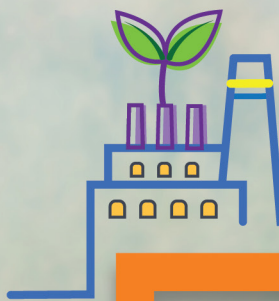




กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control



ปีที่ 13 ฉบับที่ 2

จุลสาร

EnvOCC

กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม



เพจกองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม

เพจโรคภัยร้าย ๆ วิทยทำงาน

เพจ EnvOcc Law

WHO Collaborating Centre for Occupational Health



แบบประเมิน
ความพึงพอใจ



ดาวน์โหลด
จุลสารฉบับนี้



ตอบแบบสอบถาม
เพื่อลุ้นรับรางวัล

สารบัญ

สารจากผู้บริหาร

3

เตรียมตัว...รับมือกับอากาศร้อนกันอย่างไร ?

4

โรคติดต่อทางเดินอาหารและน้ำที่ควรระวัง เมื่อหน้าร้อนมาเยือน

6

ไฟป่าและปัญหาสุขภาพที่เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อม

8

แนวทางการป้องกันตนเองจากฝุ่น PM_{2.5}

10

แอมโมเนียรั่วไหล ! รับมืออย่างไรให้ปลอดภัย

12

วัยแรงงานรู้หรือไม่ ? “เอชไอวี” ทุกคนตรวจได้ ตรวจง่ายด้วยตัวเอง
ชวนเปลี่ยนความกังวล เป็นความมั่นใจ

14

แนวทางปฏิบัติในการเฝ้าระวัง ป้องกันและควบคุมโรคจากฝุ่น PM_{2.5}

15

แนวทางการดำเนินการตามมาตรา 35 แห่งพระราชบัญญัติควบคุมโรค
จากการประกอบอาชีพและโรคจากสิ่งแวดล้อม พ.ศ. 2562

16

ลัดเลาะรอบบ้าน

17

กิจกรรมร่วมสนุก

19

สารจาก ผู้บริหาร

สวัสดิ์ค๊ะ ผู้อ่านจุลสารทุกท่าน ช่วงระหว่างเดือนมีนาคม ถึงเมษายน 2568 กรมอุตุนิยมวิทยาได้คาดการณ์ว่า ประเทศไทย จะเข้าสู่ฤดูร้อนอย่างเป็นทางการ คาดว่าจะมีอุณหภูมิสูงขึ้นโดยเฉพาะ ในภาคเหนือและภาคตะวันออกเฉียงเหนือ อาจมีอากาศร้อนจัด ในบางพื้นที่ สำหรับภาคใต้ในหลายพื้นที่อาจมีอากาศร้อน พร้อมกับ มีฝนฟ้าคะนอง อีกทั้ง ไม่กี่เดือนมานี้ ประเทศไทยต้องเผชิญกับปัญหา ฝุ่น $PM_{2.5}$ ซึ่งส่งผลกระทบต่อสุขภาพของประชาชน ซึ่งโดยทั่วไปแล้วสถานการณ์ฝุ่น $PM_{2.5}$ ในประเทศไทยมักจะดีขึ้น หลังเข้าสู่ฤดูฝนในช่วงเดือนพฤษภาคมเป็นต้นไป ดังนั้นท่านผู้อ่าน ควรติดตามสภาพอากาศและสถานการณ์ฝุ่น $PM_{2.5}$ อย่างใกล้ชิด และดูแลสุขภาพตนเองให้ปลอดภัยจากโรคและภัยสุขภาพที่อาจ เกิดขึ้นจากอากาศที่ร้อนจัด และปัญหาฝุ่น $PM_{2.5}$ กันด้วยนะคะ

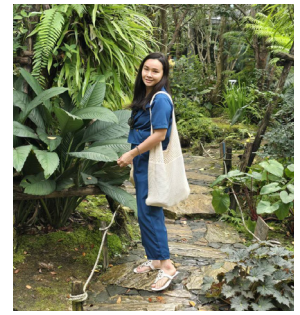
สำหรับจุลสาร EnvOcc ฉบับที่ 2 ปีที่ 13 นี้ ขอแนะนำเนื้อหา สารคดี ๆ เพื่อเตรียมพร้อมรับมือกับสภาพอากาศและภัยคุกคาม ทางสุขภาพจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม ซึ่งประกอบด้วย (1) เตรียมตัว...รับมือกับอากาศร้อนกันอย่างไร ? (2) โรคติดต่อ ทางเดินอาหารและน้ำที่ควรระวัง เมื่อหน้าร้อนมาเยือน (3) ไฟป่าและ ปัญหาสุขภาพที่เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อม (4) แนวทางการป้องกัน ตนเองจากฝุ่น $PM_{2.5}$ (5) แอมโมเนียรั่วไหล ! รับมืออย่างไร ให้ปลอดภัย (6) ภัยแรงงานรู้หรือไม่ ? “เอชไอวี” ทุกคนตรวจได้ ตรวจง่ายด้วยตัวเอง ชวนเปลี่ยนความกังวล เป็นความมั่นใจ (7) แนวทางปฏิบัติในการเฝ้าระวัง ป้องกัน และควบคุมโรคจากฝุ่น $PM_{2.5}$ (8) แนวทางการดำเนินการตามมาตรา 35 แห่งพระราชบัญญัติ ควบคุมโรคจากการประกอบอาชีพและโรคจากสิ่งแวดล้อม พ.ศ. 2562

นอกจากนี้ ขอแนะนำท่านผู้อ่านจุลสาร สมัครเป็นสมาชิก (Member) ของจุลสาร EnvOcc และกดติดตามเพจ โรคภัย วัยทำงาน อีกทั้งยังสามารถร่วมกิจกรรมตอบคำถามลุ้นรางวัล น่ารัก ๆ พร้อมรับเกร็ดความรู้ในการดูแลสุขภาพไปกับเรา กองโรค จากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม กรมควบคุมโรคค่ะ



ดร. แพทย์หญิงฉันทนา ผดุงทศ
ผู้อำนวยการ
กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม

เตรียมตัว...รับมือกับ อากาศร้อนกันอย่างไร ?



นางสาวจุไรรัตน์ ช่วงไชยยะ

นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ
กลุ่มสื่อสารความเสี่ยงและความรอบรู้สุขภาพ
กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม



โรคฮีทสโตรก (Heat stroke)

เป็นภาวะที่ร่างกายไม่สามารถปรับตัวหรือควบคุมระดับความร้อนภายในร่างกาย
จากสภาพอากาศที่ร้อนจัด โดยมีอาการสำคัญ ได้แก่ ตัวร้อน อุณหภูมิร่างกาย
สูงขึ้นเรื่อย ๆ จนเกิน 40 องศาเซลเซียส ทำให้เกิดอาการหน้ามืด เพ้อ กระสับกระส่าย
มึนงง หายใจเร็ว หัวใจเต้นผิดจังหวะ ชักเกร็ง ช็อก ได้

104 F



NO SWEATING



DRY, HOT
RED SKIN



DIZZINESS &
HEADACHE

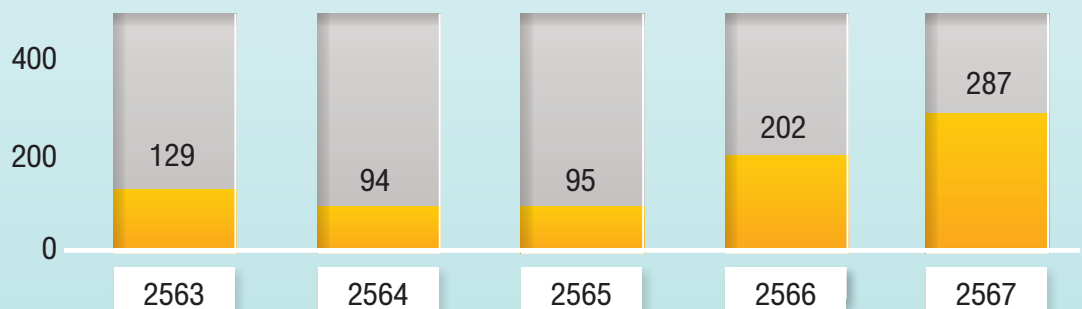


VOMITING

สถานการณ์โรคจากความร้อนจากการทำงานของประเทศไทย จำแนกรายอาชีพ

แนวโน้มการเจ็บป่วยด้วยโรคจากความร้อนจากการทำงาน จำแนกรายอาชีพ (Heat Stroke) ตั้งแต่
ปี 2563 - 2567 พบว่ามีแนวโน้มเพิ่มขึ้น ซึ่งใน ปี 2567 มีผู้ป่วยด้วยโรคจากความร้อนจากการทำงานจำแนก
รายอาชีพ (Heat Stroke) สูงขึ้นจากปี 2566 เท่ากับ 287 คน (ดังภาพที่ 1)

จำนวนผู้ที่ป่วยด้วยโรคจากความร้อน (กลุ่ม Heat stroke) จากการทำงาน (ราย) ปี 2563 - 2567



ภาพที่ 1 จำนวนผู้ที่ป่วยด้วยโรคจากความร้อน (กลุ่ม Heat stroke) จากการทำงาน (ราย) ปี 2563 - 2567

เมื่อจำแนกผู้ที่ป่วยด้วยโรคจากความร้อน (กลุ่ม Heat stroke) ตามกลุ่มอาชีพ พบว่า อาชีพที่เจ็บป่วยด้วยโรคจากความร้อนมีดังนี้

- ผู้รับจ้างทั่วไป ผู้ปลูกพืชไร่และพืชผัก
ทำไร่ ชาวนาปลูกข้าว

104 คน



- คนงานรับจ้างทั่วไป

81 คน

- ทหาร

7 คน



- นักเรียน/นักศึกษา

24 คน

- พนักงาน
ประจำลานจอดรถ

6 คน



- คนงานเก็บผลไม้,
คนงานปลูกพืชไร่/พืชผัก

4 คน



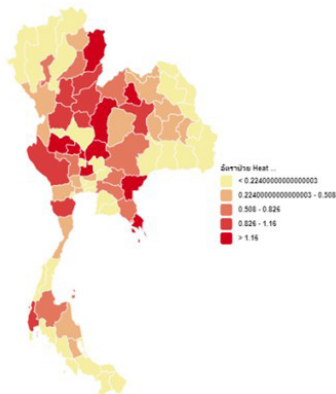
- ปลูกพืชร่วมกับการ
เลี้ยงสัตว์
เพื่อการดำรงชีพ

3 คน

- ผู้ปลูกพืชร่วมกับการ
เลี้ยงสัตว์

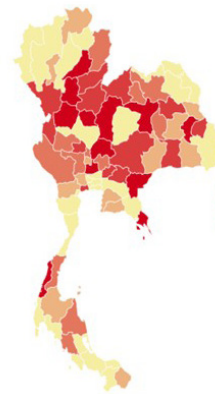
6 คน

จากข้อมูลอัตราป่วยด้วยโรคจากความร้อนจากการทำงาน ปี พ.ศ. 2567 (คลังข้อมูลสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข: HDC ข้อมูล ณ วันที่ 17 กุมภาพันธ์ 2568) พบว่า จังหวัดที่พบมีอัตราป่วยสูงสุด 10 จังหวัด ได้แก่ ระนอง สระแก้ว สุโขทัย เพชรบูรณ์ กำแพงเพชร แพร่ พิจิตร ลพบุรี ยโสธร ขอนแก่น (ดังภาพที่ 3)



ภาพที่ 2 อัตราป่วยด้วยโรคจากความร้อนจากการทำงานปี 2566

ที่มา: HCD คลังข้อมูลสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข, 2566



ภาพที่ 3 อัตราป่วยด้วยโรคจากความร้อนจากการทำงานปี 2567

ที่มา: HCD คลังข้อมูลสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข, 2567

คำแนะนำ ในการดูแลสุขภาพตนเองจากความร้อน ดังนี้



- สวมใส่เสื้อผ้าสีอ่อน
ระบายความร้อนได้ดี



- ควรอยู่ในที่มีอากาศถ่ายเทสะดวก



- ลดหรือเลี่ยงทำกิจกรรมที่ต้อง
ออกแรงกลางเจ้านาน ๆ



- สวมแว่นกันแดด กางร่ม
สวมหมวกปีกกว้าง



- ควรดื่มน้ำ 2 - 3 ลิตรต่อวัน
เพื่อชดเชยการเสียน้ำในร่างกาย
จากเหงื่อออกและที่สำคัญควรดื่ม
ก่อน รู้สึกกระหายน้ำ



- หลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่ม
แอลกอฮอล์ทุกชนิด



- ผู้ที่ออกกำลังกาย ควรเลือกในช่วงเช้า
หรือช่วงเย็นเนื่องจากเป็นช่วงที่อากาศ
ไม่ร้อนมาก และเป็นเวลาที่เหมาะสม

โรคติดต่อทางเดินอาหารและน้ำ ที่ควรระวังเมื่อหน้าร้อนมาเยือน

โรคติดต่อทางเดินอาหารและน้ำ

ในช่วงหน้าร้อน อุณหภูมิที่สูงขึ้นมีผลทำให้อาหารที่ปรุงไว้นานหรือเสียง่าย และเอื้อต่อการเจริญเติบโตของเชื้อโรคหลายชนิดที่อาจปนเปื้อนมากับอาหาร จึงมักพบการระบาดของโรคติดต่อทางเดินอาหารและน้ำเป็นส่วนใหญ่ โดยเฉพาะ 5 โรคสำคัญ ได้แก่



นางสาวกนกนภัส บุญสุภศรี

นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
กลุ่มสื่อสารความเสี่ยงและความรอบรู้สุขภาพ
กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม



1. โรคอาหารเป็นพิษ (Food Poisoning)

เป็นโรคที่เกิดจากการรับประทานอาหารหรือน้ำที่มีการปนเปื้อนของเชื้อแบคทีเรีย ไวรัส โปรโตซัว สารพิษที่สร้างจากเชื้อแบคทีเรีย หรือสารเคมีต่าง ๆ มักพบการระบาดเป็นกลุ่มก่อนจากการรับประทานอาหารร่วมกัน

อาการ คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ถ่ายเหลว มักเกิดอาการแบบเฉียบพลันหลังรับประทานอาหารที่มีการปนเปื้อนเชื้อก่อโรค



2. โรคอหิวาตกโรค (Cholera)

เป็นโรคที่เกิดจากเชื้อแบคทีเรีย *Vibrio cholerae* โดยเชื้อสามารถปนเปื้อนอยู่ในแหล่งน้ำ อาหาร และสามารถอยู่ในอุจจาระได้นาน 7-14 วัน

อาการ ถ่ายเป็นน้ำอย่างมาก บางรายมีอุจจาระขาวขุ่นคล้ายน้ำข้าวข้าว อาจมีอาเจียน หากรุนแรงอาจเกิดภาวะช็อกจากการขาดน้ำ หรือเสียชีวิตจากอุจจาระร่วงเฉียบพลัน



3. โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน (Acute diarrhea)

เป็นโรคที่เกิดจากหลายสาเหตุ ส่วนใหญ่เกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรีย ไวรัส โปรโตซัว ปรสิต หนองพวยอิ หรือจากสาเหตุอื่น ๆ เช่น การแพ้อาหาร ผลข้างเคียงจากยาบางชนิด เป็นต้น

อาการ ถ่ายเหลวหรือถ่ายเป็นน้ำ อย่างน้อย 3 ครั้ง หรือถ่ายเป็นมูกเลือด อย่างน้อย 1 ครั้ง ภายใน 24 ชั่วโมง อาจมีอาการปวดท้องบิด คลื่นไส้ อาเจียน หรือไข้ต่ำ ๆ ร่วมด้วย



4. โรคไวรัสตับอักเสบ เอ (Hepatitis A)

เป็นโรคติดเชื้อไวรัสที่ทำให้เกิดการอักเสบอย่างเฉียบพลันของตับ ติดต่อผ่านการรับประทาน อาหาร น้ำดื่มที่ปนเปื้อนเชื้อไวรัส หรือสัมผัสกับอุจจาระของผู้ติดเชื้อ

อาการ ไม่มีอาการ หรือมีอาการตั้งแต่น้อยไปจนรุนแรงมาก เกิดการอักเสบของตับแบบเฉียบพลัน ได้แก่ ดีซ่าน ตัวเหลือง ตาเหลือง อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน และตับวายได้



5. ไข้ไทฟอยด์ หรือไข้รากสาดน้อย (Typhoid fever)

เป็นโรคที่เกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรีย Salmonella Typhi ติดต่อการรับประทานอาหาร หรือน้ำที่มีการปนเปื้อนอุจจาระ หรือปัสสาวะของผู้ติดเชื้อ

อาการ มีไข้สูงลอยติดต่อกันนานเกิน 7 วัน และมีอาการร่วม เช่น ปวดศีรษะ ปวดท้อง ท้องอืด หรือท้องผูก บางรายอาจมีถ่ายเหลว มีผื่นขึ้นบริเวณหน้าอกหรือลำตัว



แนวทางการป้องกัน

“กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ”

1. ยึดหลัก “สุก ร้อน สะอาด” รับประทานอาหารที่สะอาด และปรุงสุกใหม่ ๆ ไม่ควรรับประทานอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ หากอาหารค้างคืนหรือเก็บไว้นานเกิน 2 ชั่วโมง ควรนำมาอุ่นให้ร้อนก่อนรับประทานทุกครั้ง

2. ใช้ช้อนกลางเมื่อตักอาหารร่วมกัน เพื่อลดการแพร่กระจายของเชื้อโรค

3. ล้างมือให้สะอาดทุกครั้งก่อนและหลัง การประกอบอาหาร รับประทานอาหาร และภายหลังการเข้าห้องน้ำทุกครั้ง

4. ควรเลือกบริโภคน้ำดื่มและน้ำแข็งที่สะอาด มีเครื่องหมาย อย.

5. แยกภาชนะสำหรับใส่อาหารที่ปรุงสุกแล้ว กับภาชนะที่ใส่วัตถุดิบก่อนปรุง เพื่อป้องกันการปนเปื้อนของเชื้อก่อโรค

6. โรคไวรัสตับอักเสบบี เป็นโรคที่มีวัคซีนป้องกัน สามารถให้ได้ตั้งแต่อายุ 1 ปีขึ้นไป



แหล่งข้อมูล

1. ประกาศกรมควบคุมโรค เรื่อง การป้องกันโรคและภัยสุขภาพ ที่เกิดขึ้นในช่วงฤดูร้อนของประเทศไทย พ.ศ. 2567

ไฟป่า และปัญหาสุขภาพ ที่เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อม



นายณัฐชนน หวลอาลัย

นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
กลุ่มพัฒนางาน
กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม

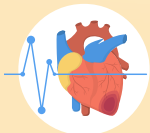


ไฟป่าเป็นปรากฏการณ์ทางธรรมชาติที่มีผลกระทบต่อสุขภาพของมนุษย์อย่างรุนแรง

โดยเฉพาะในด้านโรคที่เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อม คำนจากไฟป่าเต็มไปด้วยอนุภาคขนาดเล็ก (PM) และสารเคมีที่เป็นอันตราย ซึ่งสามารถกระตุ้นหรือก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพในหลากหลายรูปแบบ ผลกระทบต่อระบบต่าง ๆ ของร่างกาย ได้แก่

ระบบทางเดินหายใจ

ควันไฟป่าเกี่ยวข้องกับการเพิ่มความเสี่ยงของโรคระบบทางเดินหายใจ โดยอนุภาคขนาดเล็ก PM_{2.5} ที่มีอยู่ในควันสามารถซึมเข้าสู่ระบบทางเดินหายใจส่วนลึก ทำให้เกิดการอักเสบในปอด รวมถึงเป็นสาเหตุที่ทำให้โรคหอบหืดและโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง (COPD) ทวีความรุนแรง นอกจากนี้ยังพบว่า ควันไฟป่ามีส่วนเพิ่มอัตราการเกิดโรคติดเชื้อทางเดินหายใจ เช่น หลอดลมอักเสบและปอดบวม



ระบบหัวใจและหลอดเลือด

ควันไฟปายังส่งผลกระทบต่อระบบหัวใจและหลอดเลือดอีกด้วย การศึกษาพบว่าผู้ป่วยที่มีโรคหัวใจและหลอดเลือดอยู่แล้ว มีความเสี่ยงเพิ่มขึ้นในการเกิดภาวะหัวใจวายและโรคหลอดเลือดสมอง นอกจากนี้ ควันไฟปายังส่งผลกระทบต่อความแปรปรวนของอัตราการเต้นของหัวใจ (Heart Rate Variability) ซึ่งถือเป็นสัญญาณของสุขภาพหัวใจที่แย่งลง

ระบบภูมิคุ้มกัน

ควันไฟป่าสามารถกระตุ้นการอักเสบทั่วร่างกายผ่านผลกระทบต่อระบบภูมิคุ้มกัน ควันไฟป่าสามารถเพิ่มระดับสารเคมีที่เกี่ยวข้องกับการอักเสบในเลือดและเสมหะ อีกทั้งยังอาจเพิ่มความไวต่อการติดเชื้อไวรัส



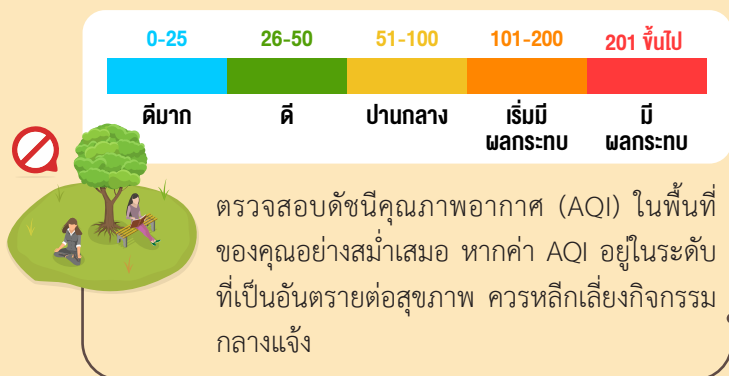
กลุ่มเสี่ยงต่อผลกระทบจากควันไฟป่า

กลุ่มที่มีความเสี่ยงสูงต่อผลกระทบจากควันไฟป่า ได้แก่ เด็ก ผู้สูงอายุ และผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคหอบหืด โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรคหัวใจ และโรคเบาหวาน นอกจากนี้ ผู้ที่ทำงานกลางแจ้ง และประชาชนในกลุ่มที่มีข้อจำกัดทางเศรษฐกิจและสังคมอาจเผชิญกับความเสี่ยงที่เพิ่มขึ้น เนื่องจากต้องสัมผัสควันไฟป่าในระดับที่มากกว่า



การป้องกันและลดความเสี่ยง

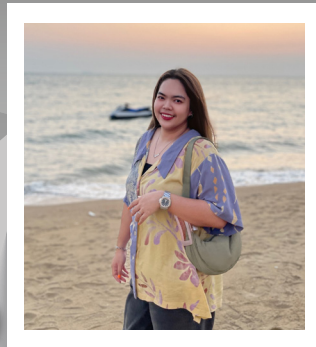
เพื่อป้องกันและลดความเสี่ยงจากควันไฟป่า ขอแนะนำให้ปฏิบัติตามคำแนะนำดังต่อไปนี้



สรุป

การตระหนักถึงผลกระทบของควันไฟป่าต่อสุขภาพ รวมถึงการปฏิบัติตามมาตรการป้องกันที่เหมาะสม เป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยลดความเสี่ยงจากโรคที่เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งยังช่วยสร้างสุขภาวะที่ดีให้แก่ประชาชนในระยะยาว

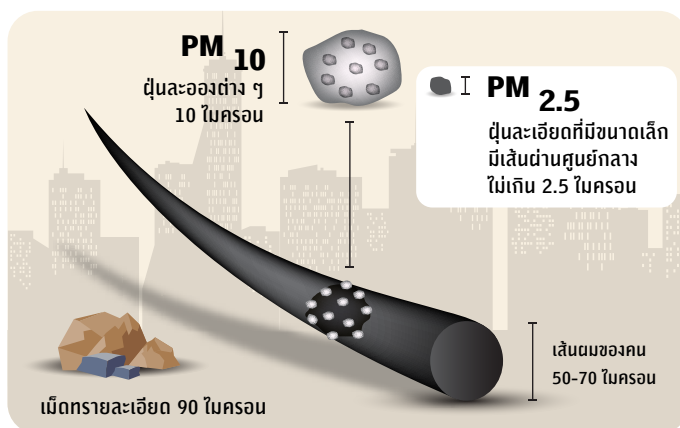
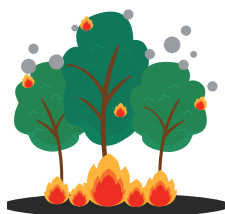
แนวทาง การป้องกันตนเอง จากฝุ่น PM_{2.5}



นางสาววิลาสินี สกิตนิลรัตน์

นักวิชาการเผยแพร่
กลุ่มสื่อสารความเสี่ยงและความรอบรู้สุขภาพ
กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม

สวัสดิ์ศึะ ผู้อ่านจุลสารทุกท่าน ตลอดช่วงหลายเดือนที่ผ่านมา ฝุ่น PM_{2.5} ได้กลายเป็นปัญหาสิ่งแวดล้อมและสุขภาพที่สำคัญ แม้จะเข้าสู่ฤดูร้อนแล้วแต่ปัญหานี้ยังไม่หมดไปสักทีเดียว หลายพื้นที่ยังคงเผชิญกับมลพิษจากแหล่งกำเนิดต่าง ๆ เช่น การเผาในที่โล่ง การจราจรที่หนาแน่น ประกอบกับสภาพอากาศร้อนและแห้งแล้ง ที่อาจทำให้ฝุ่นฟุ้งกระจายได้ง่ายขึ้น



ฝุ่น PM_{2.5} คืออะไร ?

ฝุ่นที่มีเส้นผ่านศูนย์กลางไม่เกิน 2.5 ไมครอน หรือ มีขนาดประมาณ 1 ใน 25 ของเส้นผ่านศูนย์กลางของเส้นผม โดยขนาดที่เล็กขนาดนี้ทำให้ฝุ่น PM_{2.5} สามารถผ่านการกรองของจมูกเข้าไปจนถึงถุงลมปอด และกระจายเข้าสู่กระแสเลือด ส่งผลให้เกิดปัญหาสุขภาพต่าง ๆ ตามมาได้

ผลกระทบต่อสุขภาพ



• อาการไอ จาม หรือภูมิแพ้



• ผู้ที่เป็นภูมิแพ้ฝุ่นอยู่แล้ว จะยิ่งถูกกระตุ้นให้เกิดอาการมากขึ้น



• เกิดโรคทางเดินหายใจเรื้อรัง



• เกิดโรคหลอดเลือดและหัวใจเรื้อรัง



• เกิดโรคปอดเรื้อรัง หรือมะเร็งปอด

ใครบ้างคือกลุ่มเสี่ยง ?



1. เด็กเล็ก
2. หญิงตั้งครรภ์
3. ผู้สูงอายุ
4. ผู้ปฏิบัติงานกลางแจ้ง
5. ผู้มีโรคประจำตัวใน 4 กลุ่มโรค ได้แก่
 - 1) กลุ่มโรคทางเดินหายใจ
 - 2) กลุ่มโรคหัวใจและหลอดเลือด
 - 3) กลุ่มโรคตาอักเสบ
 - 4) กลุ่มโรคผิวหนังอักเสบ

ตารางค่าฝุ่น PM_{2.5} และข้อแนะนำในการปฏิบัติตัว

PM _{2.5} (มคก./ลบ.ม.)	ประชาชนทั่วไป	กลุ่มเสี่ยง (เด็ก/ หญิงตั้งครรภ์/ ผู้สูงอายุ/ ผู้มีโรคประจำตัว)
0 - 15.0	ทำกิจกรรมได้ตามปกติ	ทำกิจกรรมได้ตามปกติ
15.1 - 25.0	ทำกิจกรรมได้ตามปกติ	เสี่ยง ทำกิจกรรม/ ออกกำลังกายกลางแจ้ง เฝ้าระวังอาการ หากมีอาการผิดปกติให้รีบพบแพทย์ทันที
25.1 - 37.5	เสี่ยง ทำกิจกรรม/ ออกกำลังกายกลางแจ้ง เฝ้าระวังอาการ หากมีอาการผิดปกติให้รีบพบแพทย์	ลดระยะเวลา ทำกิจกรรม/ ออกกำลังกายกลางแจ้ง สวมหน้ากาก ป้องกันฝุ่นทุกครั้งเมื่ออยู่กลางแจ้ง เฝ้าระวังอาการ หากมีอาการผิดปกติให้รีบพบแพทย์
37.6 - 75.0	ลดหรือจำกัดระยะเวลา ทำกิจกรรม/ ออกกำลังกายกลางแจ้ง สวมหน้ากาก ป้องกันฝุ่นทุกครั้งเมื่ออยู่กลางแจ้ง เฝ้าระวังอาการ หากมีอาการผิดปกติให้รีบพบแพทย์	ลดหรือจำกัดระยะเวลา ทำกิจกรรม/ ออกกำลังกายกลางแจ้ง สวมหน้ากาก ป้องกันฝุ่นทุกครั้งเมื่ออยู่กลางแจ้ง ผู้มีโรคประจำตัว เตรียมยาประจำตัวให้พร้อม
75.1 ขึ้นไป	งด ทำกิจกรรม/ ออกกำลังกายกลางแจ้ง สวมหน้ากาก ป้องกันฝุ่นทุกครั้งเมื่ออยู่กลางแจ้ง ผู้มีโรคประจำตัว เตรียมยาประจำตัวให้พร้อม ปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์	งด ทำกิจกรรมกลางแจ้ง ควรอยู่ในห้องปลอดฝุ่น สวมหน้ากาก ป้องกันฝุ่นทุกครั้งเมื่ออยู่กลางแจ้ง ผู้มีโรคประจำตัว เตรียมยาประจำตัวให้พร้อม ปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์

ที่มา: กองประเมินผลกระทบต่อสุขภาพ กรมอนามัย, 2567

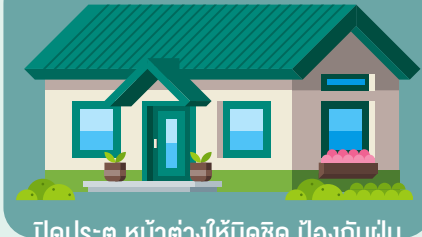
5 แนวทางการป้องกันตนเองด้วย “เช็ค ปิด ใช้ เลี่ยง ลด”

เช็ค



เช็คค่าฝุ่นก่อนออกจากบ้าน
ผ่านแอปพลิเคชัน Air4Thai

ปิด



ปิดประตู หน้าต่างให้มิดชิด ป้องกันฝุ่น
ละออง ทำความสะอาดบ้านทุกวัน

ใช้



ใช้หน้ากากป้องกัน
ฝุ่น PM_{2.5}

เลี่ยง



เลี่ยงการทำกิจกรรมกลางแจ้ง
เป็นเวลานาน

ลด



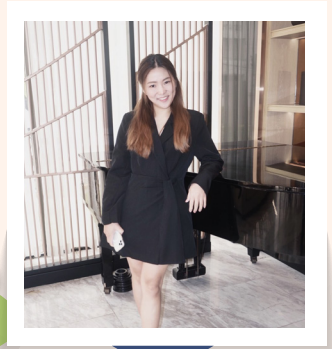
ลดกิจกรรมที่ก่อให้เกิดฝุ่น เช่น
ลดการใช้รถยนต์ส่วนบุคคล ไม่เผาป่า
หรือเผาขยะในครัวเรือน

แหล่งข้อมูล

1. กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม. (2565). แนวทางมาตรการ การเฝ้าระวังสุขภาพ และสื่อสารความเสี่ยง เพื่อสร้างความรอบรู้ที่เกี่ยวข้องกับฝุ่นละอองขนาดเล็กไม่เกิน 2.5 ไมครอน (PM_{2.5}). <https://ddc.moph.go.th/uploads/publish/1287120220815094919.pdf>

แอมโมเนียรั่วไหล!

รับมืออย่างไรให้ปลอดภัย



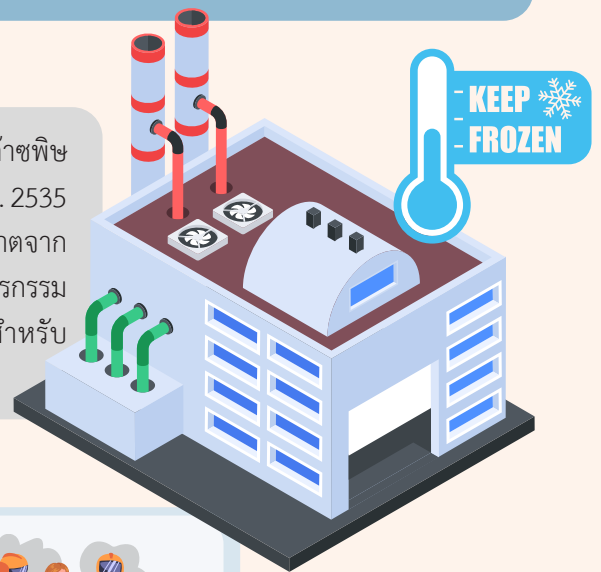
นางสาวกักรวดี ขววจันทร์

นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
กลุ่มสื่อสารความเสี่ยงและความรอบรู้สุขภาพ
กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม

สวัสดิ์ค่ะผู้อ่านจุลสารทุกท่าน ในช่วงที่ผ่านมาทุกท่านอาจได้เห็นข่าว เหตุการณ์แอมโมเนียรั่วไหล ตามโรงงานน้ำแข็ง ซึ่งส่งผลกระทบต่อคนงานและประชาชนที่อยู่บริเวณใกล้เคียง เนื่องจากแอมโมเนียมีฤทธิ์เป็นสารกัดกร่อน อีกทั้งอุณหภูมิที่สูงขึ้นในหน้าร้อนเป็นหนึ่งในตัวเร่งปฏิกิริยาทำให้ก๊าซยิ่งเร็วขึ้น จนอาจเกิดกร่อนหรือชนพังทลายมากขึ้น ส่งผลให้เกิดความเสี่ยงต่อการรั่วไหลของก๊าซแอมโมเนียได้ เพื่อความปลอดภัย เราจึงขอพาทุกท่านมาทำความเข้าใจถึง อันตรายของแอมโมเนียและวิธีรับมือเมื่อเกิดเหตุแอมโมเนียรั่วไหลกันค่ะ

ก๊าซแอมโมเนีย

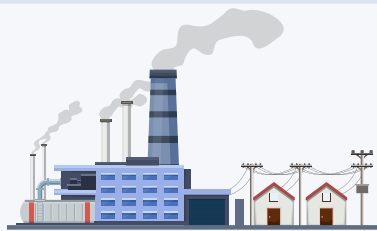
เป็นสารเคมีที่ถูกจัดจำแนกความอันตรายไว้เป็นประเภท (Class) 2.3 คือ ก๊าซพิษ และกัดกร่อน และยังจัดเป็นวัตถุอันตรายชนิดที่ 3 (ตาม พ.ร.บ. วัตถุอันตราย พ.ศ. 2535 การผลิต การนำเข้า การส่งออก หรือการมีไว้ครอบครองต้องได้รับการอนุญาตจากโรงงานอุตสาหกรรม) โดยมีการนำมาใช้ประโยชน์อย่างหลากหลาย ทั้งด้านเกษตรกรรม เช่น ปุ๋ยแอมโมเนียไนเตรท และทางอุตสาหกรรม เช่น ก๊าซแอมโมเนียสำหรับทำความสะอาดของอุตสาหกรรมห้องเย็น โรงผลิตน้ำแข็ง เป็นต้น



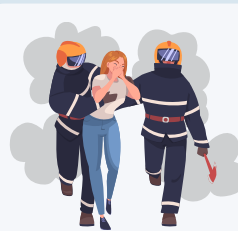
กลุ่มเสี่ยง



1. พนักงานโรงงาน



2. ประชาชนที่อยู่ใกล้มลพิษรั่วไหล



3. เจ้าหน้าที่กู้ภัย

อาการ

ก๊าซแอมโมเนียมีความเป็นพิษและก่อให้เกิดอันตราย ในลักษณะความเป็นพิษเฉียบพลัน (Acute toxic) โดยมีอันตรายต่อร่างกายเมื่อสัมผัสทางจมูก ตา และผิวหนัง ก่อให้เกิดอาการต่าง ๆ เช่น แสบตา ตาบวม น้ำตาไหล ระคายเคืองผิวหนัง เป็นแผลไหม้ เวียนศีรษะ อาเจียน เจ็บหน้าอก หอบหืดและเสียชีวิตได้



เวียนศีรษะ



เจ็บหน้าอก



หอบหืด



หมดสติ

แนวทางการป้องกันตนเอง สำหรับประชาชน



แนวทางการป้องกันตนเอง สำหรับพนักงาน

1. **สวมอุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัย** ส่วนบุคคลในการป้องกันตนเอง
2. **หมั่นตรวจสอบ** บำรุงรักษาถัง/ ท่อส่งก๊าซอย่างสม่ำเสมอ
3. **จัดเก็บ** ถังแอมโมเนียในพื้นที่ที่ปลอดภัย
4. **จัดทำแผนและซ้อมแผนการรับมือฉุกเฉิน** กรณี เหตุการณ์สารเคมีรั่วไหล อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง



แหล่งข้อมูล

1. กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม. (2567). รับมือแอมโมเนีย รั่วไหล ปฏิบัติได้อย่างไร
2. สำนักสิ่งแวดล้อมภาคที่ 10. คู่มือการจัดการอุบัติเหตุจากสารเคมี กรณีก๊าซแอมโมเนียรั่วไหล
<http://www.reo3.go.th/newversion/images/stories/document/nh3.pdf>
3. ชูศักดิ์ พูนสวัสดิ์. (2567). รู้จัก “แอมโมเนีย” สารเคมีใกล้ตัวหากรั่วไหลอันตรายแค่ไหน ไขคำตอบกับนักวิชาการ มช. พร้อมแนะวิธีรับมือ <https://th.kku.ac.th/182874/>

วัยแรงงาน รู้หรือไม่ ? "เอชไอวี"

ทุกคนตรวจได้ ตรวจง่ายด้วยตัวเอง
ชวนเปลี่ยนความกังวล เป็นความมั่นใจ



นางสาวกิติณี เพียนวารี

นักวิชาการเผยแพร่
กองโรคเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

หลายคนไม่กล้าตรวจหาการติดเชื้อเอชไอวี ทำให้ไม่รู้สถานะการติดเชื้อของตนเอง และคู่ จนเกิดเป็นความกังวลในการใช้ชีวิต ถ้าหากเชื้อเอชไอวีเข้าสู่ร่างกายแล้ว ยิ่งปล่อยระยะเวลาให้ผ่านไปนานเท่าไร เชื้อเอชไอวีจะทำลายระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายเพิ่มมากขึ้นเท่านั้น ดังนั้น ทุกคนสามารถคลายความกังวล ให้เป็นความมั่นใจได้ด้วยการตรวจเอชไอวีให้เป็นเรื่องปกติ เหมือน การตรวจสุขภาพทั่วไป ตรวจเร็ว รักษาเร็ว



เอชไอวี ตรวจฟรี รักษาฟรี คุณภาพชีวิตดี

คนไทยทุกคนได้รับสิทธิตรวจหาเชื้อเอชไอวีปีละ 2 ครั้ง ได้ที่ sw. ภายใต้ระบบหลักประกันสุขภาพแห่งชาติทั่วประเทศ แนะนำให้ตรวจหลังเสี่ยง 14 - 30 วัน

หากพบว่าติดเชื้อ สามารถรักษาฟรีได้ทุกสิทธิ ด้วยยาต้านไวรัสเอชไอวีทันที กินยาเร็ว สม่าเสมอ และต่อเนื่อง พบแพทย์ตามนัด จะช่วยให้สามารถควบคุมปริมาณไวรัสในกระแสเลือดให้เหลือน้อยจนไม่ถ่ายทอดเชื้อเอชไอวีไปยังผู้อื่น (น้อยกว่า 200 copies/ml) มีสุขภาพที่ดี สามารถทำงานและใช้ชีวิตได้ตามปกติ

หากตรวจไม่พบเชื้อ จะได้ทราบวิธีการป้องกันด้วยถุงยางอนามัย ยาป้องกันก่อนการสัมผัสเชื้อ (PrEP) และ ยาป้องกันหลังการสัมผัสเชื้อ (PEP)

เพื่อให้ตอบใจของคนรุ่นใหม่ เพิ่มความสะดวก และรวดเร็ว

“เอชไอวี ตรวจได้ ตรวจง่ายด้วยตนเอง”

ชุดตรวจเอชไอวีด้วยตัวเอง หรือ HIV Self-Test สามารถตรวจได้ทั้งแบบเจาะเลือดที่ปลายนิ้ว และน้ำในช่องปาก มี 2 ชนิด คือ

🚫 ชุดตรวจหาการเจาะเลือดที่ปลายนิ้วมือ กราบผลได้ภายใน 1-20 นาที

🚫 ชุดตรวจด้วยการใช้น้ำในช่องปาก กราบผลได้ภายใน 15-20 นาที สามารถรับได้ที่ sw. ร้ายงายยา sw.สต. หน่วยบริการสุขภาพที่เข้าร่วม



การตรวจหาเชื้อเอชไอวี สามารถเข้าถึงและทำได้ง่าย ไม่ว่าจะตรวจด้วยตัวเอง หรือการเข้ารับบริการที่โรงพยาบาล ทำให้ทราบสถานะการติดเชื้อของตนเอง ถือเป็น การแสดงความรับผิดชอบต่อตนเองและคู่ เนื่องจากการติดเชื้อเอชไอวีไม่สามารถดูจากภายนอกได้ว่ามีเชื้อหรือไม่ จะรู้ก็ต่อเมื่อตรวจหาการติดเชื้อเอชไอวีเท่านั้น ดังนั้น **ชวนทุกคนมาตรวจเอชไอวีให้เป็นเรื่องปกติ เพื่อเปลี่ยนความกังวลเป็นความมั่นใจ ใช้ชีวิตร่วมกันได้อย่างมีความสุข**

แล้วพบกันใหม่ฉบับหน้า “เอชไอวี ไม่ติด จากชีวิตประจำวัน”

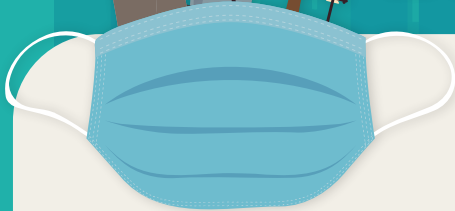
สวัสดีค่ะ



กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control

แนวทางปฏิบัติในการเฝ้าระวัง ป้องกัน และควบคุมโรคจากฝุ่น PM_{2.5}

ตามพระราชบัญญัติควบคุมโรคจากการประกอบอาชีพ
และโรคจากสิ่งแวดล้อม พ.ศ. 2562



เขตพื้นที่ที่ต้องมีการเฝ้าระวัง การป้องกัน และการควบคุมโรคหรืออาการ
ที่เกิดจากการสัมผัสฝุ่น PM_{2.5} กำหนดเขตพื้นที่เป็น 2 ระดับ ได้แก่

1. พื้นที่เฝ้าระวังและป้องกันโรค ได้แก่ พื้นที่ที่มีค่าฝุ่น PM_{2.5} เฉลี่ย 24 ชั่วโมง
เกิน 37.5 ug/m³ แต่ไม่เกิน 75 ug/m³

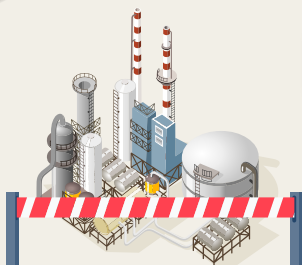


มาตรการ

1. กระทรวงสาธารณสุขร่วมกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
สนับสนุนหน้ากากอนามัยแก่ประชาชนกลุ่มเปราะบาง
2. จัดเตรียมพื้นที่หรือห้องปลอดฝุ่นในอาคารสถานที่
เช่น โรงพยาบาล โรงเรียน หรือศูนย์รองรับประชาชนกลุ่มเปราะบาง



2. พื้นที่ควบคุมโรค ได้แก่ พื้นที่ที่มีค่าฝุ่น PM_{2.5} เฉลี่ย 24 ชั่วโมง เกิน 75 ug/m³



มาตรการ

1. ใช้มาตรการสำหรับเขตพื้นที่เฝ้าระวังและป้องกันโรคอย่างต่อเนื่อง
 - สนับสนุนหน้ากากอนามัยแก่ประชาชนกลุ่มเปราะบาง
 - จัดเตรียมพื้นที่หรือห้องปลอดฝุ่น
2. หน่วยงานราชการ รัฐวิสาหกิจ และหน่วยงานอื่นของรัฐพิจารณา
ปรับปรุงแบบการปฏิบัติงานนอกสถานที่ตั้งและงดกิจกรรมกลางแจ้ง
ภาคเอกชนให้พิจารณาปรับปรุงแบบวิธีการทำงานตามสมควร



แหล่งข้อมูล : กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม กรมควบคุมโรค
WHO Collaborating Centre for Occupational Health

สายด่วน
กรมควบคุมโรค

1422

แนวทางการดำเนินการตามมาตรา 35

แห่งพระราชบัญญัติควบคุมโรคจากการประกอบอาชีพ และโรคจากสิ่งแวดล้อม

พ.ศ. 2562 สำหรับเขตพื้นที่ที่ต้องมีการควบคุมโรค หรืออาการที่เกิดจากการสัมผัสฝุ่น PM_{2.5}

ผู้ว่าราชการจังหวัด/กทม. (ประธาน)

หรือ นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัด/ผู้อำนวยการสำนักอนามัย กทม. (เลขาธิการ)

ดำเนินการให้คณะกรรมการควบคุมโรคจากการประกอบอาชีพและโรคจากสิ่งแวดล้อมจังหวัด/กทม. มีการพิจารณาหาวิธีจัดการอย่างหนึ่งอย่างใด เช่น จัดประชุม ประชุมผ่านสื่ออิเล็กทรอนิกส์ หรือแจ้ง คกก. ให้ความเห็นทางไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์

คณะกรรมการควบคุมโรคจากการประกอบอาชีพและโรคจากสิ่งแวดล้อมจังหวัด/กทม.

- พิจารณาการให้คำแนะนำแก่อธิบดีกรมควบคุมโรค
 - การประกาศกำหนดเขตพื้นที่ที่ต้องมีการควบคุมโรคหรืออาการที่เกิดจากการสัมผัสฝุ่น PM_{2.5} พร้อมข้อมูลดังนี้
 - 1.1.1 สถานการณ์/เหตุผลความจำเป็นในการประกาศกำหนดเขตพื้นที่ที่ต้องมีการควบคุมโรค
 - 1.1.2 ข้อเสนอเกี่ยวกับการกำหนดหลักเกณฑ์ วิธีการ และเงื่อนไขเกี่ยวกับการเฝ้าระวัง การป้องกัน หรือการควบคุมโรค เพื่อให้พนักงานเจ้าหน้าที่ดำเนินการสำหรับเขตพื้นที่นั้นเป็นการเฉพาะ หรือมาตรการอื่นใดที่เหมาะสมแก่สภาพของพื้นที่นั้นเป็นการเฉพาะ (ถ้ามี)
 - การประกาศยกเลิกการกำหนดเขตพื้นที่ ๑ ตาม 1.1 พร้อมแจ้งเหตุผลอันสมควรในการยกเลิกประกาศ
- ประธาน/เลขาธิการ จัดส่งหนังสือเป็นทางการ/ข้อมูลตามแบบฟอร์มที่กรมควบคุมโรคจัดทำขึ้น พร้อมข้อมูลหรือหลักฐานที่เกี่ยวข้อง (ถ้ามี) ไปยังที่อยู่ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ของกรมควบคุมโรคที่ saraban@ddc.mail.go.th

กรมควบคุมโรค

หรือ นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัด/ผู้อำนวยการสำนักอนามัย กทม. (เลขาธิการ)

กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อมร่วมกับกองกฎหมาย ตรวจสอบข้อมูลและเอกสาร ภายใน 1 วัน นับแต่ได้รับเรื่อง แล้วเสนอเรื่องต่ออธิบดีกรมควบคุมโรคเพื่อพิจารณาประกาศกำหนดเขตพื้นที่ ๑ /ประกาศยกเลิกการกำหนดเขตพื้นที่ ๑

เห็นสมควรให้ประกาศกำหนดเขตพื้นที่/
ยกเลิกการกำหนดเขตพื้นที่

เห็นสมควร**ไม่**ให้ประกาศกำหนดเขตพื้นที่/
ยกเลิกการกำหนดเขตพื้นที่

อธิบดีกรมควบคุมโรคลงนามประกาศกำหนดเขตพื้นที่

แจ้งสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดทางไปรษณีย์
อิเล็กทรอนิกส์ของสำนักงาน เพื่อให้รายงานต่อ
คณะกรรมการควบคุมโรคจากการประกอบอาชีพ
และโรคจากสิ่งแวดล้อมจังหวัด

แจ้งสำเนาประกาศไปยังสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด
ทางไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ของสำนักงาน

รายงานต่อคณะกรรมการ
ควบคุมโรคจากการประกอบอาชีพ
และโรคจากสิ่งแวดล้อมจังหวัด/กทม.

แจ้งพนักงานเจ้าหน้าที่/หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
ดำเนินการตามหลักเกณฑ์ วิธีการ และเงื่อนไข
เกี่ยวกับการเฝ้าระวัง การป้องกันหรือ
การควบคุมโรค/มาตรการอื่นใดที่เหมาะสม

สื่อสาร/ประชาสัมพันธ์ให้แก่
หน่วยงานภาครัฐ/ภาคเอกชน/
ประชาชน



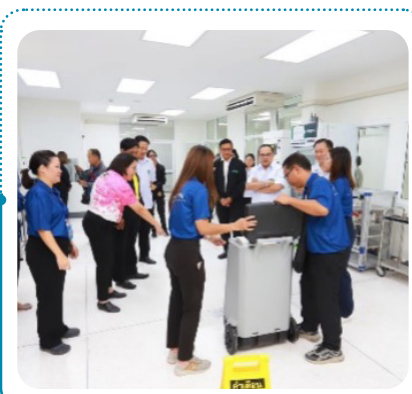
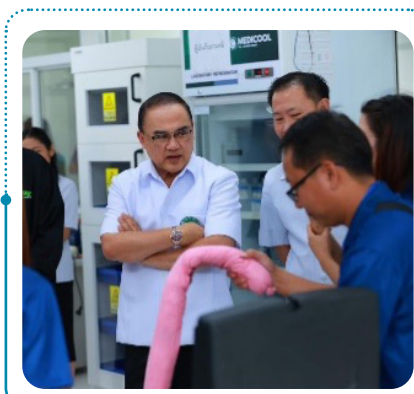
ลัดเลาะ รอบบ้าน



กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม ดำเนินโครงการเฝ้าระวัง ป้องกัน ควบคุมโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อมในพื้นที่พัฒนาพิเศษภาคตะวันออก และเปิดอาคารห้องปฏิบัติการควบคุมโรค ในวันที่ 7 มกราคม 2568 ณ ศูนย์พัฒนาวิชาการอาชีวอนามัยและสิ่งแวดล้อม จังหวัดระยอง

โดยได้รับเกียรติจาก นายแพทย์ดิเรก ขำแป้น รองอธิบดีกรมควบคุมโรค เป็นประธานเปิด “โครงการเฝ้าระวัง ป้องกัน ควบคุมโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อมในพื้นที่พัฒนาพิเศษภาคตะวันออก และเปิดอาคารห้องปฏิบัติการควบคุมโรค” ณ ศูนย์พัฒนาวิชาการอาชีวอนามัยและสิ่งแวดล้อม จังหวัดระยอง และมีแพทย์หญิงฉันทนา ผดุงทศ ผู้อำนวยการกองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม เป็นผู้กล่าวรายงาน พร้อมด้วยคณะผู้บริหารและบุคลากรกรมควบคุมโรค และผู้เข้าร่วมจากภาคีเครือข่าย หน่วยงานท้องถิ่น หน่วยงานภาครัฐ และภาคเอกชน เข้าร่วมงานมากกว่า 150 คน

ในงานมีการจัดแสดงนิทรรศการพระราชบัญญัติควบคุมโรคจากการประกอบอาชีพและโรคจากสิ่งแวดล้อม เครื่องมือสุซศาสตร์ อุทสาหรรม และงานปฏิบัติการทางพิษวิทยา เพื่อให้หน่วยงานท้องถิ่น หน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชน และประชาชนในพื้นที่ ทราบถึงความพร้อมของกรมควบคุมโรคในการดูแลสุขภาพประชาชน ด้านการเฝ้าระวัง สอบสวน และควบคุมโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม รวมทั้งการตอบโต้ภาวะฉุกเฉินกรณีสารเคมีรั่วไหลและสนับสนุนการบังคับใช้พระราชบัญญัติ ควบคุมโรคจากการประกอบอาชีพและโรคจากสิ่งแวดล้อม พ.ศ. 2562





กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม จัดประชุมวิชาการ ด้านโรคจากการประกอบอาชีพ และสิ่งแวดล้อมแห่งชาติและนานาชาติ ครั้งที่ 4 (4th International Conference on Occupational and Environmental Diseases 2025) ระหว่างวันที่ 5 - 7 มีนาคม 2568 ณ โรงแรมแกรนด์ ริชมอนด์ สไตล์ช คอนเวนชัน นนทบุรี

โดยได้รับเกียรติจาก นายแพทย์ดิเรก ขำแป้น รองอธิบดีกรมควบคุมโรค เป็นประธานเปิดการประชุมวิชาการด้านโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อมแห่งชาติและนานาชาติ ครั้งที่ 4 (4th International Conference on Occupational and Environmental Diseases 2025) ระหว่างวันที่ 5 - 7 มีนาคม 2568 ณ โรงแรมแกรนด์ ริชมอนด์ สไตล์ช คอนเวนชัน นนทบุรี พร้อมมอบโล่รางวัลสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดดีเด่น ด้านการควบคุมโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม จำนวน 12 รางวัล เพื่อเป็นการเชิดชูเกียรติแก่หน่วยงานที่มีผลการดำเนินงานโดดเด่น และมีความมุ่งมั่นในการพัฒนางานด้านการควบคุมโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อมอย่างต่อเนื่อง โดยมีคณะผู้บริหารกรมควบคุมโรค หน่วยงานภาคีเครือข่ายภาครัฐและภาคเอกชน ทั้งในประเทศและต่างประเทศ เข้าร่วมประชุมกว่า 450 คน

ดร.แพทย์หญิงฉันทนา ผดุงทศ ผู้อำนวยการกองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม กล่าวว่าการประชุมครั้งนี้จัดขึ้นภายใต้แนวคิด “ยกระดับงานอาชีวอนามัยและสิ่งแวดล้อม นำสู่การเปลี่ยนแปลงอย่างยั่งยืน” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นเวทีในการแลกเปลี่ยนองค์ความรู้ทางวิชาการ ประสบการณ์ และแนวทางปฏิบัติที่ดี ในการเฝ้าระวัง ป้องกัน ควบคุมโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อมทั้งในระดับประเทศและนานาชาติ ผ่านการบรรยาย การอภิปราย และการนำเสนอผลงานวิชาการด้วยวาจา โปสเตอร์ และ Short Presentation รวมจำนวนทั้งหมด 79 เรื่อง

วันที่ 7 มีนาคม 2568 นายแพทย์จุมพล ตันตติวงศ์ รักษาราชการนายแพทย์ทรงคุณวุฒิ เป็นประธานในพิธีปิดการประชุมวิชาการฯ ซึ่งในงานมีพิธีมอบโล่รางวัลเชิดชูเกียรติให้แก่ผู้นำเสนอผลงานวิชาการระดับดีเด่นจำนวน 8 รางวัล โดย ดร.นายแพทย์สมเกียรติ ศิริรัตนพุกข์ ที่ปรึกษากองฯ ให้เกียรติมอบรางวัลดังกล่าว





มาสมัครเป็น Member จุลสาร EnvOcc



เพื่อติดตามบทความ เกร็ดความรู้ในการดูแล และป้องกันตนเองจากโรคและภัยสุขภาพที่เกิดจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม ตลอดจนปีได้นี้ พร้อมร่วมสนุกตอบคำถามลุ้นรับรางวัลเก๋ ๆ กับกองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม กรมควบคุมโรค ตอบกันเข้ามาเยอะ ๆ นะคะ

สิทธิพิเศษของ Member ที่จะได้รับ

- **ฟรีค่าสมัคร** สมาชิกตลอดชีพ
- **ได้รับข้อมูลจุลสารฉบับใหม่** ง่าย ๆ รวดเร็วผ่าน E-mail
- **มีสิทธิลุ้นรับรางวัล** ตอบคำถามท้ายฉบับก่อนใคร
- Member จะได้รับ **Sticker Line EnvOcc ฟรี 2 ชุด**
- **ทุกสิ้นปีจะได้รับของที่ระลึก** สุด Exclusive จากทางกองฯ



ท่านสามารถติดตามข่าวสารดี ๆ
เกี่ยวกับโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม
ได้นี้ **เพจ Facebook โรควัยๆ** ง่าย ๆ ทำงาน



กิจกรรม ตอบคำถามลุ้นรับรางวัล

ท่านผู้อ่านจุลสารทุกท่าน ถึงช่วงร่วมสนุกและ
ลุ้นรับรางวัล น่ารัก ๆ ท้ายเล่มจุลสาร EnvOcc
กันแล้วนะคะ

คำถามท้าย จุลสาร ปีที่ 13 ฉบับที่ 2 คือ

**คุณมีวิธีดูแลตัวเองอย่างไร
เมื่อต้องเผชิญกับอากาศร้อน ?**

หมวด EnvOcc 5 รางวัล



เสื้อยืด EnvOcc 5 รางวัล

แก้ว Starbucks 1 รางวัล

ร่วมสนุกง่าย ๆ แค่ตอบคำถาม แล้วรอลุ้นเป็นเจ้าของ
แก้ว Starbucks ของแก๊สุดน่ารัก! 1 รางวัล และของ
รางวัลอื่น ๆ อีกมากมาย

****ร่วมสนุกได้ตั้งแต่วันนี้ถึง
วันที่ 1 พฤษภาคม 2568**

พร้อมแล้วสแกน QR Code เพื่อตอบคำถามกันเลยล่ะ!





ถ้าอยากติดตามข่าวสารเกี่ยวกับ W.S.U. EnvOCC

สามารถติดตาม
ผ่านช่องทางไหนได้บ้างนะ ?

อย่ารอช้า! รับสแกน QR Code แล้วกดติดตามทุกช่องทางเอาไว้ได้เลย !



- Env Occ Law และน้องเชฟตี้ ขอเชิญชวนทุกท่านติดตามข้อมูลข่าวสาร พ.ร.บ. ควบคุมโรคจากการประกอบอาชีพฯ อีกทั้งสาระดี ๆ ด้านการป้องกันโรคจากการประกอบอาชีพและโรคจากสิ่งแวดล้อม จากกองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข
- ผ่านช่องทางสื่อทั้ง Facebook, YouTube, TikTok และ LINE OA ของกองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม เพียงเท่านั้นก็ไม่พลาดข้อมูลข่าวสารดี ๆ แล้ว

ติดตามข่าวสาร สื่อความรู้ พ.ร.บ. ควบคุมโรคจากการประกอบอาชีพ
และโรคจากสิ่งแวดล้อม พ.ศ. 2562 ได้ทุกช่องทาง



Website



ENVOCC Law Media



Facebook



ENV Occ Law



Youtube



EnvOCC กองโรคจากการประกอบอาชีพ
และสิ่งแวดล้อม กรมควบคุมโรค



TikTok



ENV Occ Law



Line OA



ENV Occ Law

ติดตามข้อมูล ข่าวสาร
พ.ร.บ. Env Occ และสาระดี ๆ
ได้ก่อนใครแล้ววันนี้!



#EnvOccLaw รอบรู้ เข้าใจ ประยุกต์ใช้ถูกต้องกับ พ.ร.บ. ควบคุมโรคจากการประกอบอาชีพ
และโรคจากสิ่งแวดล้อม พ.ศ. 2562