

ข่าวประชาสัมพันธ์เพื่อสื่อมวลชน

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 1 เชียงใหม่

สคร. ๑ เชียงใหม่ เตือน อากาศร้อนจัด เสี่ยงป่วยโรคลมแดด

สคร. ๑ เชียงใหม่ เตือน อากาศร้อนจัด เสี่ยงป่วยโรคลมแดด แนะนำหลีกเลี่ยงกิจกรรมกลางแจ้งร้อนจัด

แพทย์หญิงเสาวนีย์ วิบูลสันติ ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ ๑ เชียงใหม่ กล่าวว่า ขณะนี้ประเทศไทยเข้าสู่ฤดูร้อน สภาพอากาศที่ร้อนจัดในช่วงกลางวันอาจทำให้ประชาชนเจ็บป่วยจากโรคลมแดด หรือโรคฮีทสโตรก (Heat stroke) ซึ่งเป็นภาวะที่ร่างกายไม่สามารถปรับตัว หรือควบคุมระดับความร้อนในร่างกายได้ ทำให้ร่างกายมีอุณหภูมิสูงขึ้นเรื่อย ๆ จนเกิน ๔๐ องศาเซลเซียส ทำให้ตัวร้อน หน้ามืด เพ้อ กระสับกระส่าย หายใจเร็ว มึนงง หัวใจเต้นผิดจังหวะ ชักเกร็ง ช็อก จนถึงขั้นหมดสติ หากไม่ได้รับการรักษาอย่างทันท่วงทีอาจทำให้เสียชีวิตได้ ขอแนะนำประชาชนให้ดูแลสุขภาพตนเอง โดยสวมใส่เสื้อผ้าสีอ่อน ระบายความร้อนได้ดี อยู่ในที่มีอากาศถ่ายเทสะดวก หลีกเลี้ยงทำกิจกรรมที่ต้องออกแรงกลางแจ้งเป็นเวลานาน สวมแว่นกันแดด กางร่ม สวมหมวกปีกกว้าง ดื่มน้ำมากกว่าปกติ เพื่อชดเชยการเสียน้ำในร่างกาย ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทุกชนิด และอย่าทิ้งเด็กเล็ก ผู้สูงอายุ หรือสัตว์เลี้ยงไว้ในรถที่จอดไว้กลางแจ้ง เนื่องจากอุณหภูมิภายในรถจะสูงกว่าภายนอก ส่วนผู้ที่ออกกำลังกาย ควรเลือกในช่วงเช้า หรือช่วงเย็น หากพบผู้ป่วยจากภาวะอากาศร้อนให้ช่วยเหลือเบื้องต้น โดยนำผู้มีอาการเข้าร่ม นอนราบ ยกเท้าสูงทั้งสองข้าง ถอดเสื้อผ้าชั้นนอกออก เทน้ำเย็นราดลงบนตัวเพื่อลดอุณหภูมิร่างกายให้ลดต่ำลงโดยเร็วที่สุด ใช้ผ้าชุบน้ำเย็นหรือน้ำแข็งประคบตามซอกคอ รักแร้ ขาหนีบ ไม่ควรใช้ผ้าเปียกคลุมตัวเพราะจะขัดขวางการระเหยของน้ำออกจากร่างกาย และรีบนำส่งโรงพยาบาลที่ใกล้ที่สุดหรือโทรศัพท์ขอความช่วยเหลือสายด่วน ๑๖๖๙ ทันที สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่สายด่วนกรมควบคุมโรค โทร. ๑๔๒๒



143 ถนนศรีดอนไชย ตำบลช้างคลาน อำเภอเมือง
จังหวัดเชียงใหม่ 50100



Ins 053-140774

