****

**รพ.เมตาฯ แนะเล่นสงกรานต์อย่างไรให้ปลอดภัยดวงตา**

กรมการแพทย์โดยจักษุแพทย์ รพ.เมตตาฯ แนะนำ เล่นน้ำสงกรานต์อย่างปลอดภัยไม่ควรเล่นน้ำรุนแรง หรือนำน้ำใส่ถุงพลาสติกและนำมาขว้างปากัน เพราะอาจเกิดอุบัติเหตุตามมาได้ ควรใช้น้ำสะอาด เช่น น้ำประปา หลีกเลี่ยงการเล่นน้ำจากแหล่งน้ำที่ไม่สะอาดอาจมีเชื้อโรคปนเปื้อน เช่น น้ำคลอง หากน้ำไม่สะอาดเข้าตาควรล้างตาด้วยน้ำสะอาดให้มากที่สุดเพื่อล้างสิ่งสกปรกและลดเชื้อแบคทีเรีย เชื้อรา ไวรัส อะมีบา ที่ปนมากับน้ำที่อาจเป็นสาเหตุทำให้กระจกตาอักเสบได้ และปรึกษาจักษุแพทย์

**นายแพทย์ไพโรจน์ สุรัตนวนิช รองอธิบดีกรมการแพทย์** เปิดเผยว่า ประเพณีวันสงกรานต์นั้นมี**ความสำคัญ** เป็นช่วงเวลาที่ประชาชนส่วนมากนิยมเดินทางกลับภูมิลำเนาเพื่อพบปะกับสมาชิกในครอบครัว ถือเป็นโอกาสดีในการสานสัมพันธ์และใช้เวลาร่วมกันระหว่างบุคคลในครอบครัว รวมถึงกิจกรรมวันสงกรานต์ ยังมี**ความสำคัญต่อชุมชนและสังคมโดยรวม** เพราะเป็นโอกาสดีให้ผู้คนได้พบปะในงานรื่นเริง ทำบุญทำทาน บำเพ็ญสาธารณประโยชน์ รวมถึงช่วยกันสืบสานและอนุรักษ์วัฒนธรรมอันดีงามของไทยซึ่งมีข้อปฏิบัติที่สำคัญในการเล่นน้ำคือควรเป็นไปด้วยความสุภาพ หลีกเลี่ยงการผสมแป้งหรือสีเพราะจะทำให้ยากต่อการทำความสะอาด ควรคำนึงถึงความเหมาะสมและมารยาท ไม่ควรประแป้งผู้อื่นโดยไม่ได้รับอนุญาต

**นายแพทย์อาคม ชัยวีระวัฒนะ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเมตตาประชารักษ์ (วัดไร่ขิง)** กล่าวว่าการเล่นน้ำสงกรานต์ตามประเพณี เป็นการเล่นเพื่อความสนุกสนานไม่ควรเล่นรุนแรง ไม่ใช้น้ำไม่สะอาดมาเล่น สาดกัน ควรระมัดรวังการสำลักน้ำทั้งทางปากและจมูก ผู้ที่เปียกน้ำเป็นเวลานาน ๆ ควรห่วงใยสุขภาพของตนเอง และเส่นสงกรานต์อย่างมีวัฒนธรรมเพื่อความปลอดภันของทุกคนแม้ว่าในปัจจุบัน หลายประเทศทั่วโลก รวมถึงประเทศไทย จะถือเอาวันที่ 1 มกราคมเป็นวันขึ้นปีใหม่ตามประเพณีสากล แต่การฉลองวันสงกรานต์ ก็ยังถือเป็นธรรมเนียมปฏิบัติที่ได้รับความนิยมอย่างต่อเนื่องมาถึงปัจจุบัน

**แพทย์หญิงวงศ์ศิริ ทวีบรรจงสิน หัวหน้าศูนย์ส่งต่อทางจักษุวิทยา กล่าวเสริมว่า** การเล่นน้ำสงกรานต์เป็นประเพณีการรดน้ำขอพรผู้ใหญ่ ซึ่งถือเป็นการแสดงความเคารพและความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ สะท้อนถึงค่านิยมและวัฒนธรรมอันดีงามของไทยที่ปฏิบัติสืบเนื่องมาตั้งแต่ในอดีต แต่ในปัจจุบันการเล่นน้ำเปลี่ยนแปลงรูปแบบไปมากอาจทำให้เกิดความไม่ปลอดภัยได้ ฉะนั้นควรคำนึงถึงความปลอดภัย ควรใช้น้ำที่สะอาด หากใช้น้ำตามแม่น้ำ ลำคลองต้องดูค่อนข้างใส สะอาด และไหลเวียนดี หากใช้น้ำที่สกปรก เช่น น้ำคลำ น้ำตามคู หรือน้ำขังที่ไม่สะอาดไม่ควรนำมาเล่นกันเพราะน้ำที่ไม่สะอาดจะพบเชื้อโรคหลายชนิดทั้งแคทีเรีย เชื้อรา ไวรัส รวมทั้งปรสิตต่างๆ หากน้ำที่มีเชื้อโรคเข้าสู่ร่างกาย เช่น **ทางตา** ถ้าน้ำไม่สะอาดเข้าตาควรล้างตาด้วยน้ำสะอาด เพื่อล้างสิ่งสกปรกและเชื้อแบคทีเรีย เชื้อรา ไวรัส อะมีบา ที่ปนมากับน้ำที่อาจทำให้กระจกตาอักเสบได้หากเกิดอาการผิดปกติ เช่น ระคายเคืองตา แสบตา มีขี้ตามาก ควรพบจักษุแพทย์เพื่อทำการรักษา และหากน้ำสกปรกเข้า**ทางบาดแผล**อาจทำให้ผิวหนังอักเสบ เป็นหนอง เป็นแผลเรื้อรัง **และหากเข้าทางจมูกหรือการสำลัก** อาจทำให้เกิดโรคเยื่อบุสมองอักเสบได้ และถ้าเข้า**ทางปาก** เชื้อโรคจะเข้าไปอาศัยอยู่ในลำไส้ ทำให้เกิดท้องเสีย โรคอุจาระร่วง ถ่ายเป็นมูกปนเลือด เป็นต้น ดังนั้นควรเล่นน้ำสงกรานต์ให้ปลอดภัย ควรใช้น้ำสะอาด เช่นน้ำประปา หลีกเลี่ยงการเล่นน้ำจากแหล่งน้ำที่อาจมีเชื้อโรคปนเปื้อน เช่นน้ำคลอง เพื่อความปลอดภัยของดวงตาจากเชื้อโรคร้ายข้อปฏิบัติที่สำคัญคือการเล่นน้ำควรเป็นไปด้วยความสุภาพ ไม่ควรเล่นน้ำรุนแรง หรือนำน้ำใส่ถุงพลาสติกและขว้างปากัน เพราะอาจเกิดอุบัติเหตุตามมาได้หลีกเลี่ยงการผสมแป้งหรือสีเพราะจะทำให้ยากต่อการทำความสะอาด ควรคำนึงถึงความเหมาะสมและมารยาท ไม่ควรประแป้งผู้อื่นโดยไม่ได้รับอนุญาต

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

#รพ.เมตตาฯ (วัดไร่ขิง) #เล่นน้ำสงกรานต์ #ระคายเคืองตา แสบตา ตาอักเสบ #ความปลอดภัย

-ขอขอบคุณ-

9 เมษายน 2567