

ข่าวประชาสัมพันธ์



กรมควบคุมโรค
สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา

สคร.9
นครราชสีมา
กรมควบคุมโรค DDC

ลมหนาวมาแล้ว เตือนประชาชน ระวังป่วยโรคไข้หวัดใหญ่ และปอดบวม

สุขภาพดี
เริ่มต้นที่นี่

สภาพอากาศที่หนาวเย็นลงในหลายพื้นที่ อาจทำให้ประชาชนเจ็บป่วยได้ โดยเฉพาะโรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ เช่น โรคไข้หวัดใหญ่ และโรคปอดบวม กรมควบคุมโรคเตือนประชาชนดูแลสุขภาพให้แข็งแรง สวมเสื้อผ้าให้อบอุ่น และเหมาะสมกับสภาพอากาศที่เปลี่ยนแปลง โดยเฉพาะเด็กเล็ก และผู้สูงอายุที่ต้องดูแลเป็นพิเศษ หากมีไข้สูง อ่อนเพลีย ไอ มีน้ำมูก ให้รีบไปพบแพทย์

นายแพทย์กิตติพงศ์ ลัญญาทวีรุฬห์ ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา กล่าวถึงสภาพอากาศที่หนาวเย็นลงว่า ขอให้ประชาชนระมัดระวังการเจ็บป่วยเนื่องจากร่างกายปรับตัวไม่ทัน โดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยง เด็กเล็กและผู้สูงอายุ ผู้ที่มีภูมิคุ้มกันต่ำ ซึ่งเสี่ยงเจ็บป่วยได้ง่ายกว่ากลุ่มอื่น โดยเฉพาะโรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ เช่น โรคไข้หวัดใหญ่ โรคปอดบวม ที่ปนเปื้อนอยู่ในอากาศติดต่อได้ง่ายในกลุ่มคนที่อยู่รวมกันหนาแน่น ซึ่งโรคไข้หวัดใหญ่สามารถติดต่อกันได้ง่าย จากการไอหรือจามรดกัน หลังรับเชื้อจะมีการไข้สูง ตัวร้อน หนาว ปวดเมื่อยตามกล้ามเนื้อมาก อ่อนเพลีย มีน้ำมูกใส ส่วนโรคปอดบวมผู้ป่วยจะมีไข้สูง ไอมีเสมหะ น้ำมูกเปลี่ยนสี จากสีเหลืองเป็นสีเขียวขึ้น เจ็บหน้าอกเหนื่อยหอบง่าย ซึมลง หากประชาชนมีอาการป่วยที่คล้ายทั้งสองโรคนี้ ขอให้ไปพบแพทย์เพื่อวินิจฉัยและรับการรักษา โดยเฉพาะผู้สูงอายุและผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจ ปอดเรื้อรัง เบาหวาน หรือผู้ที่มีภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่อง เพราะอาจเกิดโรคแทรกซ้อน เช่น ปอดบวม หายใจลำบาก และอาจเสียชีวิตได้

ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา กล่าวต่อไปว่า ขอให้ประชาชนยึดหลัก “ปิด ล้าง เลี่ยง หยุด” ได้แก่ ปิด คือปิดปาก ปิดจมูก เมื่อไอ จาม ต้องใ้หน้ากากอนามัย ผ้า หรือ กระดาษทิชชูปิดปาก และจมูกทุกครั้ง ล้าง คือล้างมือบ่อยๆ ด้วยน้ำและสบู่เมื่อสัมผัสสิ่งของ เช่น กลอนประตู ลูกบิดราวบันได ราวบนรถโดยสาร เลี่ยง คือหลีกเลี่ยงการคลุกคลีใกล้ชิดกับผู้ป่วย หรือในสถานที่แออัด มีคนอยู่รวมกันจำนวนมาก และหยุด คือเมื่อป่วย ควรหยุดเรียน หยุดงาน หยุดกิจกรรม แม้ผู้ป่วยมีอาการไม่มากก็ควรหยุดพักรักษาตัวอยู่ที่บ้านจนกว่าจะหายเป็นปกติ

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 : ก้าวทันโรคกับ สคร.9

กรมควบคุมโรค กรมคุณธรรม

“ซื่อสัตย์ • เสียสละ • รับผิดชอบ”