

ข่าวเพื่อสื่อมวลชน

กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข โทร 02 590 3859 โทรสาร 02 590 3386



กรมควบคุมโรค เตือนเข้าสู่ฤดูร้อนกลุ่มเสี่ยงและคนทำงานกลางแจ้งระวังโรคลมร้อนหรือฮีทสโตรก

กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข เตือนประชาชนในช่วงฤดูร้อนให้ระวังการเกิดโรคลมร้อนหรือ ฮีทสโตรก (Heatstroke) สำหรับคนที่ทำงานกลางแจ้ง ควรเลี่ยงการสวมชุดที่มีสีเข้ม ควรดื่มน้ำสะอาดบ่อยๆ เข้าพักในที่ร่มเป็นระยะ และหากสูญเสียเหงื่อมาก ควรดื่มเครื่องดื่มประเภทเกลือแร่ เน้นย้ำโดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยง ได้แก่ ผู้สูงอายุ และผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง โรคปอด เป็นต้น อาจเป็นอันตรายถึงขั้นเสียชีวิตได้ รวมถึงเด็กและหญิงตั้งครรภ์ ต้องระมัดระวังเช่นกัน

วันนี้ (18 มีนาคม 2568) นายแพทย์ภาณุมาศ ญาณเวทย์สกุล อธิบดีกรมควบคุมโรค กล่าวว่า ขณะนี้กรมอุตุนิยมวิทยาได้ประกาศให้ประเทศไทยเข้าสู่ฤดูร้อนตั้งแต่วันที่ 28 กุมภาพันธ์ที่ผ่านมา โดยในหลายพื้นที่เริ่มมีอากาศร้อนปกคลุม ซึ่งกรมอุตุนิยมวิทยา คาดการณ์ว่าอุณหภูมิปีนี้จะลดลงกว่าปีก่อนเล็กน้อย ซึ่งอากาศที่ร้อนอบอ้าวทำให้ประชาชนเสี่ยงต่อการป่วย จากภาวะอากาศร้อนได้ง่ายขึ้น โดยเฉพาะโรคลมร้อนหรือ ฮีทสโตรก (Heatstroke) ที่เกิดจากภาวะที่ร่างกายร้อนจัดจนส่งผลกระทบต่อระบบต่างๆ ในร่างกาย และเป็นอันตรายถึงขั้นเสียชีวิตได้ โดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยงและผู้ที่ต้องอยู่กลางแจ้งเป็นเวลานาน **ข้อมูลจากกองระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค รวบรวมรายงานการเสียชีวิตที่อาจจะเกี่ยวข้องกับความร้อนจากภาวะอากาศร้อนในปี พ.ศ. 2567** พบรายงานผู้เสียชีวิตทั้งสิ้น 63 ราย เป็นเพศชาย 54 ราย และเพศหญิง 9 ราย อายุระหว่าง 30 – 95 ปี (เฉลี่ย 62 ปี) ประกอบอาชีพรับจ้าง ร้อยละ 25 มีรายงานการเสียชีวิตใน 31 จังหวัด ได้แก่ จังหวัดอุดรธานี 9 ราย ชัยภูมิ นครราชสีมา และศรีสะเกษ จังหวัดละ 4 ราย ขอนแก่น บุรีรัมย์ สุรินทร์ และสมุทรสงคราม จังหวัดละ 3 ราย ชลบุรี ชัยนาท ปราจีนบุรี แพร่ ลำปาง ลำพูน และสุราษฎร์ธานี จังหวัดละ 2 ราย ฉะเชิงเทรา เชียงใหม่ นครนายก นครศรีธรรมราช น่าน ปทุมธานี ประจวบคีรีขันธ์ พระนครศรีอยุธยา พะเยา มหาสารคาม มุกดาหาร แม่ฮ่องสอน ระยอง สมุทรปราการ อำนาจเจริญ และอุบลราชธานี จังหวัดละ 1 ราย

“ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีผู้เสียชีวิตที่เกี่ยวข้องเนื่องจากภาวะอากาศร้อนสูงที่สุด ร้อยละ 54 นอกจากนี้ ผู้เสียชีวิต ส่วนใหญ่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 51 ได้แก่ ความดันโลหิตสูง เบาหวาน หัวใจและหลอดเลือด พหุกรรมและปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญ คือ การดื่มสุราในภาวะอากาศร้อน และการเสียชีวิตจากการปฏิบัติงานกลางแจ้ง ร้อยละ 62 หากจำแนกรายเดือน พบว่า มีรายงานการเสียชีวิตมากที่สุดในเดือนเมษายน ร้อยละ 70 ซึ่งเดือนเมษายน เป็นเดือนที่มีอุณหภูมิสูงถึง 44 องศาเซลเซียส (°C)” อธิบดีกรมควบคุมโรค กล่าว

นายแพทย์ดิเรก ขำแป้น รองอธิบดีกรมควบคุมโรค ให้ข้อมูลโรคลมร้อนหรือ ฮีทสโตรก (Heatstroke) ว่าโรคนี้จะเกิดขึ้นเมื่อร่างกายมีอุณหภูมิความร้อนสูงมาก โดยเฉพาะอุณหภูมิที่มากกว่า 40 องศาเซลเซียส จนทำให้ร่างกายไม่สามารถปรับตัวได้ มีอาการ คือ ตัวร้อน ริงเวียน ปวดศีรษะ คลื่นไส้ อาเจียน อ่อนเพลีย ภาวะขาดน้ำ เหงื่อออกมาก หัวใจเต้นแรง เป็นลม อาจมีอาการทางระบบประสาท เช่น ชัก พุดจาซบสน หากพบผู้เริ่มมีอาการดังกล่าว ขอให้รีบนำผู้ป่วยเข้าที่ร่มหรือห้องที่มีความเย็น และให้ดื่มน้ำมากๆ การปฐมพยาบาลเบื้องต้น ให้ผู้ป่วยนอนราบ คลายเสื้อผ้าให้หลวม ใช้ผ้าชุบน้ำเย็นเช็ดตามตัว ชокคอ รักแร้ และศีรษะ ร่วมกับใช้พัดลมเป่าระบายความร้อน หากผู้ป่วยหมดสติ ให้จับนอนตะแคงเพื่อป้องกันไม่ให้โคนลิ้นอุดตันทางเดินหายใจ และรีบนำส่งโรงพยาบาล หรือโทรแจ้งสายด่วน 1669

//ทั้งนี้...

ทั้งนี้ สามารถป้องกันฮีทสโตรกได้ โดยเฉพาะผู้สูงอายุ ผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงโรคเรื้อรังต่างๆ เช่น โรคหัวใจ โรคปอด โรคอ้วน เป็นต้น รวมทั้งเด็ก และหญิงตั้งครรภ์ ซึ่งควรปฏิบัติดังนี้ 1. หลีกเลี่ยงการอยู่ในที่มีแดดจัดต่อเนื่องนานเกินไป 2. ดื่มน้ำสะอาดบ่อยๆ หากสูญเสียเหงื่อมากควรดื่มเครื่องดื่มประเภทเกลือแร่ 3. หลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 4. หลีกเลี่ยงสถานที่ที่อากาศร้อน อับ และถ่ายเทไม่ดี 5. สวมใส่เสื้อผ้าที่ระบายความร้อนได้ดี หลีกเลี่ยงใส่เสื้อผ้าสีทึบดำ เพราะจะสะสมความร้อนได้ ควรเลือกเสื้อผ้าสีอ่อน และไม่รัดแน่นจนเกินไป 6. ห้ามทิ้งใครไว้ในรถที่จอดอยู่กลางแจ้ง โดยเฉพาะเด็กเล็ก รถที่จอดตากแดดโดยไม่เปิดเครื่องปรับอากาศอาจมีอุณหภูมิสูงขึ้นได้เร็วมากภายใน 10 – 20 นาที และ 7. ไม่ควรอยู่กลางแจ้งคนเดียว ควรอยู่เป็นกลุ่ม เพราะหากมีอาการผิดปกติจะได้มีคนช่วยเหลือได้ทัน สามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ สายด่วนกรมควบคุมโรค โทร. 1422

ข้อมูลจาก : กองระบาดวิทยา/สำนักสื่อสารความเสี่ยงฯ กรมควบคุมโรค
วันที่ 18 มีนาคม 2568

อ้างอิง : 1. ข้อมูลการเฝ้าระวังเสียชีวิตที่อาจเกี่ยวข้องกับความร้อนจากภาวะอากาศร้อน (Hot Weather related Deaths Surveillance) กองระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค
2. กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข