****

 **กรมการแพทย์เตือน ฮีทสโตรก!! ภัยในหน้าร้อน**

**กรมการแพทย์ โดยสถาบันประสาทวิทยา** เตือนประชาชนให้ระวังฮีทสโตรกหรือโรคลมแดด เนื่องจากสภาพอากาศประเทศไทยในช่วงนี้ ต้องเผชิญกับอากาศที่ร้อนจัดและอุณหภูมิที่มีแนวโน้มสูงขึ้นเรื่อย ๆ ซึ่งจะทำให้ประชาชน มีความเสี่ยงในการเจ็บป่วยเพิ่มมากขึ้น

 **นายแพทย์วีรวุฒิ อิ่มสำราญ รองอธิบดีกรมการแพทย์ เปิดเผยว่า** ฮีทสโตรก หรือ โรคลมแดด เป็นภาวะที่ร่างกายไม่สามารถปรับตัวหรือควบคุมระดับความร้อนภายในร่างกายได้ ทำให้อุณหภูมิในร่างกายสูงขึ้นเรื่อย ๆ เมื่ออุณหภูมิของร่างกายสูงขึ้นจากการเผชิญกับสภาพอากาศที่มีความร้อนสูง เช่น การออกกำลังกายหรือทำกิจกรรมท่ามกลางอากาศร้อนจัดเป็นเวลานาน ซึ่งพบว่ามีอุบัติการณ์เพิ่มมากขึ้นในฤดูร้อน อาการจะเริ่มจากอุณหภูมิร่างกายค่อย ๆ สูงขึ้น เมื่อเกิน 40 องศาเซลเซียส ร่างกายจะไม่สามารถควบคุมได้ ทำให้รู้สึกผิดปกติ หน้ามืด ปวดศีรษะ กระสับกระส่าย ซึม สับสน ร่วมกับมีอาการคลื่นไส้อาเจียน หัวใจเต้นเร็ว หายใจหอบ ตัวแดง หากปล่อยทิ้งไว้ให้มีอาการอาจส่งผลกระทบ ที่รุนแรงอาจทำให้เสียชีวิตได้ ทั้งนี้เมื่อพบผู้ที่มีอาการจากโรคลมแดด ควรรีบนำส่งโรงพยาบาลโดยเร็ว

**นายแพทย์ธนินทร์ เวชชาภินันท์ ผู้อำนวยการสถาบันประสาทวิทยา กล่าวเพิ่มเติมว่า** กลุ่มเสี่ยงของโรคลมแดดได้แก่ ผู้สูงอายุ เด็กเล็ก ผู้ที่มีโรคประจำตัวที่ยังไม่สามารถควบคุมได้ รวมถึงประชาชนทั่วไป สำหรับการป้องกันสามารถ ทำได้โดยหลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมในสภาพอากาศที่ร้อนจัดหรือกลางแจ้งเป็นเวลานาน ๆ หากสามารถเลี่ยงได้ ควรเลือกเวลาที่ต้องการทำกิจกรรมในช่วงเช้ามืด หรือระหว่างพระอาทิตย์ตกดิน ผู้ที่ชอบออกกำลังกายหรือทำกิจกรรมกลางแจ้งหรืออยู่ในสภาพแวดล้อมที่อุณหภูมิร้อนจัด ควรดื่มน้ำให้มากเพียงพอ หลีกเลี่ยงเครื่องดื่มที่ทำให้เกิดภาวะร่างกายขาดน้ำ เช่น เครื่องดื่มที่ผสมคาเฟอีน กาแฟ เหล้า เบียร์ หากไม่สามารถชดเชยน้ำได้มากพอจะเพิ่มความเสี่ยงของการเป็นโรคลมแดดได้ หากจำเป็นต้องออกไปกลางแจ้งควรมีอุปกรณ์ป้องกันแสงแดด เช่น เสื้อผ้าที่ระบายอากาศได้ดี หมวก ร่ม อุปกรณ์ ที่ควรพกติดตัวเมื่อต้องเผชิญกับสภาพอากาศร้อนจัด นอกจากนี้การอยู่ในรถที่ติดเครื่องยนต์กลางแจ้ง ยังเพิ่มความเสี่ยงของการได้รับก๊าซคาร์บอนมอนอกไซด์ ซึ่งมีผลต่อระบบประสาทจึงควรหลีกเลี่ยงเช่นกัน

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

#กรมการแพทย์ #สถาบันประสาทวิทยา #โรคฮีทสโตรก (Heat Stroke)

 -ขอขอบคุณ-

 29 มีนาคม 2566