****

**แพทย์เตือนอากาศร้อนอันตราย ระวังป่วยโรคลมแดดหรือฮีทสโตรก**

สถาบันประสาทวิทยา กรมการแพทย์ เตือนประชาชนให้ระวังโรคลมแดด เนื่องจากปัจจุบันประเทศไทย
ต้องเผชิญกับอากาศที่ร้อนจัดและอุณหภูมิโลกมีแนวโน้มสูงขึ้นเรื่อยๆ ซึ่งจะทำให้ประชาชนมีความเสี่ยง
ในการเจ็บป่วย

**นายแพทย์สมศักดิ์ อรรฆศิลป์ อธิบดีกรมการแพทย์** เปิดเผยว่า โรคลมแดด หรือ Heat Stroke เป็นความผิดปกติของร่างกายที่สามารถเกิดขึ้นได้ เมื่ออุณหภูมิของร่างกายสูงขึ้นจากการเผชิญกับสภาพอากาศที่มีความร้อนสูง
เช่น การออกกำลังกายหรือทำกิจกรรมท่ามกลางอากาศร้อนจัดเป็นเวลานาน ซึ่งพบว่ามีอุบัติการณ์เพิ่มมากขึ้นในฤดูร้อน อาการจะเริ่มจากอุณหภูมิร่างกายค่อยๆ สูงขึ้น เมื่อเกิน 40 องศาเซลเซียส ร่างกายจะไม่สามารถควบคุมได้ ทำให้รู้สึกผิดปกติ กระสับกระส่าย ซึม สับสน ร่วมกับมีอาการคลื่นไส้อาเจียน หัวใจเต้นเร็ว หายใจหอบ ตัวแดง ซึ่งหากไม่ได้รับการรักษาผู้ป่วยอาจเสียชีวิตได้ ทั้งนี้เมื่อพบผู้ที่มีอาการจากโรคลมแดด ควรรีบนำส่งโรงพยาบาลที่ใกล้ที่สุดโดยเร็ว

**แพทย์หญิงไพรัตน์ แสงดิษฐ ผู้อำนวยการสถาบันประสาทวิทยา** กล่าวเพิ่มเติมว่า กลุ่มเสี่ยงของโรคลมแดดได้แก่ ผู้สูงอายุ เด็ก ผู้ที่มีโรคประจำตัวที่ยังไม่สามารถควบคุมได้ รวมถึงประชาชนทั่วและผู้ป่วยระยะพักฟื้น สำหรับการป้องกัน สามารถทำได้โดยหลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมในสภาพอากาศที่ร้อนจัดหรือกลางแจ้งเป็นเวลานาน หากสามารถเลี่ยงได้ ควรเลือกเวลาที่ต้องการทำกิจกรรมในช่วงเช้ามืด หรือระหว่างพระอาทิตย์ตกดิน ผู้ที่ออกกำลังกายหรือทำกิจกรรมกลางแจ้งหรือในสภาพที่อุณหภูมิร้อนจัด ควรดื่มน้ำให้มากเพียงพอ หลีกเลี่ยงเครื่องดื่มที่เพิ่มความเสี่ยงของการขาดน้ำ เช่น เครื่องดื่มที่ผสมคาเฟอีน กาแฟ เหล้า เบียร์ เพราะเครื่องดื่มเหล่านี้จะทำให้เสียน้ำทางปัสสาวะในปริมาณสูง หากไม่สามารถชดเชยน้ำได้มากพอ จะเพิ่มความเสี่ยงของการเป็นลมแดด อย่างไรก็ตามอุปกรณ์ป้องกันแสงแดด เช่น หมวก ร่ม เสื้อผ้าบางคลุมร่างกายที่มีคุณสมบัติระบายอากาศได้ดี ถือเป็นหนึ่งอุปกรณ์ที่ควรพกติดตัวเมื่อต้องเผชิญกับสภาพอากาศร้อนจัด นอกจากนี้การอยู่ในรถที่ติดเครื่องยนต์กลางแจ้งระหว่างรอทำกิจกรรมบางอย่าง นอกจากต้องพบกับอากาศร้อนแล้ว ยังเพิ่มความเสี่ยงของการได้รับก๊าซคาร์บอนมอนอกไซด์ซึ่งเป็นก๊าซพิษที่มีผลต่อระบบประสาท จึงควรหลีกเลี่ยงเช่นกัน

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

**#กรมการแพทย์ #สถาบันประสาทวิทยา #โรคลมแดด**

 - ขอขอบคุณ-

 22 เมษายน 2562