

ข่าวเพื่อสื่อมวลชน



กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control



กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 12 จังหวัดสงขลา
Office of Disease Prevention and Control Region 12, Songkhla

ฉบับที่ 04/2568

29 ตุลาคม 2567

ทำบุญกฐินปีนี้ สคร.12 สงขลา แนะนำ สายบุญวางแผนการเดินทางให้ปลอดภัย พร้อมเน้นย้ำ ยึดหลัก “สุก ร้อน สะอาด” ป้องกันโรคอาหารเป็นพิษ

เทศกาลงานบุญกฐินนี้ ประชาชนเดินทางทำบุญที่วัดต่างๆ โดยมักจะรวมกลุ่มเช่าเหมารถไปทำบุญ ซึ่งที่ผ่านมาเกิดการเกิดอุบัติเหตุ ทำให้มีผู้ได้รับบาดเจ็บและเสียชีวิตจากการเดินทางไปร่วมงานบุญอยู่บ่อยครั้ง เทศกาลกฐินปีนี้ สคร.12 สงขลา ขอแนะนำ สายบุญวางแผนการเดินทางให้ปลอดภัย พร้อมเน้นย้ำ ยึดหลัก “สุก ร้อน สะอาด” ป้องกันโรคอาหารเป็นพิษ

นายแพทย์เฉลิมพล โอสถพรมมา ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 12 จังหวัดสงขลา กล่าวว่า ทำบุญกฐินปีนี้ สคร.12 สงขลา ขอแนะนำเทคนิคการเลือกเดินทางเป็นหมู่คณะโดยแบ่งเป็น 3 วิธีเลือก และ 3 วิธีปฏิบัติ ดังนี้ 1.เลือกรถเช่า ควรเลือกรถที่จดทะเบียนกับกรมการขนส่งทางบก มีการติดตั้งอุปกรณ์ความปลอดภัย เลือกรถให้เหมาะสมกับการเดินทาง และไม่เช่ารถ 2 ชั้น เพื่อเดินทางไปในพื้นที่ภูเขาสูงชัน 2.เลือกผู้ประกอบการรถเช่า ต้องมีประกันภัยทุกคัน และควรตรวจสอบสภาพความพร้อมของรถ รวมถึงความพร้อมของพนักงานขับรถ 3.เลือกคนขับรถ ควรตรวจสอบชื่อ-สกุล เลขที่ใบอนุญาตขับรถ ควรมีคนขับสับเปลี่ยนในการเดินทาง โดยคนขับรถควรมีความชำนาญเส้นทางเพื่อความปลอดภัย และ 3 วิธีปฏิบัติ ในระหว่างเดินทาง ได้แก่ 1.คาดเข็มขัดนิรภัยตลอดการเดินทาง 2.ไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ก่อนและขณะเดินทาง 3.หลีกเลี่ยงการเดินทางในเวลากลางคืน เนื่องจากทัศนวิสัยอาจไม่ดีเสี่ยงเกิดอุบัติเหตุได้ง่ายกว่าปกติ

นายแพทย์เฉลิมพล กล่าวเพิ่มเติมว่า การจัดงานบุญกฐิน จะมีการประกอบอาหารจำนวนมากเพื่อเลี้ยงผู้ที่มีส่วนร่วมทำบุญ ทั้งนี้ สคร.12 สงขลา จึงขอให้ระมัดระวังเรื่องการจัดเตรียมอาหารและการรับประทานอาหารเป็นพิเศษ เนื่องจากสภาพอากาศในช่วงนี้ ที่มีทั้งร้อนสลับกับฝนตก ทำให้เชื้อโรคหลายชนิดที่ก่อให้เกิดโรคติดต่อทางอาหารและน้ำเจริญเติบโตได้ดี ประกอบกับอาหารบางอย่างปรุงเสร็จเกิน 2 ชั่วโมง ส่งผลให้ประชาชน มีความเสี่ยงที่จะเจ็บป่วยด้วยโรคติดต่อทางอาหารและน้ำ โดยเฉพาะโรคอาหารเป็นพิษ แนะนำยึดหลัก “สุก ร้อน สะอาด” รับประทานอาหารปรุงสุกใหม่ด้วยความร้อน หลีกเลี่ยงอาหารสุกๆ ดิบๆ หากอาหารมีกลิ่นผิดปกติไม่ควรรับประทาน

สำหรับโรคอาหารเป็นพิษ ผู้ป่วยจะมีอาการคลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ถ่ายอุจจาระเหลวหรือเป็นน้ำ ถ้าใส่ອັກเสบ และอาจมีไข้ ปวดศีรษะร่วมด้วย ในรายที่มีอาการถ่ายอุจจาระเหลวรุนแรง ผู้ป่วยอาจมีภาวะช็อกหมดสติได้ ส่วนใหญ่มักเกิดการระบาดเป็นกลุ่มก้อนในกลุ่มคนที่มีการรับประทานอาหารและน้ำร่วมกัน การดูแลเบื้องต้น ควรให้จิบสารละลายเกลือแร่ ORS บ่อยๆ เพื่อป้องกันไม่ให้ร่างกายขาดน้ำ หากอาการไม่ดีขึ้น ควรรีบไปพบแพทย์ทันที

ทั้งนี้ เทศกาลกฐินปีนี้ สคร.12 สงขลา ขอให้ประชาชนทุกท่านเดินทางร่วมงานบุญกฐินโดยสวัสดิภาพ ไร้อุบัติเหตุ โดยใช้มาตรการ “3 วิธีเลือก และ 3 วิธีปฏิบัติ” ซึ่งเป็นเทคนิคการเลือกเดินทางเป็นหมู่คณะ และให้ยึดหลัก “สุก ร้อน สะอาด” ป้องกันโรคอาหารเป็นพิษ หากประชาชนมีข้อสงสัยสามารถสอบถามเพิ่มเติมได้ที่สายด่วนกรมควบคุมโรค โทร.1422 หรือ เจ็บป่วยฉุกเฉิน โทร.1669

“กรมควบคุมโรคห่วงใย อยากเห็นคนไทยมีสุขภาพดี”

ข่าวโดย: กลุ่มสื่อสารความเสี่ยงโรคและภัยสุขภาพ สคร.12 สงขลา