

องค์การบริหารส่วนตำบลคูม  
 สำนักปลัด  
 กองคลัง  
 กองช่าง  
**ด่วนที่สุด**  
 ที่ นม ๐๐๒๓.๒๖/ว ๕๒๔  
 กองการศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม



ที่ทำการองค์การบริหารส่วนตำบลคูม  
 รับที่ 560  
 วันที่ ๑ เมย ๒๕๖๗  
 เวลา

ที่ว่าการอำเภอปักธงชัย  
 ถนนสีปศิริ นม ๓๐๑๕๐

๒๖ มีนาคม ๒๕๖๗

เรื่อง ขอความร่วมมือประชาสัมพันธ์มาตรการเฝ้าระวังและผลกระทบต่อสุขภาพจากโรคฮีทสโตรก (Heat stroke)

เรียน นายกเทศมนตรีตำบล ทุกแห่ง และนายกองค์การบริหารส่วนตำบล ทุกแห่ง

สิ่งที่ส่งมาด้วย สำเนาหนังสือจังหวัดนครราชสีมา ด่วนที่สุด ที่ นม ๐๐๒๓.๒/ว ๑๘๘๕ จำนวน ๑ ฉบับ ลงวันที่ ๒๖ มีนาคม ๒๕๖๗

ด้วยอำเภอปักธงชัยได้รับแจ้งจากจังหวัดนครราชสีมาว่า กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น ได้ทราบข่าวประกาศกรมอุตุนิยมวิทยา เรื่อง การเข้าสู่ฤดูร้อนของประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๖๗ ประกาศ ณ วันที่ ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗ ประเทศไทยได้สิ้นสุดฤดูหนาวและเข้าสู่ฤดูร้อนแล้ว เมื่อวันที่ ๒๑ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๖๗ โดยในตอนกลางวันบริเวณประเทศไทยมีอากาศร้อนเกือบทั่วไปต่อเนื่อง อุณหภูมิสูงสุดมากกว่า ๓๕ องศาเซลเซียส และคาดว่าฤดูร้อนจะสิ้นสุดลงประมาณกลางเดือน พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๗ ซึ่งผลจากการเข้าสู่ฤดูร้อน จะทำให้ประชาชนมีโอกาสป่วยเป็นโรคฮีทสโตรก (Heat stroke) ซึ่งเป็นภาวะที่ร่างกายไม่สามารถปรับตัวหรือควบคุมระดับความร้อนภายในร่างกายจากสภาพอากาศที่ร้อนจัด หากไม่ได้รับการรักษาอย่างทันท่วงทีอาจทำให้เสียชีวิตได้ เพื่อเป็นการเฝ้าระวังและป้องกันโรคฮีทสโตรก จึงให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินการประชาสัมพันธ์ ดังนี้

๑. สร้างการรับรู้ให้ประชาชนในพื้นที่ทราบว่า โรคฮีทสโตรก (Heat stroke) เป็นภาวะที่ร่างกายไม่สามารถปรับตัวหรือควบคุมระดับความร้อนภายในร่างกายจากสภาพอากาศที่ร้อนสูงกว่าปกติ โดยมีอาการสำคัญ ได้แก่ ตัวร้อน อุณหภูมิร่างกายสูง ๔๐ องศาเซลเซียส ส่งผลให้เกิดอาการหน้ามืด เพื่อกระสับกระส่าย มึนงง หายใจเร็ว หัวใจเต้นผิดจังหวะ ชักเกร็ง ซึ่อก จนถึงหมดสติ หากไม่ได้รับการรักษาอย่างทันท่วงทีอาจทำให้เสียชีวิตได้ โดยมีบุคคลกลุ่มเสี่ยง ดังนี้

- (๑) ผู้ที่ทำงานหรือทำกิจกรรมกลางแจ้งแดดร้อนจัด
  - (๒) กลุ่มเด็กอายุต่ำกว่า ๕ ขวบ และผู้สูงอายุ เนื่องจากร่างกายไม่สามารถระบายความร้อนได้ดีเท่าคนหนุ่มสาว
  - (๓) ผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง โรคความดันโลหิตสูง
  - (๔) ผู้ที่มีภาวะอ้วน
  - (๕) ผู้ที่พักผ่อนไม่เพียงพอ
  - (๖) ผู้ที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปริมาณมาก
๒. การป้องกันตนเองจากโรคฮีทสโตรก ดังนี้
- (๑) สวมใส่เสื้อผ้าสีอ่อน ระบายความร้อนได้ดี
  - (๒) ควรอยู่ในที่มีอากาศถ่ายเทสะดวก
  - (๓) ลดหรือเลี่ยงทำกิจกรรมที่ต้องออกแรงกลางแจ้งนาน ๆ

/(๔) สวมแว่น...

- (๔) สวมแว่นกันแดด กางร่ม สวมหมวกปีกกว้าง
- (๕) ควรดื่มน้ำ ๒-๓ ลิตรต่อวัน เพื่อชดเชยการเสียน้ำในร่างกายจากเหงื่อออก
- (๖) หลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทุกชนิด
- (๗) ผู้ที่ออกกำลังกาย ควรเลือกออกกำลังกายในช่วงเช้าหรือช่วงเย็น เนื่องจากเป็นช่วงที่อากาศไม่ร้อนมาก และเป็นเวลาที่เหมาะสม

๓. การปฐมพยาบาลเบื้องต้น หากพบผู้ที่มีอาการเป็นโรคฮีทสโตรก (Heat stroke)

- (๑) นำคนป่วยเข้าที่ร่ม ให้อากาศถ่ายเทได้สะดวก ไม่โดนแสงแดด เพื่อลดอุณหภูมิในร่างกายลง
- (๒) ถอดเสื้อผ้าที่ไม่จำเป็นออก เช่น เสื้อคลุม หรือ ถุงเท้า
- (๓) ให้นอนราบ ยกเท้าสูงสองข้าง เพื่อเพิ่มการไหลเวียนของเลือด
- (๔) ให้ดื่มเกลือแร่ หรือ เครื่องดื่มที่มีความชุ่มชื้นต่อร่างกาย
- (๕) เช็ดตัว ประคบเย็นตามซอกคอ ตัว รักแร้ ขาหนีบ หน้าผาก หรือเป่าลมเย็นเพื่อให้ร่างกายสามารถระบายความร้อนได้

(๖) โทรแจ้งสายด่วน ๑๖๖๙ หรือ นำส่งโรงพยาบาลทันที

สามารถดาวน์โหลดเอกสารได้ที่ เว็บไซต์ <https://me-qr.com/kaakLRs> หรือ QR Code ที่ส่งมาด้วย และสามารถสืบค้นรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ [www.koratlada.go.th](http://www.koratlada.go.th)

จึงเรียนมาเพื่อทราบและพิจารณาดำเนินการต่อไป

วันที่ ๑๖ ก.ค. ๖๗  
- ๑๗/๗/๖๗  
ส.อ. สุภกิต งามสร้อยน้อย  
นางกมลทิพย์ งามสร้อยน้อย  
นางกมลทิพย์ งามสร้อยน้อย

ขอแสดงความนับถือ

(นายสุรศักดิ์ ชันดี)  
ปลัดอำเภอ (เจ้าพนักงานปกครองชำนาญการพิเศษ) วิชาการฯ กรม  
นายอำเภอปักธงชัย

ส.อ. สุภกิต งามสร้อยน้อย  
เจ้าพนักงานธุรการ

ขอแสดงความนับถือ

นางกมลทิพย์ งามสร้อยน้อย  
หัวหน้าสำนักงานปลัด



สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นอำเภอ  
โทร. / โทรสาร ๐ ๔๔๔๔ ๑๖๔๒

สืบลอก

(พิทักษ์ เมธานวงศ์)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลชุม

(นายเชาว์ ไม้สูงเนิน)  
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลชุม