



900 ปี  
การสาธารณสุขไทย

# ข่าวเด่น สร.

วันพุธที่ 7 มีนาคม 2561

M

Mastery

เป็นนายตนเอง

O

Originality

เร่งสร้างสิ่งใหม่

P

People Centered

ใส่ใจประชาชน

H

Humility

ถ่อมตน อ่อนน้อม

## โรคอีกส์โทรก



สร. เพย กรณีกรมอุตุนิยมวิทยา คาดการณ์ว่า ตั้งแต่เดือน มี.ค. 61 ประเทศไทยจะเข้าสู่ฤดูร้อน อุณหภูมิอาจสูง 40-42 องศาเซลเซียส ประชาชนเสี่ยงเจ็บป่วยทั้งโรคลมแดด ลมร้อน หรือ อีกส์โทรก ผู้ป่วยอ่อนเพลีย เบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน ปวดศีรษะ ความดันโลหิตต่ำ และอาการเพิ่มเติม เช่น ภาวะขาดเหงื่อ ชัก ไม่รู้สึกตัว หายใจเร็ว หัวใจเต้นผิดปกติ หงุดหงิด และอาจเสียชีวิตได้ กำชับให้ জনก.สาธารณสุข และ อสม. สื่อสารความรู้ คำแนะนำการป้องกันโรคที่มาจากอากาศร้อน โดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยง

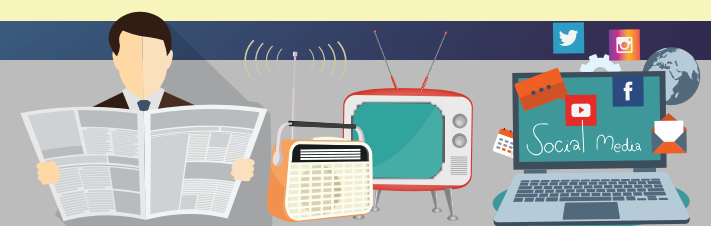


## การตรวจสอบการนำเข้าอาหาร

อย. ระบุการนำเข้าปลาจากจังหวัดฟุกุชิมะประเทศญี่ปุ่น เป็นไปตามประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง มาตรฐานอาหารที่ปนเปื้อนสารกัมมันตรังสีซึ่งมี 2 มาตรการ 1.กำหนดปริมาณการปนเปื้อน ไอโอดีน - 131 ไม่เกิน 100 เบคเคอเรลต่อกก./ลิตร, ซีเซียม - 134 และ ซีเซียม - 137 รวมกันไม่เกิน 500 เบคเคอเรลต่อกก./ลิตร 2.กำหนดให้ชนิดอาหารและพื้นที่เสี่ยงในการนำเข้าจะต้องมีหลักฐานระบุประเภท ปริมาณอาหารจากประเทศต้นทางแสดงที่ด่านนำเข้าทุกครั้ง การนำเข้าปลาจากทุกประเทศ เจ้าหน้าที่ด่านประมง มีการตรวจสอบอย่างเข้มงวด รวมทั้ง อย. ยิงฟ้าระวังไม่ให้มีผลิตภัณฑ์ที่ไม่ปลอดภัยต่อผู้บริโภคในประเทศ อย่างเข้มงวด หากพบการปนเปื้อนที่เป็นอันตรายจะสั่งเรียกคืนหรือระงับการนำเข้าทันที



## โรคข้อเข่าในนักกีฬา



กรมการแพทย์ เผยโรคข้อเข่าในนักกระโดดพบบ่อยในกลุ่มนักกีฬา เกิดจากการกระชากของเส้นเอ็น ใต้กระดูกสะบ้าจากการหดตัวของกล้ามเนื้อต้นขาอย่างรวดเร็วและรุนแรง ทำให้เส้นเอ็นฉีกขาด ในระยะแรก อาจเจ็บปวดเฉพาะเวลาเดินหรือวิ่ง หากยังทำกิจกรรมเดิมๆ จะเกิดการฉีกขาดและเจ็บปวดมากขึ้น แนะนำให้ ประคบน้ำแข็ง 5-10 นาที แล้วพักในท่าเหยียดเข่าตรง พิน้ำยาเพื่อประคองข้อเข่าและลดการใช้งานของเส้นเอ็น ควรพักทำกิจกรรมที่กระตุ้นให้เกิดอาการ หลีกเลี่ยงการวิ่งที่ต้องกระโดด พื้นที่แข็ง เพื่อลดแรงกระแทก กระดูกข้อเข่า บริหารกล้ามเนื้อต้นขาให้แข็งแรงอยู่เสมอแต่หากไม่ดีขึ้นควรพบแพทย์

อ่านข่าวเพิ่มเติมได้ที่ <http://pr.moph.go.th/iprg/> เลือกหัวข้อ “สรุปข่าวประจำวัน”



fanmoph



pr\_moph



healthmoph



moph channel

สำนักสารนิเทศ  
สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข