

ที่ ยธ ๐๗๐๕.๓/ศ๔๖๔

กรมราชทัณฑ์
๒๒๒ ถนนนนทบุรี ๑
อำเภอเมืองนนทบุรี
จังหวัดนนทบุรี ๑๑๐๐๐

๗ เมษายน ๒๕๖๕

เรื่อง แจ้งแนวทางการเฝ้าระวังและป้องกันโรคที่เกิดในฤดูร้อน

เรียน ผู้ว่าราชการจังหวัด ๖๐ แห่ง

สิ่งที่ส่งมาด้วย ความรู้เรื่องโรคและภัยสุขภาพที่ต้องเฝ้าระวังป้องกันในฤดูร้อน จำนวน ๔ ฉบับ

เนื่องด้วยขณะนี้เป็นฤดูร้อน สภาพอากาศโดยทั่วไปร้อนและแห้งแล้ง ในหลายพื้นที่มีฝนตกเป็นบางช่วง ซึ่งสภาพอากาศดังกล่าวเหมาะแก่การเจริญเติบโตและแพร่ระบาดของเชื้อโรคได้หลายชนิด โดยเฉพาะอาจเกิดการระบาดของโรคติดต่อต่าง ๆ ที่พบบ่อย คือ โรคติดต่อทางอาหารและน้ำ เช่น โรคอุจจาระร่วง โรคอาหารเป็นพิษ ซึ่งเกิดจากการกินอาหารหรือดื่มน้ำที่มีเชื้อปนเปื้อน เช่น อาหารที่ปรุงสุก ๆ ดิบ ๆ อาหารที่มีแมลงวันตอม หรืออาหารที่ทำไว้ล่วงหน้าเป็นเวลานาน นอกจากนี้ยังอาจพบโรคและภัยสุขภาพอื่นที่ต้องเฝ้าระวังป้องกันในฤดูร้อน ที่พบบ่อย คือ โรคลมแดด โรคผิวหนังที่ควรระวังในฤดูร้อน และโรคเยื่อตาอักเสบ เป็นต้น

ในการนี้ เพื่อเฝ้าระวังป้องกันโรคและภัยสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นและแพร่ระบาดได้ในเรือนจำ กรมราชทัณฑ์ ขอให้เรือนจำทุกแห่ง ดำเนินการคัดกรองผู้ต้องขังที่มีอาการสงสัยป่วยอุจจาระร่วง ตาแดง หากพบผู้ต้องขังมีอาการป่วยดังกล่าวให้รีบให้การรักษาโดยเร็ว แยกผู้ต้องขังป่วยออกจากผู้ต้องขังรายอื่น เฝ้าระวังป้องกัน ควบคุมการแพร่ระบาดของโรค ประชาสัมพันธ์ เรื่อง การดูแลสุขภาพให้แข็งแรงและการให้ความรู้เรื่องโรคและภัยสุขภาพที่ต้องเฝ้าระวังป้องกันในฤดูร้อน โดยเฉพาะผู้สูงอายุและผู้ที่มีโรคประจำตัว รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ และแจ้งเรือนจำถือปฏิบัติโดยเคร่งครัดต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(นายสิทธิ สุธีวงศ์)
รองอธิบดี ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมราชทัณฑ์

กองบริการทางการแพทย์
โทรศัพท์ ๐ ๒๙๖๗ ๓๓๕๓

ผู้ว่าราชการจังหวัด ๖๐ แห่ง

๑. ผู้ว่าราชการจังหวัดกระบี่ / เรือนจำจังหวัดกระบี่
๒. ผู้ว่าราชการจังหวัดกาญจนบุรี / เรือนจำจังหวัดกาญจนบุรี / เรือนจำอำเภอทองผาภูมิ
๓. ผู้ว่าราชการจังหวัดกาฬสินธุ์ / เรือนจำจังหวัดกาฬสินธุ์
๔. ผู้ว่าราชการจังหวัดขอนแก่น / เรือนจำอำเภอพล
๕. ผู้ว่าราชการจังหวัดจันทบุรี / เรือนจำจังหวัดจันทบุรี
๖. ผู้ว่าราชการจังหวัดชัยนาท / เรือนจำจังหวัดชัยนาท
๗. ผู้ว่าราชการจังหวัดชัยภูมิ / เรือนจำจังหวัดชัยภูมิ
๘. ผู้ว่าราชการจังหวัดชุมพร / เรือนจำจังหวัดชุมพร / เรือนจำอำเภอหลังสวน
๙. ผู้ว่าราชการจังหวัดเชียงราย / เรือนจำอำเภอเทิง
๑๐. ผู้ว่าราชการจังหวัดเชียงใหม่ / เรือนจำอำเภอฝาง
๑๑. ผู้ว่าราชการจังหวัดตรัง / เรือนจำจังหวัดตรัง
๑๒. ผู้ว่าราชการจังหวัดตราด / เรือนจำจังหวัดตราด
๑๓. ผู้ว่าราชการจังหวัดตาก / เรือนจำอำเภอแม่สอด
๑๔. ผู้ว่าราชการจังหวัดนครนายก / เรือนจำจังหวัดนครนายก
๑๕. ผู้ว่าราชการจังหวัดนครราชสีมา / เรือนจำอำเภอบัวใหญ่ / เรือนจำอำเภอสีคิ้ว
๑๖. ผู้ว่าราชการจังหวัดนครศรีธรรมราช / เรือนจำอำเภอทุ่งสง / เรือนจำอำเภอปากพนัง
๑๗. ผู้ว่าราชการจังหวัดนนทบุรี / เรือนจำจังหวัดนนทบุรี
๑๘. ผู้ว่าราชการจังหวัดนราธิวาส / เรือนจำจังหวัดนราธิวาส
๑๙. ผู้ว่าราชการจังหวัดน่าน / เรือนจำจังหวัดน่าน
๒๐. ผู้ว่าราชการจังหวัดบึงกาฬ / เรือนจำจังหวัดบึงกาฬ
๒๑. ผู้ว่าราชการจังหวัดบุรีรัมย์ / เรือนจำจังหวัดบุรีรัมย์ / เรือนจำอำเภอนางรอง
๒๒. ผู้ว่าราชการจังหวัดปทุมธานี / เรือนจำจังหวัดปทุมธานี / เรือนจำอำเภอธัญบุรี
๒๓. ผู้ว่าราชการจังหวัดประจวบคีรีขันธ์ / เรือนจำจังหวัดประจวบคีรีขันธ์
๒๔. ผู้ว่าราชการจังหวัดปราจีนบุรี / เรือนจำจังหวัดปราจีนบุรี / เรือนจำอำเภอกบินทร์บุรี
๒๕. ผู้ว่าราชการจังหวัดพะเยา / เรือนจำจังหวัดพะเยา
๒๖. ผู้ว่าราชการจังหวัดพังงา / เรือนจำจังหวัดพังงา / เรือนจำอำเภอตะกั่วป่า
๒๗. ผู้ว่าราชการจังหวัดพระนครศรีอยุธยา / เรือนจำจังหวัดพระนครศรีอยุธยา
๒๘. ผู้ว่าราชการจังหวัดพิจิตร / เรือนจำจังหวัดพิจิตร
๒๙. ผู้ว่าราชการจังหวัดพิษณุโลก / เรือนจำจังหวัดพิษณุโลก
๓๐. ผู้ว่าราชการจังหวัดเพชรบูรณ์ / เรือนจำจังหวัดเพชรบูรณ์ / เรือนจำอำเภอหล่มสัก
๓๑. ผู้ว่าราชการจังหวัดแพร่ / เรือนจำจังหวัดแพร่
๓๒. ผู้ว่าราชการจังหวัดภูเก็ต / เรือนจำจังหวัดภูเก็ต
๓๓. ผู้ว่าราชการจังหวัดมหาสารคาม / เรือนจำจังหวัดมหาสารคาม
๓๔. ผู้ว่าราชการจังหวัดมุกดาหาร / เรือนจำจังหวัดมุกดาหาร
๓๕. ผู้ว่าราชการจังหวัดแม่ฮ่องสอน / เรือนจำจังหวัดแม่ฮ่องสอน / เรือนจำอำเภอแม่สะเรียง

ผู้ว่าราชการจังหวัด ๖๐ แห่ง (ต่อ)

๓๖. ผู้ว่าราชการจังหวัดยะลา / เรือนจำอำเภอเบตง
๓๗. ผู้ว่าราชการจังหวัดยโสธร / เรือนจำจังหวัดยโสธร
๓๘. ผู้ว่าราชการจังหวัดระนอง / เรือนจำจังหวัดระนอง
๓๙. ผู้ว่าราชการจังหวัดร้อยเอ็ด / เรือนจำจังหวัดร้อยเอ็ด
๔๐. ผู้ว่าราชการจังหวัดลพบุรี / เรือนจำอำเภอชัยบาดาล
๔๑. ผู้ว่าราชการจังหวัดลำพูน / เรือนจำจังหวัดลำพูน
๔๒. ผู้ว่าราชการจังหวัดเลย / เรือนจำจังหวัดเลย
๔๓. ผู้ว่าราชการจังหวัดศรีสะเกษ / เรือนจำจังหวัดศรีสะเกษ / เรือนจำอำเภอกันทรลักษณ์
๔๔. ผู้ว่าราชการจังหวัดสกลนคร / เรือนจำจังหวัดสกลนคร / เรือนจำอำเภอสว่างแดนดิน
๔๕. ผู้ว่าราชการจังหวัดสงขลา / เรือนจำจังหวัดสงขลา / เรือนจำอำเภอนาทวี
๔๖. ผู้ว่าราชการจังหวัดสตูล / เรือนจำจังหวัดสตูล
๔๗. ผู้ว่าราชการจังหวัดสมุทรสาคร / เรือนจำจังหวัดสมุทรสาคร
๔๘. ผู้ว่าราชการจังหวัดสระแก้ว / เรือนจำจังหวัดสระแก้ว
๔๙. ผู้ว่าราชการจังหวัดสระบุรี / เรือนจำจังหวัดสระบุรี
๕๐. ผู้ว่าราชการจังหวัดสิงห์บุรี / เรือนจำจังหวัดสิงห์บุรี
๕๑. ผู้ว่าราชการจังหวัดสุโขทัย / เรือนจำจังหวัดสุโขทัย / เรือนจำอำเภอสวรรคโลก
๕๒. ผู้ว่าราชการจังหวัดสุพรรณบุรี / เรือนจำจังหวัดสุพรรณบุรี
๕๓. ผู้ว่าราชการจังหวัดสุราษฎร์ธานี / เรือนจำอำเภอเกาะสมุย / เรือนจำอำเภอไชยา
๕๔. ผู้ว่าราชการจังหวัดสุรินทร์ / เรือนจำอำเภอรัตนบุรี
๕๕. ผู้ว่าราชการจังหวัดหนองคาย / เรือนจำจังหวัดหนองคาย
๕๖. ผู้ว่าราชการจังหวัดหนองบัวลำภู / เรือนจำจังหวัดหนองบัวลำภู
๕๗. ผู้ว่าราชการจังหวัดอ่างทอง / เรือนจำจังหวัดอ่างทอง
๕๘. ผู้ว่าราชการจังหวัดอุตรดิตถ์ / เรือนจำจังหวัดอุตรดิตถ์
๕๙. ผู้ว่าราชการจังหวัดอุทัยธานี / เรือนจำจังหวัดอุทัยธานี
๖๐. ผู้ว่าราชการจังหวัดอำนาจเจริญ / เรือนจำจังหวัดอำนาจเจริญ



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ กรมราชทัณฑ์ กองบริการทางการแพทย์ โทร. ๐๒ ๙๖๗ ๓๓๕๓ ภายใน ๑๐๗ ๑๐๘

ที่ ยธ ๐๗๐๕.๓/๘๔๖๖ **วันที่** ๗ เมษายน ๒๕๖๕

เรื่อง แจ้งแนวทางการเฝ้าระวังและป้องกันโรคที่เกิดในฤดูร้อน

เรียน

เนื่องด้วยขณะนี้เป็นฤดูร้อน สภาพอากาศโดยทั่วไปร้อนและแห้งแล้ง ในหลายพื้นที่มีฝนตกเป็นบางช่วง ซึ่งสภาพอากาศดังกล่าวเหมาะแก่การเจริญเติบโตและแพร่ระบาดของเชื้อโรคได้หลายชนิด โดยเฉพาะอาจเกิดการระบาดของโรคติดต่อต่าง ๆ ที่พบบ่อย คือ โรคติดต่อทางอาหารและน้ำ เช่น โรคอุจจาระร่วง โรคอาหารเป็นพิษ ซึ่งเกิดจากการกินอาหารหรือดื่มน้ำที่มีเชื้อปนเปื้อน เช่น อาหารที่ปรุงสุก ๆ ดิบ ๆ อาหารที่มีแมลงวันตอม หรืออาหารที่ทำไว้ล่วงหน้าเป็นเวลานาน นอกจากนี้ยังอาจพบโรคและภัยสุขภาพอื่นที่ต้องเฝ้าระวังป้องกันในฤดูร้อน ที่พบบ่อย คือ โรคลมแดด โรคผิวหนังที่ควรระวังในฤดูร้อน และโรคเยื่อตาอักเสบ เป็นต้น

ในการนี้ เพื่อเฝ้าระวังป้องกันโรคและภัยสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นและแพร่ระบาดได้ในเรือนจำ กรมราชทัณฑ์ ขอให้เรือนจำทุกแห่ง ดำเนินการคัดกรองผู้ต้องขังที่มีอาการสงสัยป่วยอุจจาระร่วง ตาแดง หากพบผู้ต้องขังมีอาการป่วยดังกล่าวให้รีบให้การรักษาโดยเร็ว แยกผู้ต้องขังป่วยออกจากผู้ต้องขังรายอื่น เฝ้าระวังป้องกัน ควบคุมการแพร่ระบาดของโรค ประชาสัมพันธ์ เรื่อง การดูแลสุขภาพให้แข็งแรงและการให้ความรู้เรื่องโรคและภัยสุขภาพที่ต้องเฝ้าระวังป้องกันในฤดูร้อน โดยเฉพาะผู้สูงอายุและผู้ที่มีโรคประจำตัว รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อทราบ และถือปฏิบัติโดยเคร่งครัดต่อไป

(นายสิทธิ สุธีวงศ์)
รองอธิบดี ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมราชทัณฑ์

ผู้บัญชาการเรือนจำ/ผู้อำนวยการทัณฑสถาน ๖๖ แห่ง

๑. เรือนจำพิเศษกรุงเทพมหานคร
๒. เรือนจำพิเศษธนบุรี
๓. เรือนจำพิเศษพัทยา
๔. เรือนจำพิเศษมีนบุรี
๕. เรือนจำกลางกำแพงเพชร
๖. เรือนจำกลางขอนแก่น
๗. เรือนจำกลางเขาบิน
๘. เรือนจำกลางคลองเปรม
๙. เรือนจำกลางคลองไผ่
๑๐. เรือนจำกลางฉะเชิงเทรา
๑๑. เรือนจำกลางชลบุรี
๑๒. เรือนจำกลางเชียงราย
๑๓. เรือนจำกลางเชียงใหม่
๑๔. เรือนจำกลางตาก
๑๕. เรือนจำกลางนครปฐม
๑๖. เรือนจำกลางนครพนม
๑๗. เรือนจำกลางนครราชสีมา
๑๘. เรือนจำกลางนครศรีธรรมราช
๑๙. เรือนจำกลางนครสวรรค์
๒๐. เรือนจำกลางบางขวาง
๒๑. เรือนจำกลางปัตตานี
๒๒. เรือนจำกลางพระนครศรีอยุธยา
๒๓. เรือนจำกลางพัทลุง
๒๔. เรือนจำกลางพิษณุโลก
๒๕. เรือนจำกลางเพชรบุรี
๒๖. เรือนจำกลางยะลา
๒๗. เรือนจำกลางระยอง
๒๘. เรือนจำกลางราชบุรี
๒๙. เรือนจำกลางลพบุรี
๓๐. เรือนจำกลางลำปาง
๓๑. เรือนจำกลางสงขลา
๓๒. เรือนจำกลางสมุทรปราการ
๓๓. เรือนจำกลางสมุทรสงคราม
๓๔. เรือนจำกลางสุราษฎร์ธานี
๓๕. เรือนจำกลางสุรินทร์

ผู้บัญชาการเรือนจำ/ผู้อำนวยการทัณฑสถาน ๖๖ แห่ง (ต่อ)

๓๖. เรือนจำกลางอุดรธานี
๓๗. เรือนจำกลางอุบลราชธานี
๓๘. ทัณฑสถานเกษตรอุตสาหกรรมเขาพริก
๓๙. ทัณฑสถานบำบัดพิเศษกลาง
๔๐. ทัณฑสถานบำบัดพิเศษขอนแก่น
๔๑. ทัณฑสถานบำบัดพิเศษจังหวัดปทุมธานี
๔๒. ทัณฑสถานบำบัดพิเศษพระนครศรีอยุธยา
๔๓. ทัณฑสถานบำบัดพิเศษลำปาง
๔๔. ทัณฑสถานบำบัดพิเศษสงขลา
๔๕. ทัณฑสถานบำบัดพิเศษหญิง
๔๖. ทัณฑสถานเปิดทุ่งเบญจา
๔๗. ทัณฑสถานเปิดบ้านนาวง
๔๘. ทัณฑสถานเปิดบ้านเนินสูง
๔๙. ทัณฑสถานเปิดหนองน้ำขุ่น
๕๐. ทัณฑสถานเปิดห้วยโป่ง
๕๑. ทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์
๕๒. ทัณฑสถานวัยหนุ่มกลาง
๕๓. ทัณฑสถานวัยหนุ่มนครศรีธรรมราช
๕๔. ทัณฑสถานวัยหนุ่มพระนครศรีอยุธยา
๕๕. ทัณฑสถานหญิงกลาง
๕๖. ทัณฑสถานหญิงชลบุรี
๕๗. ทัณฑสถานหญิงเชียงใหม่
๕๘. ทัณฑสถานหญิงธนบุรี
๕๙. ทัณฑสถานหญิงนครราชสีมา
๖๐. ทัณฑสถานหญิงพิษณุโลก
๖๑. ทัณฑสถานหญิงสงขลา
๖๒. สถานกักขังกลางจังหวัดตราด
๖๓. สถานกักขังกลางจังหวัดนครศรีธรรมราช
๖๔. สถานกักขังกลางจังหวัดปทุมธานี
๖๕. สถานกักขังกลางจังหวัดร้อยเอ็ด
๖๖. สถานกักขังกลางจังหวัดลำปาง



ที่ ยธ ๐๗๐๕.๓/๘๔๗๗

ถึง เรือนจำ

กรมราชทัณฑ์ ได้มีหนังสือ ที่ ยธ ๐๗๐๕.๓/ ๘๔๗๔ ลงวันที่ ๑ เมษายน ๒๕๖๕
เรื่อง แจ้งแนวทางการเฝ้าระวังและป้องกันโรคที่เกิดในฤดูร้อน

ฉะนั้น จึงขอส่งสำเนาหนังสือดังกล่าวมาเพื่อดำเนินการต่อไป



กองบริการทางการแพทย์
โทรศัพท์ ๐ ๒๙๖๗ ๓๓๕๓
โทรสาร ๐ ๒๙๖๗ ๒๑๔๖

เรือนจำจังหวัด/เรือนจำอำเภอ ๗๖ แห่ง

๑. เรือนจำจังหวัดกระบี่ / จังหวัดกระบี่
๒. เรือนจำจังหวัดกาญจนบุรี / จังหวัดกาญจนบุรี
๓. เรือนจำจังหวัดกาฬสินธุ์ / จังหวัดกาฬสินธุ์
๔. เรือนจำจังหวัดจันทบุรี / จังหวัดจันทบุรี
๕. เรือนจำจังหวัดชัยนาท / จังหวัดชัยนาท
๖. เรือนจำจังหวัดชัยภูมิ / จังหวัดชัยภูมิ
๗. เรือนจำจังหวัดชุมพร / จังหวัดชุมพร
๘. เรือนจำจังหวัดตรัง / จังหวัดตรัง
๙. เรือนจำจังหวัดตราด / จังหวัดตราด
๑๐. เรือนจำจังหวัดนครนายก / จังหวัดนครนายก
๑๑. เรือนจำจังหวัดนนทบุรี / จังหวัดนนทบุรี
๑๒. เรือนจำจังหวัดนราธิวาส / จังหวัดนราธิวาส
๑๓. เรือนจำจังหวัดน่าน / จังหวัดน่าน
๑๔. เรือนจำจังหวัดบึงกาฬ / จังหวัดบึงกาฬ
๑๕. เรือนจำจังหวัดบุรีรัมย์ / จังหวัดบุรีรัมย์
๑๖. เรือนจำจังหวัดปทุมธานี / จังหวัดปทุมธานี
๑๗. เรือนจำจังหวัดประจวบคีรีขันธ์ / จังหวัดประจวบคีรีขันธ์
๑๘. เรือนจำจังหวัดปราจีนบุรี / จังหวัดปราจีนบุรี
๑๙. เรือนจำจังหวัดพะเยา / จังหวัดพะเยา
๒๐. เรือนจำจังหวัดพังงา / จังหวัดพังงา
๒๑. เรือนจำจังหวัดพระนครศรีอยุธยา / จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
๒๒. เรือนจำจังหวัดพิจิตร / จังหวัดพิจิตร
๒๓. เรือนจำจังหวัดพิษณุโลก / จังหวัดพิษณุโลก
๒๔. เรือนจำจังหวัดเพชรบูรณ์ / จังหวัดเพชรบูรณ์
๒๕. เรือนจำจังหวัดแพร่ / จังหวัดแพร่
๒๖. เรือนจำจังหวัดภูเก็ต / จังหวัดภูเก็ต
๒๗. เรือนจำจังหวัดมหาสารคาม / จังหวัดมหาสารคาม
๒๘. เรือนจำจังหวัดมุกดาหาร / จังหวัดมุกดาหาร
๒๙. เรือนจำจังหวัดแม่ฮ่องสอน / จังหวัดแม่ฮ่องสอน
๓๐. เรือนจำจังหวัดยโสธร / จังหวัดยโสธร
๓๑. เรือนจำจังหวัดระนอง / จังหวัดระนอง
๓๒. เรือนจำจังหวัดร้อยเอ็ด / จังหวัดร้อยเอ็ด
๓๓. เรือนจำจังหวัดลำพูน / จังหวัดลำพูน
๓๔. เรือนจำจังหวัดเลย / จังหวัดเลย
๓๕. เรือนจำจังหวัดศรีสะเกษ / จังหวัดศรีสะเกษ
๓๖. เรือนจำจังหวัดสกลนคร / จังหวัดสกลนคร
๓๗. เรือนจำจังหวัดสงขลา / จังหวัดสงขลา
๓๘. เรือนจำจังหวัดสตูล / จังหวัดสตูล

เรือนจำจังหวัด / เรือนจำอำเภอ ๗๖ แห่ง (ต่อ)

๓๙. เรือนจำจังหวัดสมุทรสาคร / จังหวัดสมุทรสาคร
๔๐. เรือนจำจังหวัดสระแก้ว / จังหวัดสระแก้ว
๔๑. เรือนจำจังหวัดสระบุรี / จังหวัดสระบุรี
๔๒. เรือนจำจังหวัดสิงห์บุรี / จังหวัดสิงห์บุรี
๔๓. เรือนจำจังหวัดสุโขทัย / จังหวัดสุโขทัย
๔๔. เรือนจำจังหวัดสุพรรณบุรี / จังหวัดสุพรรณบุรี
๔๕. เรือนจำจังหวัดหนองคาย / จังหวัดหนองคาย
๔๖. เรือนจำจังหวัดหนองบัวลำภู / จังหวัดหนองบัวลำภู
๔๗. เรือนจำจังหวัดอ่างทอง / จังหวัดอ่างทอง
๔๘. เรือนจำจังหวัดอุตรดิตถ์ / จังหวัดอุตรดิตถ์
๔๙. เรือนจำจังหวัดอุทัยธานี / จังหวัดอุทัยธานี
๕๐. เรือนจำจังหวัดอำนาจเจริญ / จังหวัดอำนาจเจริญ
๕๑. เรือนจำอำเภอกบินทร์บุรี / จังหวัดปราจีนบุรี
๕๒. เรือนจำอำเภอกันทรลักษณ์ / จังหวัดศรีสะเกษ
๕๓. เรือนจำอำเภอเกาะสมุย / จังวัดสุราษฎร์ธานี
๕๔. เรือนจำอำเภอชัยบาดาล / จังหวัดลพบุรี
๕๕. เรือนจำอำเภอไชยา / จังหวัดสุราษฎร์ธานี
๕๖. เรือนจำอำเภอตะกั่วป่า / จังหวัดพังงา
๕๗. เรือนจำอำเภอทองผาภูมิ / จังหวัดกาญจนบุรี
๕๘. เรือนจำอำเภอทุ่งสง / จังหวัดนครศรีธรรมราช
๕๙. เรือนจำอำเภอเทิง / จังหวัดเชียงราย
๖๐. เรือนจำอำเภอธัญบุรี / จังหวัดปทุมธานี
๖๑. เรือนจำอำเภอนางรอง / จังหวัดบุรีรัมย์
๖๒. เรือนจำอำเภอนาทวี / จังหวัดสงขลา
๖๓. เรือนจำอำเภอบัวใหญ่ / จังหวัดนครราชสีมา
๖๔. เรือนจำอำเภอเบตง / จังหวัดยะลา
๖๕. เรือนจำอำเภอปากพนัง / จังหวัดนครศรีธรรมราช
๖๖. เรือนจำอำเภอฝาง / จังหวัดเชียงใหม่
๖๗. เรือนจำอำเภอพล / จังหวัดขอนแก่น
๖๘. เรือนจำอำเภอภูเขียว / จังหวัดชัยภูมิ
๖๙. เรือนจำอำเภอแม่สอด / จังหวัดตาก
๗๐. เรือนจำอำเภอแม่สะเรียง / จังหวัดแม่ฮ่องสอน
๗๑. เรือนจำอำเภอรัตนบุรี / จังหวัดสุรินทร์
๗๒. เรือนจำอำเภอสวรรคโลก / จังหวัดสุโขทัย
๗๓. เรือนจำอำเภอสว่างแดนดิน / จังหวัดสกลนคร
๗๔. เรือนจำอำเภอสีคิ้ว / จังหวัดนครราชสีมา
๗๕. เรือนจำอำเภอหล่มสัก / จังหวัดเพชรบูรณ์
๗๖. เรือนจำอำเภอหลังสวน / จังหวัดชุมพร

ความรู้เรื่องโรคและภัยสุขภาพที่ต้องเฝ้าระวังป้องกันในฤดูร้อน

๑) โรคติดต่อทางอาหารและน้ำ

โรคที่ต้องเฝ้าระวังในช่วงฤดูร้อนที่สำคัญและพบบ่อย คือ โรคติดต่อทางอาหารและน้ำ โดยเฉพาะโรคอุจจาระร่วงและโรคอาหารเป็นพิษที่พบผู้ป่วยเป็นจำนวนมาก

ข้อควรปฏิบัติเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางอาหารและน้ำ

๑. แนะนำให้รับประทานเฉพาะอาหารที่ปรุงสุกใหม่ ด้วยความร้อนและสะอาด โดยหลีกเลี่ยงการปรุงด้วยวิธีลวกหรือพล่าสุก ๆ ดิบ ๆ

๒. ไม่รับประทานอาหารที่ปรุงไว้เป็นเวลานาน อาหารสั่งซื้อ อาหารถุง อาหารกล่อง ควรแยกกับข้าวออกจากข้าว และควรรับประทานภายใน ๒–๔ ชั่วโมง หลังจากปรุงเสร็จ

๓. หมั่นล้างมือให้สะอาดทุกครั้งก่อนและหลังการปรุงอาหาร รับประทานอาหาร หลังเข้าห้องน้ำ และหลังสัมผัสสิ่งสกปรก

๔. ใช้ช้อนกลางส่วนตัว คือ ช้อนที่มีไว้ตักกับข้าวใส่จานตัวเองและใช้คนเดียว

๕. หากมีอาการอาเจียน ปวดท้อง ถ่ายเหลวบ่อยครั้ง มีไข้ ให้ดื่มน้ำละลายผงน้ำตาลเกลือแร่ (ORS) เพื่อป้องกันการขาดน้ำ ทั้งนี้เพื่อป้องกันการขาดสารอาหาร ผู้ป่วยไม่ควรงดอาหาร แต่ควรรับประทานเป็นอาหารอ่อน ย่อยง่าย เช่น ข้าวต้ม โจ๊ก แกงจืด เป็นต้น

๖. หากอาการไม่ดีขึ้น ยังถ่ายบ่อย อาเจียน รับประทานอาหารไม่ได้ กระหายน้ำมากกว่าปกติ มีไข้สูง หรือถ่ายอุจจาระเป็นมูกปนเลือด ให้นำตัวออกรักษาโรงพยาบาลภายนอก

****

สำหรับแนวทางการป้องกันโรคทางเดินอาหารและน้ำ ได้แก่

การยึดหลัก “กินร้อน ช้อนกลางส่วนตัว ล้างมือ”

****

๒) โรคลมแดด หรือฮีทสโตรก

เป็นภาวะที่ร่างกายไม่สามารถปรับตัวหรือควบคุมระดับความร้อนภายในร่างกายจากสภาพอากาศที่ร้อนจัด โดยมีอาการสำคัญ ได้แก่ ตัวร้อน อุณหภูมิร่างกายสูงขึ้นเรื่อยๆ จนเกิน ๔๐ องศาเซลเซียส ทำให้เกิดอาการหน้ามืด เพ้อ กระสับกระส่าย มึนงง หายใจเร็ว หัวใจเต้นผิดจังหวะ ชักเกร็ง ช็อก สำหรับผู้ที่มีความเสี่ยงสูงกว่าคนทั่วไป มี ๖ กลุ่ม ได้แก่ ๑. ผู้ที่ทำงานหรือทำกิจกรรมกลางแดด เช่น ออกกำลังกาย ๒. เด็กเล็กและผู้สูงอายุ เนื่องจากร่างกายไม่สามารถระบายความร้อนได้ดีเท่าคนหนุ่มสาว ๓. ผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดสมอง ๔. ผู้ที่มีน้ำหนักตัวมาก ๕. ผู้ที่พักผ่อนไม่เพียงพอ โดยร่างกายของคนอ้วนและผู้ที่พักผ่อนไม่เพียงพอจะตอบสนองต่อความร้อนที่ได้รับช้ากว่าปกติ และ ๖. ผู้ที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยฤทธิ์ของแอลกอฮอล์จะทำให้เส้นเลือดฝอยใต้ผิวหนังขยายตัวได้มากขึ้น ทำให้ร่างกายสูญเสียน้ำและเกลือแร่สูงกว่าคนที่ไม่ได้ดื่ม ซึ่งแอลกอฮอล์จะถูกดูดซึมเข้ากระแสเลือดได้รวดเร็ว และออกฤทธิ์กระตุ้นหัวใจให้สูบฉีดเลือดเร็วและแรงขึ้น ทำให้ความดันโลหิตสูงขึ้น หัวใจทำงานหนักเพื่อสูบฉีดเลือดไปเลี้ยงร่างกาย อาจทำให้ช็อกและเสียชีวิต

ข้อควรปฏิบัติเพื่อป้องกันโรคลมแดด

๑. หมั่นดูแลสุขภาพของตนเอง

๒. ลดหรือเลี่ยงกิจกรรมที่ต้องออกแรงกลางแจ้งนาน ๆ

๓. ดื่มน้ำเปล่าเรื่อยๆ ตลอดทั้งวัน ๒-๓ ลิตรต่อวัน โดยไม่ต้องรอให้กระหายน้ำ เพื่อชดเชยการเสียน้ำในร่างกายจากเหงื่อออก โดยเฉพาะใน ๖ กลุ่มเสี่ยงสำคัญ คือ

๑) ผู้ที่ทำงานหรือทำกิจกรรมกลางแดด เช่น เล่นกีฬาหรือฝึกทหาร โดยขาดการเตรียมตัวมาก่อน

๒) เด็กอายุต่ำกว่า ๕ ขวบ และผู้สูงอายุ

๓) ผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง โรคความดันโลหิตสูง

๔) คนอ้วน

๕) ผู้ที่อดนอน

๖) ผู้ที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จัด

๔. หลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ทุกชนิด

๕. สวมใส่เสื้อผ้าที่ระบายความร้อนได้ดี โปร่งสบาย ไม่รัดแน่นจนเกินไป

๖. ผู้ที่ออกกำลังกาย ควรเลือกในช่วงเช้าหรือช่วงเย็น เนื่องจากเป็นช่วงที่อากาศไม่ร้อนมาก และเป็นเวลาที่เหมาะสม

๗. หากพบผู้ป่วยจากภาวะอากาศร้อนให้ทำการช่วยเหลือเบื้องต้น ดังนี้

๗.๑ นำผู้มีอาการเข้าร่ม นอนราบ ยกเท้าสูงทั้งสองข้าง ถอดเสื้อผ้าชั้นนอกออก

๗.๒ เทน้ำเย็นราดลงบนตัวเพื่อลดอุณหภูมิร่างกายให้ลดต่ำลงโดยเร็วที่สุด

๗.๓ ใช้ผ้าชุบน้ำเย็นหรือน้ำแข็งประคบตามซอกคอ รักแร้ ขาหนีบ

๗.๔ ไม่ควรใช้ผ้าเปียกคลุมตัวเพราะจะขัดขวางการระเหยของน้ำออกจากร่างกาย

๗.๕ รีบนำส่งโรงพยาบาลที่ใกล้ที่สุดหรือโทรศัพท์ขอความช่วยเหลือสายด่วน ๑๖๖๙ ทันที หากพบผู้ป่วยมีอาการตัวร้อน แต่เหงื่อไม่ออก หายใจถี่ และอาจวิงเวียนศีรษะ

๓) โรคเยื่อตาอักเสบ

๓.๑) สาเหตุของเยื่อตาอักเสบที่พบบ่อย

- เยื่อตาขาวอักเสบจากเชื้อไวรัส ที่พบบ่อยและมีการระบาดเป็นครั้งคราวหรือที่เรียกว่า โรคตาแดง มักจะมีการระบาดในที่มีคนอยู่ด้วยกันเป็นจำนวนมาก โรคนี้ส่วนใหญ่จะเป็นไม่รุนแรง และหายได้เองภายใน ๑-๓ สัปดาห์ ส่วนน้อยที่อาจเป็นรุนแรงหรือมีภาวะแทรกซ้อน หรือจำเป็นต้องแยกจากสาเหตุอื่น
- เยื่อตาอักเสบจากเชื้อแบคทีเรีย เกิดได้จากแบคทีเรียหลายตัว มีอาการรุนแรงต่างกันตั้งแต่เล็กน้อย ปานกลาง และรุนแรง ตัวที่รุนแรงเกิดจากเชื้อหนองในซึ่งอาจทำให้ตาบอดได้ เพราะมักจะลุกลามเข้ากระจกตา ทำให้กระจกตาทะลุได้ เชื้อที่เป็นเรื้อรังและเป็นเหตุให้ตาบอด ได้แก่ ริดสีดวงตาที่เกิดจากเชื้อ Chlamydia
- เยื่ออักเสบจากภูมิแพ้ เกิดจากสารก่อภูมิแพ้ ได้แก่ ฝุ่นละออง เกสรดอกไม้ เชื้อรา ขนสัตว์ อาหารทะเล ความรุนแรงมีตั้งแต่น้อยไปมาก เช่น ตามฤดูกาล (seasonal) หรือที่รุนแรง
- อื่นๆ เช่น จากตาได้รับสารเคมี การใส่คอนแทคเลนส์ หรือขยี้ตา

๓.๒) อาการของเยื่อตาอักเสบ

๑) ตาแดง จะเห็นชัดบริเวณที่เยื่อตาคลุมตาขาวอยู่ทำให้เห็นชัดว่าตาขาวแดง อาจจะแดงมากในรายติดเชื้อแบคทีเรีย แดงเรื่อ ๆ ในรายอักเสบจากภูมิแพ้

๒) มีขี้ตา ลักษณะของขี้ตาอาจบ่งถึงต้นเหตุของการอักเสบ เช่น เป็นน้ำใส ๆ หรือน้ำตาอย่างเดียว มักจะติดเชื้อไวรัส ถ้าเป็นเส้นเมือก ๆ อาจเป็นจากภูมิแพ้ ถ้าแฉะคล้ายหนองข้น มักจะเป็นการติดเชื้อแบคทีเรีย เป็นต้น

๓) เจ็บตา เคืองตา คล้ายมีผงอยู่ในตา มักจะไม่ค่อยมีอาการปวดมากนัก

๔) น้ำตาไหล

๕) บางรายอาจมีอาการในระบบทางเดินหายใจร่วมด้วย เช่น เจ็บคอ เป็นโรคหวัด บ่งว่าน่าจะเกิดจากเชื้อไวรัส แต่ที่สำคัญ คือ การมองเห็นยังปกติดี หรืออาจพร่ามัวบ้าง เพราะมีน้ำตาและขี้ตามาบัง เช็ดออกแล้วสายตาจะปกติ

แม้ว่าเยื่อตาอักเสบเป็นโรคไม่รุนแรง แต่อาการอาจคล้ายกับโรคที่รุนแรงที่เริ่มด้วยอาการคล้ายกับเยื่อบุตาอักเสบได้ ดังนั้นจึงควรพบแพทย์เสมอเมื่อมีอาการผิดปกติ ทั้งนี้เพื่อตรวจยืนยันว่าเป็นเพียงเยื่อบุตาอักเสบที่ไม่รุนแรง และในกรณีต่อไปนี้ต้องพบแพทย์โดยทันที

- รายที่มีตาแดงร่วมกับขี้ตามากเป็นคล้ายหนอง
- มีอาการตามัวร่วมด้วย ซึ่งแสดงว่า การอักเสบลามเข้ากระจกตาแล้ว
- หากตาแดงไม่ดีขึ้น หรือไม่หายใน ๓–๕ วัน
- ผู้มีภูมิคุ้มกันต้านทานโรคต่ำ เช่น ผู้สูงอายุ ผู้มีโรคประจำตัว
- มีปัจจัยเสี่ยงที่เอื้อต่อการอักเสบของเยื่อบุตาเรื้อรัง เช่น ภาวะปิดตาไม่สนิทเปลือกตา/หนังตาแบะออก มีขนตาแยงตา ตาโปนจากโรคทางกาย (เช่น ในโรคต่อมไทรอยด์เป็นพิษ) เป็นต้น

๓.๓) แนวทางการรักษาเยื่อตาอักเสบ

๑. ไม่ว่าเยื่อตาอักเสบชนิดใด/สาเหตุจากอะไร เมื่อมีอาการระคายเคืองตามาก ตาไม่สู้แสง ให้ใช้แว่นกันแสง/กันแดด จะช่วยให้สบายตาขึ้น

๒. รักษาความสะอาดบริเวณใบหน้า โดยเฉพาะรอบๆ ตา หากมีขี้ตาต้องเช็ดออกด้วยผ้าหรือสำลีชุบน้ำสะอาด อย่าให้มีขี้ตาเกรอะกรัง เป็นเหตุให้เชื้อโรคชนิดอื่นซ้ำเติมเข้าไป และต้องเช็ดขี้ตาออกก่อนหยอดยาทุกครั้ง

๓. หากจำเป็นต้องใช้สายตาในการอ่านเขียน ควรพักเป็นระยะๆ หากมีอาการเคืองตามาก

๔. เยื่อตาอักเสบบางชนิด/บางสาเหตุ เช่น ตาแดงระบาดจากเชื้อไวรัส อาจหายได้เองในเวลาต่อมา จึงอาจใช้เพียงหยอดน้ำตาเทียม เพื่อความสบายตาเท่านั้น

๕. เมื่อเยื่อตาอักเสบเกิดจากเชื้อแบคทีเรีย ให้ยาหยอดตาด้วยยาปฏิชีวนะที่คาดว่าจะฆ่าเชื้อนั้นๆ ได้ ในบางราย แม้คาดว่าเป็นไวรัส อาจจำเป็นต้องให้ยาหยอดตาปฏิชีวนะ เพื่อป้องกันเชื้อแบคทีเรีย ซ้ำเติม

๖. หากเยื่อตาอักเสบเป็นจากภูมิแพ้ ควรหลีกเลี่ยงสิ่งที่ก่อให้เกิดอาการแพ้ และอาจใช้น้ำตาเทียม, ยาหยอดตาชนิดต้านสารที่ทำให้เกิดอาการแพ้ (Histamine)

การดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคเยื่อตาอักเสบ

๑. รักษาสุขอนามัยบริเวณหน้า รักษาสุขอนามัยพื้นฐาน เพื่อให้มีสุขภาพแข็งแรง ลดโอกาสติดเชื้อต่างๆ

๒. ล้างมือให้สะอาดเสมอ

๓. หลีกเลี่ยงการใช้ของในชีวิตประจำวันร่วมกัน เช่น ผ้าเช็ดหน้า หมอน ผ้าห่ม

๔. ไม่ควรขยี้ตา หากมีอะไรเข้าตา ให้ใช้น้ำสะอาดล้างตา

๕. ไม่คลุกคลีกับผู้ป่วยโรคตาแดง

๖. หลีกเลี่ยงบริเวณที่มีลม และฝุ่นละออง

๔) โรคผิวหนังที่ควรระวังในฤดูร้อน

แสงแดดในฤดูร้อนเป็นปัจจัยที่ส่งผลทำให้เกิดโรคผิวหนังต่างๆ ได้แก่

๑. โรคผิวหนังอักเสบหรือผื่นคัน บริเวณต่อมไขมัน เนื่องจากอากาศร้อนเป็นปัจจัยส่งเสริมที่ทำให้การทำงานของต่อมไขมันมากขึ้น ทำให้ผู้ป่วยมีผื่นเห่อ อักเสบ แดง คัน เป็นขุย สะเก็ด มักพบบริเวณที่มีต่อมไขมันมาก เช่น ใบหน้า หน้าอก หลัง หนังศีรษะ และอวัยวะเพศ

๒. การติดเชื้อราในผิวหนังชั้นตื้น เช่น โรคกลาก เกลื้อน และแคนดิดา มักพบได้บ่อยบริเวณในร่มผ้า ราวนม ซอกพับ ขาหนีบ รักแร้ เนื่องจากเป็นบริเวณที่กักเก็บความอับชื้น ทำให้เกิดการเจริญเติบโตมากขึ้นของเชื้อรา

๓. ภาวะติดเชื้อแบคทีเรียที่ผิวหนัง ได้แก่ โรครูขุมขนอักเสบ ฝีที่ผิวหนัง โดยเกิดขึ้นตามซอกพับ ขาหนีบ หรือก้น ในฤดูร้อนผู้ป่วยมีการหลั่งเหงื่อเพิ่มขึ้น การเจริญเติบโตของเชื้อแบคทีเรียเพิ่มขึ้นที่ผิวหนัง ทำให้เกิดการอักเสบของรูขุมขนที่ผิวหนัง ในรายที่เป็นรุนแรง อาจเป็นฝีได้

๔. โรคลมพิษ เกิดจากแสงแดดที่มีความเข้มข้นสูงในช่วงฤดูร้อน ซึ่งมีรังสีอัลตราไวโอเลต เป็นปัจจัยสำคัญที่สามารถกระตุ้นผื่นลมพิษ ลักษณะผื่นลมพิษจะเป็นปื้น นูน แดงที่ผิวหนัง โดยลมพิษมักหายได้เองในระยะเวลา ๒๔-๔๘ ชั่วโมง

๕. ผิวไหม้จากแสงแดด เป็นภาวะที่พบได้บ่อยหลังจากผิวหนังสัมผัสกับแสงแดดที่มีความเข้มสูงเป็นเวลานาน โดยเฉพาะในช่วงฤดูร้อน ผู้ป่วยจะมีผิวสีแดง แสบร้อน และลอกของผิวหนังหลังสัมผัสแดด

๖. ผดร้อน เกิดจากการอุดตันของการหลั่งเหงื่อ **จะเกิดเป็นผื่นตุ่มเล็ก ๆ** มีสีแดง หรือเป็นตุ่มน้ำใสเม็ดเล็ก ๆ มักพบบริเวณหน้าอก คอ และหลัง ร่วมกับมีอาการคัน

๗. ฝ้า กระแดด

นอกจากนี้ยังมี *โรคหิด* ซึ่งเป็นโรคที่พบมากในผู้ต้องขังอันเนื่องมาจากปัญหาด้านสุขอนามัยส่วนตัวมาตั้งแต่ก่อนเข้าเรือนจำและมาประกอบกับสภาพความเป็นอยู่ที่แออัดในเรือนจำ โดยคาดว่าด้วยสภาพอากาศที่ร้อนจัดและแห้งแล้งจะยิ่งเป็นปัจจัยส่งเสริมให้โรคหิดแพร่ระบาดในเรือนจำได้ง่ายและควบคุมได้ยากยิ่งขึ้น

การดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคผิวหนังที่เกิดจากการติดเชื้อ

๑. รักษาสุขอนามัยพื้นฐานส่วนบุคคลและส่วนรวม สามารถลดโอกาสติดเชื้อต่าง ๆ

๒. ล้างมือให้สะอาดอยู่เสมอ

๓. หลีกเลี่ยงการใช้ของในชีวิตประจำวันร่วมกัน เช่น ผ้าเช็ดตัว หมอน ผ้าห่ม

๔. หมั่นทำความสะอาดเรือนนอน บริเวณที่พักอาศัยร่วมกัน เครื่องนอนและเครื่องนุ่งห่ม ควรนำมาตากแดดเพื่อลดความอับชื้นและการสะสมของแหล่งโรค ไม่คลุกคลีกับผู้ป่วยโรคผิวหนังจากการติดเชื้อ

ข้อมูลจาก : กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข