังนี้ 1.สวมใส่เสื้อผ้าสีอ่อน ระบายความร้อนได้ดี 2.อยู่ในที่ที่มีอากาศถ่ายเทสะดวก 3.เลี่ยงทำกิจกรรมที่ต้องออกแรงกลางแจ้งนานๆ 4.สวมแว่นกันแดด กางร่ม สวมหมวกปีกกว้าง 5.ดื่มน้ำมากกว่าปกติ เพื่อชดเชยการเสียน้ำในร่างกาย 6.ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทุกชนิด และ 7.อย่าทิ้งเด็กเล็ก ผู้สูงอายุ หรือ สัตว์เลี้ยงไว้ในรถที่จอดไว้กลางแจ้ง เนื่องจากอุณหภูมิภายในรถจะสูงกว่าภายนอก ส่วนผู้ที่ออกกำลังกาย ควรเลือกในช่วงเช้าหรือ ช่วงเย็น หากพบผู้ป่วยจากภาวะอากาศร้อน ให้ปฐมพยาบาลเบื้องต้นโดยให้ดื่มน้ำเย็นและเช็ดตัวด้วยน้ำเย็น ให้อยู่ในที่ที่อากาศถ่ายเท หากมีอาการรุนแรงหรือหมดสติให้รีบนำส่งโรงพยาบาลทันที สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่สายด่วนกรมควบคุมโรค โทร.1422

