



900ปี  
การสาธารณสุขไทย

# ข่าวเด่น สร.

วันศุกร์ที่ 26 มกราคม 2561

M

Mastery

เป็นนายตนเอง

O

Originality

เร่งสร้างสิ่งใหม่

P

People Centered

ใส่ใจประชาชน

H

Humility

ถ่อมตน อ่อนน้อม

## การดูแลสุขภาพช่วงอากาศแปรปรวน



โบเชก สร. ระบุสภาพอากาศแปรปรวน อาจทำให้ร่างกายปรับตัวไม่ทัน เกิดเจ็บป่วยง่ายขึ้น โดยเฉพาะกลุ่มที่มีภูมิคุ้มกันต่ำลง ผู้สูงอายุ เด็กเล็ก และผู้มีโรคเรื้อรังประจำตัว ขอให้ดูแลสุขภาพเพื่อป้องกันโรคที่พบบ่อย เช่น ปอดบวม ไข้หวัด ไข้หวัดใหญ่ เป็นต้น โดยรักษาความอบอุ่นของร่างกาย รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ออกกำลังกายอย่างเหมาะสม



## ผลกระทบหมอกควัน กทม.

กรมควบคุมโรค ระบุ หมอกควันที่พบในกทม. เกิดจากการเผาไหม้และมีขนาดเล็ก 2.5 ไมครอน สามารถเข้าไปถึงส่วนที่ลึกที่สุดของปอด กลุ่มเสี่ยงที่น่าเป็นห่วงในสภาพอากาศลักษณะนี้ คือ ผู้ป่วยโรคระบบทางเดินหายใจ โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคเยื่อตาอักเสบ และโรคผิวหนัง รวมถึง ผู้สูงอายุ หญิงตั้งครรภ์ เด็กเล็กและผู้ที่มีโรคประจำตัว ซึ่งเป็นอาจเกิดอาการกำเริบได้ง่ายจากการสูดดมฝุ่นขนาดเล็ก หากอยู่ในพื้นที่สีส้ม ควรสวมหน้ากากอนามัยแบบ N 95 หลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมกลางแจ้ง แนะนำการป้องกันสุขภาพ ดังนี้ 1.ไม่จำเป็นอย่าออกนอกบ้าน โดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยง 2.ปิดประตูหน้าต่างป้องกันฝุ่นเข้า หากปิดไม่ได้ใช้ผ้าชุบน้ำทำเป็นม่านปิดแทน 3.หากจำเป็นต้องออกนอกอาคารให้ใช้ผ้าชุบน้ำบิดหมาดๆ ปิดจมูกและปาก ถ้าฝุ่นหนาแน่นให้ใช้หน้ากากกรองฝุ่นหรือใช้ผ้าเปียกปิดจมูก 4.หลีกเลี่ยงการออกกำลังกาย และการทำงานที่ออกแรงมาก เพราะจะทำให้หายใจรับฝุ่นละอองเข้าไปมาก 5.ดื่มน้ำมากๆ และไม่สูบบุหรี่ 6.กลุ่มเสี่ยงต้องดูแลสุขภาพเป็นพิเศษ 7.ไม่เผาขยะ โดยเฉพาะขยะที่เป็นสารพิษ เช่น พลาสติก ยางรถยนต์ 8.ลดการใช้รถยนต์ เพื่อไม่ให้คุณภาพอากาศแย่ลง



## คุมเข้มคลินิกลักลอบทำแท้ง

กรม สบส. สั่งการให้เจ้าหน้าที่สำนักงานพยาบาลและการประกอบโรคศิลปะ ประสาน สสจ.ทั่วประเทศ คุมเข้มสถานพยาบาลเอกชนในพื้นที่ ไม่ให้มีการลักลอบทำแท้งเด็ดขาด โดยเฉพาะคลินิกที่ต้องพิจารณาเป็นพิเศษ 4 ประเภท ได้แก่ คลินิกเวชกรรม คลินิกเวชกรรมเฉพาะทาง คลินิกการพยาบาลและผดุงครรภ์ และคลินิกการผดุงครรภ์ชั้น 2 หากพบแหล่งใดลักลอบให้บริการทำแท้ง จะมีความผิดตาม พ.ร.บ.สถานพยาบาล พ.ศ.2541 มีโทษทั้งจำ ทั้งปรับ ส่วนแพทย์ผู้ให้บริการจะส่งเรื่องให้สภาวิชาชีพดำเนินการด้านจริยธรรมต่อไป



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



สำนักสารนิเทศ  
สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข