

ข่าวประชาสัมพันธ์



กรมควบคุมโรค
สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา

สคร.9
นครราชสีมา
กรมควบคุมโรค DDC

สุขภาพดี
เริ่มต้นที่นี่

เตือนนักท่องเที่ยว งดดื่มเหล้าแก้หนาว อย่าฝังไฟในเต็นท์ อาจเสียชีวิตโดยไม่รู้ตัว

สภาพอากาศที่หนาวเย็นในหลายพื้นที่ ทำให้ผู้ชื่นชอบการเดินป่า หรือท่องเที่ยวตามแหล่งธรรมชาติต่าง ๆ นิยมไปกางเต็นท์นอนเพื่อสัมผัสอากาศหนาว ขอให้เตรียมเครื่องกันหนาวไปให้พร้อม เพื่อให้ความอบอุ่นแก่ร่างกายเพียงพอ ไม่ควรจุดเตาฝังไฟในเต็นท์นอน และควรหลีกเลี่ยงการดื่มสุรา เพราะมีความเชื่อว่าทำให้คลายหนาวได้ เพราะทั้งการฝังไฟในเต็นท์ และดื่มเหล้าแก้หนาว เพราะอาจทำให้เสียชีวิตได้

นายแพทย์กิตติพงศ์ สัตยชาติวิรุฬห์ ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา กล่าวถึงสภาพอากาศที่หนาวเย็นในขณะนี้ว่า ขอแนะนำให้ประชาชนดูแลสุขภาพของตนเองและคนในครอบครัวให้แข็งแรง สวมเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มกันหนาวให้เหมาะสมกับสภาพอากาศ เพื่อให้ร่างกายอบอุ่น และฝากเตือนไปยังคอสุราว่าเตือนห้ามดื่มเหล้าแก้หนาว เพราะการดื่มสุรา จะทำให้ร่างกายร้อนวูบวาบจากการที่หลอดเลือดฝอยได้ผิวหนังขยายตัวจากฤทธิ์แอลกอฮอล์ แต่ความจริงคือ ความร้อนในร่างกายได้ถูกระบายออก ทำให้อุณหภูมิร่างกายลดลง ซึ่งถ้าหากมีการดื่มมากเกินไป ประกอบกับร่างกายมีเครื่องนุ่งห่มที่ทำให้อบอุ่นไม่เพียงพอ อาจทำให้เสียชีวิตได้ และเตือนผู้ที่กางเต็นท์นอนกลางแจ้ง หรือจุดเตาฝังไฟในเต็นท์ เนื่องจากมีก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ และก๊าซคาร์บอนมอนนอกไซด์จากการเผาไหม้ เมื่อหายใจเอาก๊าซ 2 ชนิดนี้เข้าไป จะทำให้สมองขาดออกซิเจนไปเลี้ยง ทำให้เกิดการง่วงหลับโดยไม่รู้ตัวและเสียชีวิตได้

ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา กล่าวต่อไปว่า ขอให้ประชาชนป้องกันตนเองจากโรคทางเดินหายใจที่มักมากับฤดูหนาว เช่น ไม่ควรอยู่ในที่ชุมชนแออัด หากป่วยเป็นหวัดให้พักผ่อนอยู่บ้านจนกว่าจะหายดี และสวมหน้ากากอนามัยเพื่อป้องกันการแพร่เชื้อโรคไปสู่ผู้อื่น หากมีไข้สูง กินยาลดไข้แล้วไม่ดีขึ้นภายใน 2 วันให้รีบพบแพทย์

สุขภาพดี
เริ่มต้นที่นี่

สายด่วนกรมควบคุมโรค 1422



กลุ่มสื่อสารความเสี่ยง และพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

ก.ราชสีมา-โชคชัย ต.หนองบัวศาลา อ.เมือง จ.นครราชสีมา 30000

โทร.0-4421-2900 ต่อ 125 โทรสาร 0-4421-8018 <http://www.odpc9.org>



สื่อสารความเสี่ยง สคร.9 นครราชสีมา Fanpage : ก้าวกับโรคกับ สคร.9

กรมควบคุมโรค กรมคุณธรรม

“ซื่อสัตย์ • เสียสละ • รับผิดชอบ”