ด่วนที่สุด

บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ กรมราชทัณฑ์ กองบริการทางการแพทย์ โทร. ๐๒ ๙๖๗ ๓๓๕๓ภายใน ๑๐๗,๑๐๘

ที่ ยธ ๐๗๐๕.๓/๓๕๔๔ **วันที่** ๑๑ ธันวาคม ๒๕๖๒

เรื่อง แจ้งแนวทางการเฝ้าระวังและป้องกันโรคที่เกิดในฤดูหนาว

เรียน

เนื่องด้วยในขณะนี้เป็นฤดูหนาว สภาพอากาศเปลี่ยนแปลงในหลายพื้นที่ โดยเฉพาะภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคกลาง เริ่มมีอากาศหนาวเย็น อุณหภูมิลดลงอย่างต่อเนื่อง ซึ่งส่งผลต่อสุขภาพของเจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์ ผู้ต้องขังในเรือนจำ และประชาชน รวมถึงอาจเกิดแนวโน้มความเจ็บป่วยด้วยโรคจากภัยหนาว โดยเฉพาะโรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ เช่น ไข้หวัดใหญ่ โรคหัด โรคปอดอักเสบ หรือระบบทางเดินอาหาร เช่นโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน ซึ่งเกิดจากการกินอาหารหรือดื่มน้ำที่มีเชื้อปนเปื้อน เช่น อาหารที่ปรุงสุกๆ ดิบๆ อาหารที่มีแมลงวันตอม หรืออาหารที่ทำไว้ล่วงหน้าเป็นเวลานาน นอกจากนี้ยังอาจพบภัยสุขภาพอื่น ที่ต้องเฝ้าระวังป้องกัน คือ การเสียชีวิตเนื่องจากอากาศหนาว เป็นต้น

ในการนี้ เพื่อเป็นการเฝ้าระวังป้องกันโรคและภัยสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นและแพร่ระบาดได้ในเรือนจำกรมราชทัณฑ์ ขอให้เรือนจำ/ทัณฑสถานทุกแห่ง ดำเนินการคัดกรองผู้ต้องขังที่มีอาการต้องสงสัยว่าป่วยเป็นไข้หวัด ไข้หวัดใหญ่ หัด หรือ อุจจาระร่วงเฉียบพลัน หากพบผู้ต้องขังมีอาการป่วยดังกล่าวให้รีบให้การรักษาโดยเร็ว พร้อมทั้งแยกผู้ต้องขังป่วยออกจากผู้ต้องขังรายอื่น เฝ้าระวัง ป้องกัน ควบคุมการแพร่ระบาดของโรค นอกจากนี้ให้ประชาสัมพันธ์ เรื่อง การดูแลสุขภาพให้แข็งแรงและทำร่างกายให้อบอุ่นอยู่เสมอ สวมใส่เสื้อผ้าหนาๆ โดยเฉพาะผู้สูงอายุและผู้ที่มีโรคประจำตัว เพราะเสี่ยงต่อการติดเชื้อได้ง่าย ทั้งนี้ให้เรือนจำ/ทัณฑสถานดำเนินงานตามประกาศกรมควบคุมโรค เรื่อง การป้องกันโรคและภัยสุขภาพที่เกิดขึ้นในช่วงฤดูหนาวของประเทศไทย พ.ศ.๒๕๖๒ โดยเคร่งครัด ในกรณีพบการแพร่ระบาดของโรคติดต่อให้ควบคุมสถานการณ์การแพร่ระบาดพร้อมรายงานผลการดำเนินงานให้กรมราชทัณฑ์ทราบจนกว่าสถานการณ์จะยุติ รายละเอียดปรากฏตามเอกสารแนบท้าย

จึงเรียนมาเพื่อทราบ และดำเนินการต่อไป

พันตำรวจโท
(ประวุธ วงศ์สีนิล)
รองอธิบดี ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมราชทัณฑ์

สำเนาส่งผู้บัญชาการเรือนจำ/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

สำเนาส่งผู้บัญชาการเรือนจำ/ผู้อำนวยการทัณฑสถาน ๖๖ แห่ง (ต่อ)

๓๔. เรือนจำกลางสุราษฎร์ธานี
๓๕. เรือนจำกลางสุรินทร์
๓๖. เรือนจำกลางอุดรธานี
๓๗. เรือนจำกลางอุบลราชธานี
๓๘. ทัณฑสภานโรงพยาบาลราชทัณฑ์
๓๙. ทัณฑสถานเกษตรอุตสาหกรรมเขาพริก
๔๐. ทัณฑสถานบำบัดพิเศษกลาง
๔๑. ทัณฑสถานบำบัดพิเศษขอนแก่น
๔๒. ทัณฑสถานบำบัดพิเศษพระนครศรีอยุธยา
๔๓. ทัณฑสถานบำบัดพิเศษจังหวัดปทุมธานี
๔๔. ทัณฑสถานบำบัดพิเศษลำปาง
๔๕. ทัณฑสถานบำบัดพิเศษสงขลา
๔๖. ทัณฑสถานบำบัดพิเศษหญิง
๔๗. ทัณฑสถานเปิดทุ่งเบญจา
๔๘. ทัณฑสถานเปิดบ้านนาวง
๔๙. ทัณฑสถานเปิดบ้านเนินสูง
๕๐. ทัณฑสถานเปิดหนองน้ำขุ่น
๕๑. ทัณฑสถานเปิดห้วยโป่ง
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

ด่วนที่สุด
ที่ ยธ ๐๗๐๕.๓/๓๔๕๗



กรมราชทัณฑ์
๒๒๒ ถนนนนทบุรี ๑
อำเภอเมืองนนทบุรี
จังหวัดนนทบุรี ๑๑๐๐๐

๑๑ ธันวาคม ๒๕๖๒

เรื่อง แจ้งแนวทางการเฝ้าระวังและป้องกันโรคที่เกิดในฤดูหนาว

เรียน

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. ประกาศกรมควบคุมโรค เรื่องการป้องกันโรคและภัยสุขภาพ ในช่วงฤดูหนาวของประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๖๒ จำนวน ๑ ฉบับ
๒. แนวทางปฏิบัติเพื่อเป็นการเฝ้าระวังโรคและภัยสุขภาพ ที่อาจจะเกิดขึ้นได้ในเรือนจำ โดยเฉพาะในช่วงฤดูหนาว จำนวน ๑ ฉบับ

เนื่องด้วยในขณะนี้เป็นฤดูหนาว สภาพอากาศเปลี่ยนแปลงในหลายพื้นที่ โดยเฉพาะภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคกลาง เริ่มมีอากาศหนาวเย็น อุณหภูมิลดลงอย่างต่อเนื่อง ซึ่งส่งผลต่อสุขภาพของเจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์ ผู้ต้องขังในเรือนจำ และประชาชน รวมถึงอาจเกิดแนวโน้มความเจ็บป่วยด้วยโรคจากภัยหนาว โดยเฉพาะโรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ เช่น ไข้หวัดใหญ่ โรคหัด โรคปอดอักเสบ หรือระบบทางเดินอาหาร เช่นโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน ซึ่งเกิดจากการกินอาหารหรือดื่มน้ำที่มีเชื้อปนเปื้อน เช่น อาหารที่ปรุงสุกๆ ดิบๆ อาหารที่มีแมลงวันตอม หรืออาหารที่ทำไว้ล่วงหน้าเป็นเวลานาน นอกจากนี้ยังอาจพบภัยสุขภาพอื่น ที่ต้องเฝ้าระวังป้องกัน คือ การเสียชีวิตเนื่องจากอากาศหนาว เป็นต้น

ในการนี้ เพื่อเป็นการเฝ้าระวังป้องกันโรคและภัยสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นและแพร่ระบาดได้ในเรือนจำ กรมราชทัณฑ์ ขอให้เรือนจำดำเนินการคัดกรองผู้ต้องขังที่มีอาการต้องสงสัยว่าป่วยเป็นไข้หวัด ไข้หวัดใหญ่ หัด หรือ อุจจาระร่วงเฉียบพลัน หากพบผู้ต้องขังมีอาการป่วยดังกล่าวให้รีบให้การรักษาโดยเร็ว พร้อมทั้งแยกผู้ต้องขังป่วยออกจากผู้ต้องขังรายอื่น เฝ้าระวัง ป้องกัน ควบคุมการแพร่ระบาดของโรค นอกจากนี้ให้ประชาสัมพันธ์เรื่อง การดูแลสุขภาพให้แข็งแรงและทำร่างกายให้อบอุ่นอยู่เสมอ สวมใส่เสื้อผ้าหนาๆ โดยเฉพาะผู้สูงอายุและผู้ที่มีโรคประจำตัว เพราะเสี่ยงต่อการติดเชื้อได้ง่าย ทั้งนี้ให้เรือนจำดำเนินงานตามประกาศกรมควบคุมโรค เรื่อง การป้องกันโรคและภัยสุขภาพที่เกิดขึ้นในช่วงฤดูหนาวของประเทศไทย พ.ศ.๒๕๖๒ โดยเคร่งครัดในกรณีพบการแพร่ระบาดของโรคติดต่อให้ควบคุมสถานการณ์การแพร่ระบาดพร้อมรายงานผลการดำเนินงานให้กรมราชทัณฑ์ทราบ จนกว่าสถานการณ์จะยุติ รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ และขอได้แจ้ง ทราบ
เพื่อดำเนินการต่อไป จักขอบคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

พันตำรวจโท
(ประวุธ วงศ์สีนิล)
รองอธิบดี ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมราชทัณฑ์

กองบริการทางการแพทย์
โทรศัพท์ ๐ ๒๙๖๗ ๓๓๕๓
โทรสาร ๐ ๒๙๖๗ ๒๑๔๖

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 / เรือนจำอำเภอภูเขียว
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

ผู้ว่าราชการจังหวัด ๖๐ แห่ง (ต่อ)

๓๔. ผู้ว่าราชการจังหวัดมุกดาหาร / เรือนจำจังหวัดมุกดาหาร
๓๕. ผู้ว่าราชการจังหวัดแม่ฮ่องสอน / เรือนจำจังหวัดแม่ฮ่องสอน / เรือนจำอำเภอแม่สะเรียง
๓๖. ผู้ว่าราชการจังหวัดยะลา / เรือนจำอำเภอเบตง
๓๗. ผู้ว่าราชการจังหวัดยโสธร / เรือนจำจังหวัดยโสธร
๓๘. ผู้ว่าราชการจังหวัดระนอง / เรือนจำจังหวัดระนอง
๓๙. ผู้ว่าราชการจังหวัดร้อยเอ็ด / เรือนจำจังหวัดร้อยเอ็ด
๔๐. ผู้ว่าราชการจังหวัดลพบุรี / เรือนจำอำเภอชัยบาดาล
๔๑. ผู้ว่าราชการจังหวัดลำพูน / เรือนจำจังหวัดลำพูน
๔๒. ผู้ว่าราชการจังหวัดเลย / เรือนจำจังหวัดเลย
๔๓. ผู้ว่าราชการจังหวัดศรีสะเกษ / เรือนจำจังหวัดศรีสะเกษ / เรือนจำอำเภอกันทรลักษ์
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



ด่วนที่สุด

ที่ ยธ ๐๗๐๕.๓ / ๓๕๗๘

ถึง

กรมราชทัณฑ์ ขอส่งสำเนาหนังสือ ที่ ยธ ๐๗๐๕.๓/๓๕๗๖ ลงวันที่ ๑๑ ธันวาคม ๒๕๖๒
ถึงผู้ว่าราชการจังหวัด เรื่อง แจ้งแนวทางการเฝ้าระวังและป้องกันโรค
ที่เกิดในฤดูหนาวมาเพื่อทราบและดำเนินการในส่วนที่เกี่ยวข้อง รายละเอียดปรากฏตามเอกสารแนบท้าย



กองบริการทางการแพทย์
โทร. 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
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/จังหวัดสุราษฎร์ธานี
๕๔. เรือนจำอำเภอชัยบาดาล/จังหวัดลพบุรี
๕๕. เรือนจำอำเภอไชยา/จังหวัดสุราษฎร์ธานี
๕๖. เรือนจำอำเภอตะกั่วป่า/จังหวัดพังงา
๕๗. เรือนจำอำเภอทองผาภูมิ/กาญจนบุรี
๕๘. เรือนจำอำเภอทุ่งสง/จังหวัดนครศรีธรรมราช
๕๙. เรือนจำอำเภอปากพนัง/จังหวัดนครศรีธรรมราช
๖๐. เรือนจำอำเภอเทิง/จังหวัดเชียงราย
๖๑. เรือนจำอำเภอธัญบุรี/จังหวัดปทุมธานี
๖๒. เรือนจำอำเภอนางรอง/จังหวัดบุรีรัมย์
๖๓. เรือนจำอำเภอนาทวี/จังหวัดสงขลา
๖๔. เรือนจำอำเภอบัวใหญ่/จังหวัดนครราชสีมา
๖๕. เรือนจำอำเภอเบตง/จังหวัดยะลา
๖๖. เรือนจำอำเภอฝาง/จังหวัดเชียงใหม่
๖๗. เรือนจำอำเภอพล/จังหวัดขอนแก่น
๖๘. เรือนจำอำเภอภูเขียว/จังหวัดชัยภูมิ
๖๙. เรือนจำอำเภอแม่สอด/จังหวัดตาก
๗๐. เรือนจำอำเภอแม่สะเรียง/จังหวัดแม่ฮ่องสอน
๗๑. เรือนจำอำเภอรัตนบุรี/จังหวัดสุรินทร?
๗๒. เรือนจำอำเภอสวรรคโลก/จังหวัดสุโขทัย
๗๓. เรือนจำอำเภอสว่างแดนดิน/จังหวัดสกลนคร
๗๔. เรือนจำอำเภอสีคิ้ว/จังหวัดนครราชสีมา
๗๕. เรือนจำอำเภอหล่มสัก/จังหวัดเพชรบูรณ์
๗๖. เรือนจำอำเภอหลังสวน/จังหวัดชุมพร



ประกาศกรมควบคุมโรค

เรื่อง การป้องกันโรคและภัยสุขภาพ ที่เกิดในช่วงฤดูหนาวของประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๖๒

เนื่องจากขณะนี้ประเทศไทยเข้าสู่ฤดูหนาว สภาพอากาศเริ่มเปลี่ยนแปลงในหลายพื้นที่ โดยเฉพาะทางภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคกลางของประเทศไทย เริ่มมีอากาศหนาวเย็น อุณหภูมิลดลงอย่างต่อเนื่อง ซึ่งอาจส่งผลต่อสุขภาพของประชาชนและอาจเกิดแนวโน้มของการเจ็บป่วยด้วยโรคจากภัยหนาวเพิ่มขึ้น

กรมควบคุมโรคในฐานะหน่วยงานที่มีบทบาทภารกิจเกี่ยวกับการเฝ้าระวัง ป้องกัน ควบคุมโรคและภัยที่คุกคามสุขภาพ มีความห่วงใยในสุขภาพของประชาชน จึงขอให้ประชาชนดูแลร่างกาย และสุขภาพให้แข็งแรงอยู่เสมอ เพื่อลดโอกาสเจ็บป่วยด้วยโรคและภัยสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นในช่วงฤดูหนาว ดังนี้

๑. โรคติดต่อ ได้แก่

๑.๑ โรคหัด

๑.๒ โรคปอดอักเสบ

๑.๓ โรคไข้หวัดใหญ่

๑.๔ โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันจากเชื้อไวรัส

๑.๕ โรคมือ เท้า ปาก

๒. ภัยสุขภาพ ได้แก่

๒.๑ การเสียชีวิตที่เกี่ยวเนื่องจากภาวะอากาศหนาว

๒.๒ การสูดดมก๊าซพิษและขาดอากาศหายใจจากเครื่องทำน้ำอุ่นระบบก๊าซ

๒.๓ การเกิดอุบัติเหตุทางถนนในช่วงอากาศหนาวและหมอกจัด

รายละเอียดของโรคติดต่อ และภัยสุขภาพปรากฏตามเอกสารแนบท้ายประกาศนี้

จึงประกาศให้ทราบโดยทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ ๑๗ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๒

(นายสุวรรณชัย วัฒนายิ่งเจริญชัย)

อธิบดีกรมควบคุมโรค

รายละเอียดโรคติดต่อและภัยสุขภาพ
แนบท้ายประกาศกรมควบคุมโรค
เรื่อง การป้องกันโรคและภัยสุขภาพที่เกิดในช่วงฤดูหนาวของประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๖๒
ลงวันที่ ๓๑ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๒

---

๑. โรคติดต่อ

๑.๑ โรคหัด (Measles)

โรคหัดเกิดจากเชื้อไวรัส Measles พบเชื้อบริเวณในจมูกและลำคอของผู้ป่วย ผู้ป่วยส่วนใหญ่กลุ่มอายุ ๒๐ – ๓๙ ปี ไม่มีประวัติการได้รับวัคซีนหัดหรือไม่แน่ใจว่าเคยได้รับวัคซีนมาก่อน และพบผู้เสียชีวิตมีอายุระหว่าง ๗ เดือนถึง ๒ ปี ๖ เดือน ไม่เคยได้รับวัคซีนมาก่อนเช่นกัน โดยผู้ป่วยทุกรายมีภาวะแทรกซ้อนคือ ปอดอักเสบ

การติดต่อ สามารถติดต่อโดยการหายใจเอาละอองอากาศที่ปนเปื้อนเชื้อไวรัสหัดจากการไอ จาม หรือพูดคุยกันในระยะใกล้ชิดกับผู้ป่วย

อาการ ผู้ป่วยจะมีอาการคล้ายไข้หวัด คือ มีไข้ น้ำมูกไหล ไอ บางรายมีตาแดง ถ่ายเหลว มีจุดขาว ๆ เล็ก ๆ ที่กระพุ้งแก้ม หลังจากมีไข้ประมาณ ๓ – ๔ วัน จะเริ่มมีผื่นนูนแดงขึ้นมักเริ่มจากใบหน้าบริเวณชิดขอบผมและร่ายกาย เมื่อผื่นขึ้นประมาณ ๑ – ๒ วัน ไข้จะเริ่มลดลง ส่วนใหญ่ผื่นจางหายไปประมาณ ๒ สัปดาห์ บางรายอาจมีภาวะแทรกซ้อนรุนแรงทำให้เกิดปอดอักเสบ และสมองอักเสบได้

การป้องกัน โรคหัดเป็นโรคที่สามารถป้องกันได้ด้วยวัคซีน ซึ่งมีประสิทธิภาพในการป้องกันโรคได้มากกว่าร้อยละ ๙๕ สำหรับเด็กแนะนำให้ฉีดสองเข็ม เข็มแรกที่อายุ ๙ เดือน และเข็มที่สองตอนอายุ ๒ ปีครึ่ง สำหรับประชาชนทั่วไปสามารถฉีดวัคซีนเพื่อป้องกันและหลีกเลี่ยงการสัมผัสผู้ป่วย

๑.๒ โรคปอดอักเสบ (Pneumonia)

โรคปอดอักเสบ หรือที่รู้จักกันทั่วไปว่า "ปอดบวม" สามารถเกิดได้กับคนทุกเพศทุกวัย แต่อาการรุนแรงมักพบได้บ่อยในเด็กเล็กที่มีอายุต่ำกว่า ๒ ปี และผู้ที่มีอายุ ๖๕ ปีขึ้นไป หรือผู้ที่มีประวัติปัจจัยเสี่ยง เช่น โรคเบาหวาน โรคหอบหืด โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรคหัวใจ ผู้ที่มีภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่อง ฯลฯ โดยเชื้อก่อโรคที่สำคัญ ได้แก่ เชื้อ Streptococcus pneumonia เชื้อ Haemophilus influenza type b เชื้อ Chlamydia pneumonia และเชื้อ Mycoplasma pneumonia

การติดต่อ เชื้อโรคที่เป็นสาเหตุมักจะอยู่ในน้ำลายและเสมหะของผู้ป่วยและสามารถแพร่กระจายได้โดยการไอ จาม หรือการหายใจรดกัน

อาการ ผู้ป่วยมักจะมีอาการไข้ ไอ หายใจเร็วอาจมีการหอบ หายใจลำบาก เหงื่อออก หนาวสั่น บางรายอาจมีอาการซึม มีความรู้สึกสับสน อุณหภูมิร่างกายต่ำกว่าปกติ เด็กเล็กอาจมีอาการท้องอืด อาเจียน ซึม ไม่ดูดนม หรือน้ำ ทั้งนี้ ระดับความรุนแรงของอาการจะแตกต่างกันไปในผู้ป่วยแต่ละราย ขึ้นอยู่กับชนิดของเชื้อ อายุ และสุขภาพโดยรวมของผู้ป่วย

การป้องกัน...

การป้องกัน หลีกเลี่ยงการอยู่ในที่มีผู้คนแออัด ไม่ควรให้เด็กเล็กโดยเฉพาะเด็กที่อายุต่ำกว่า ๑ ปี และผู้มีสุขภาพไม่แข็งแรงคลุกคลีกับผู้ป่วยปอดอักแสบหรือผู้ป่วยที่มีอาการระบบทางเดินหายใจ ควรล้างมือบ่อย ๆ ด้วยน้ำสบู่ หรือแอลกอฮอล์เจล ดื่มน้ำมาก ๆ รับประทานอาหารให้ครบ ๕ หมู่ และควรฉีดวัคซีนเพื่อเสริมภูมิคุ้มกัน สำหรับป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ ไอพีดี หรือฮิบ หากสงสัยว่ามีอาการดังกล่าว ควรรีบไปพบแพทย์ เพื่อรับการรักษาอย่างทันที

๑.๓ โรคไข้หวัดใหญ่ (Influenza)

โรคไข้หวัดใหญ่เป็นโรคที่แพร่ระบาดได้ง่าย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงฤดูหนาว เกิดจากเชื้อไวรัสอินฟลูเอนซา (Influenza virus) กลุ่มอายุที่พบอัตราป่วยสูงสุดคือ กลุ่มแรกเกิด - ๔ ปี รองลงมาคือ ๕ - ๙ ปี และ ๑๐ - ๑๔ ปี ตามลำดับ ในกลุ่มผู้เสียชีวิตพบได้ตั้งแต่อายุ ๑ - ๙๕ ปี ผู้เสียชีวิตส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุ ซึ่งมีอายุมากกว่า ๖๕ ปีขึ้นไป และมีโรคประจำตัว มักพบการกระบาดเป็นกลุ่มก้อน พบได้มากในสถานที่ที่มีผู้คนอาศัยอยู่ร่วมกันอย่างแออัด เช่น เรือนจำ สถานศึกษา เป็นต้น

การติดต่อ ติดต่อโดยการหายใจหรือสัมผัสละอองฝอยจากการไอ จามของผู้ป่วยหรือจากการสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วย

อาการ ผู้ป่วยมักมีอาการไข้ ไอ มีน้ำมูก ปวดเมื่อยตามตัว บางรายอาจมีอาการรุนแรงเกิดภาวะปวดบวม หรือสมองอักแสบได้

การป้องกัน แนะนำให้ประชาชนควรดูแลสุขภาพให้แข็งแรง เลือกรับประทานอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ หลีกเลี่ยงการคลุกคลีกับผู้ที่มีอาการไข้หวัด โดยเฉพาะในสถานที่ที่มีผู้คนอยู่จำนวนมาก ทั้งนี้ หน่วยงานต่าง ๆ ควรมีมาตรการเฝ้าระวังและคัดกรองผู้ป่วย หากสังเกตพบผู้ป่วยที่มีอาการคล้ายไข้หวัดใหญ่ แนะนำให้หยุดเรียนหรือหยุดงาน กรณีมีไข้หากกินยาลดไข้แล้ว อาการไม่ดีขึ้นภายใน ๒ - ๓ วัน ควรรีบไปพบแพทย์ เพื่อตรวจวินิจฉัยและรับการรักษาต่อไป

๑.๔ โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันจากเชื้อไวรัส (Acute viral diarrhea)

โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันสามารถพบได้ตลอดทั้งปี เกิดได้หลายสาเหตุทั้งจากเชื้อแบคทีเรีย ไวรัส หรือสารเคมี แต่ในช่วงฤดูหนาวนี้เชื้อที่เป็นสาเหตุสำคัญของโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน ได้แก่เชื้อไวรัส เช่น โรตาไวรัส โนโรไวรัส ซาโปรไวรัส อะดีโนรัส แอสโปรไวรัส ฯลฯ โดยเฉพาะโรตาไวรัส (Rota virus) เป็นเชื้อที่ทำให้เกิดการระบาดเป็นกลุ่มก้อนและทำให้เด็กเสียชีวิตได้ มักพบบ่อยในกลุ่มเด็กเล็กที่มีอายุ ๑ - ๓ ปี

การติดต่อ ติดต่อโดยการรับประทานอาหารและน้ำที่มีเชื้อโรตาไวรัส

อาการ มักมีไข้ อาเจียน อุจจาระร่วงอย่างรุนแรง ทำให้เสียน้ำมาก บางรายรักษาไม่ทันอาจช็อคและเสียชีวิตได้ในที่สุด ปัจจุบันยังไม่มียารักษา ใช้วิธีรักษาแบบประคับประคองให้ยาตามอาการ เช่น ยาแก้อาเจียน ยาแก้ปวดท้อง และให้น้ำเกลือแร่ทดแทนการสูญเสียเกลือแร่จากการถ่ายอุจจาระและอาเจียน

การป้องกัน วิธีที่ดีที่สุดคือ การดูแลสุขอนามัยอาหารและน้ำ ควรรับประทานอาหารที่สุกใหม่ ๆ และดื่มน้ำต้มสุก การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สามารถช่วยลดโอกาสเสี่ยงที่เด็กจะเกิดโรคอุจจาระร่วงได้ ถ่ายอุจจาระลงในส้วมที่ถูกสุขลักษณะ หรือถ่ายลงในภาชนะที่รองรับมิดชิดแล้วนำไปกำจัดในส้วมที่ถูกสุขลักษณะ เพื่อไม่ให้เชื้อโรคแพร่กระจาย หมั่นล้างมือ และทำความสะอาดของเล่นเด็กบ่อย ๆ หลีกเลี่ยงการพาเด็กไปสถานที่แออัด ปัจจุบันมีวัคซีนป้องกันโรคอุจจาระร่วงจากเชื้อโรตาไวรัส แต่วัคซีนยังไม่ถูกบรรจุอยู่ในแผนงานสร้างเสริมภูมิคุ้มกันโรค

๑.๕ โรคมือ เท้า...

๑.๕ โรคมือ เท้า ปาก (Hand Foot Mouth Disease)

โรคมือ เท้า ปาก เกิดจากการติดเชื้อเอนเทอโรไวรัส ซึ่งมีอยู่หลายสายพันธุ์ ผู้ที่เคยป่วยสามารถเป็นซ้ำได้ ข้อมูลจากกองระบาดวิทยา พบว่า ในช่วง ๕ ปีที่ผ่านมา (พ.ศ.๒๕๕๗ – ๒๕๖๑) ผู้ป่วยโรคมือ เท้า ปาก มีแนวโน้มสูงขึ้น เฉลี่ยปีละ ๖๕,๐๐๐ ราย สามารถพบได้ในทุกเพศ ทุกวัย พบบ่อยกลุ่มเด็กอายุน้อยกว่า ๕ ปี แม้ในช่วงฤดูหนาวจะไม่ใช่ช่วงที่มีการระบาดของโรคสูงที่สุด แต่ในเดือนพฤศจิกายนไปจนถึงปลายเดือนกุมภาพันธ์ในปีถัดไป ถือได้ว่าเป็นช่วงที่เริ่มมีการระบาดอีกครั้ง

การติดต่อ สามารถติดต่อจากแหล่งที่มีเชื้อไวรัสโดยตรง เช่น สัมผัสผ่านทางน้ำมูก น้ำลาย ผื่น ตุ่มน้ำใส หรืออุจจาระของผู้ป่วย หรือการสัมผัสทางอ้อม เช่น ของเล่น ราวจับบันได ลูกบิดประตู เป็นต้น

อาการ ผู้ป่วยบางรายอาจมีไข้ มีแผลหรือตุ่มในช่องปาก กระพุ้งแก้ม หรือมีผื่นแดง หรือตุ่มบริเวณฝ่ามือ ฝ่าเท้า ส่วนใหญ่อาการไม่รุนแรงและสามารถหายได้เอง มีผู้ป่วยส่วนน้อยที่เกิดภาวะแทรกซ้อนรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิต เช่น ปอดอักเสบ สมองอักเสบ น้ำท่วมปอด กล้ามเนื้อหัวใจอักเสบหรือหัวใจล้มเหลว เป็นต้น

การป้องกัน ปัจจุบันยังไม่มียารักษาที่จำเพาะและยังไม่มีวัคซีนป้องกันโรค การรักษาส่วนใหญ่เป็นแบบตามอาการป่วย พ่อแม่หรือผู้ปกครอง และครูจะต้องสังเกตอาการผิดปกติของบุตรหลาน และนักเรียน ถ้าพบว่าเด็กมีอาการสงสัยป่วยเป็นโรคมือ เท้า ปาก ให้แยกเด็กป่วยออกจากเด็กปกติ

๒. ภัยสุขภาพ

๒.๑ การเสียชีวิตที่เกี่ยวเนื่องจากภาวะอากาศหนาว

การเสียชีวิตที่เกี่ยวข้องกับอากาศหนาว มักเกิดขึ้นในกลุ่มผู้สูงอายุ คนเร่ร่อน ผู้มีโรคประจำตัว ผู้ดื่มสุราในช่วงอากาศหนาว หรือดื่มสุราเพื่อคลายความหนาว จากรายงานเฝ้าระวังการเสียชีวิตที่เกี่ยวเนื่องจากอากาศหนาว กองระบาดวิทยา ระหว่างช่วงเดือนตุลาคม - กุมภาพันธ์ ของทุกปี ปัจจัยเสี่ยงสำคัญที่ทำให้คนเสียชีวิตในช่วงฤดูหนาว ได้แก่ คนที่ดื่มสุราเป็นประจำ คนที่มีโรคประจำตัว โดยเฉพาะโรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง เบาหวาน ลมชัก หอบหืด เป็นต้น มักเสียชีวิตในบ้านในช่วงอากาศหนาวเย็น คืออายุระหว่าง ๔๐ - ๕๙ ปีขึ้นไป อาชีพของผู้เสียชีวิตเกี่ยวเนื่องกับภาวะอากาศหนาวมากที่สุด คือ รับจ้าง รองลงมาคือ เร่ร่อน และเก็บของเก่า ปัจจัยหลักที่ทำให้เสียชีวิตในช่วงอากาศหนาว คือ การดื่มสุรา

คำแนะนำสำหรับการป้องกันตนเองจากภัยหนาว

(๑) ไม่ควรดื่มสุรา และเสพของมึนเมาในช่วงที่มีอากาศหนาวเย็น

(๒) รักษาร่างกายให้แข็งแรง ออกกำลังกาย รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ และให้ความอบอุ่นต่อร่างกายให้เพียงพอ

(๓) ควรให้การดูแลและช่วยเหลืออย่างใกล้ชิดในกลุ่มเสี่ยงที่อาจเกิดภาวะอุณหภูมิร่างกายต่ำลงได้ง่าย ได้แก่ กลุ่มผู้สูงอายุ คนที่มีโรคประจำตัว เด็กเล็ก คนพิการ เป็นต้น

(๔) จัดหาเสื้อผ้าหรือเครื่องนุ่งห่มกันความหนาวและที่อยู่อาศัยที่เหมาะสมที่จะปกป้องลมหนาวได้ โดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยงควรให้ได้รับอย่างเพียงพอ

(๕) ระมัดระวังและสังเกตอาการผู้ป่วยหลังกินยารักษาโรคบางชนิด เช่น ยากล่อมประสาท ยารักษาอาการชัก และอื่น ๆ ฯลฯ ที่มีผลต่อร่างกายในภาวะอุณหภูมิร่างกายต่ำลง ช่วงกลางคืนอากาศหนาวเย็น ผู้ป่วยที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคหอบหืด โรคหัวใจ ฯ อาจเกิดอาการเฉียบพลันและเสียชีวิตได้ง่าย ญาติควรรีบนำส่งโรงพยาบาล หรือเรียกบริการหน่วยแพทย์ฉุกเฉิน ๑๖๖๙

๒.๒ การสูดดม...

๒.๒ การสูดดมก๊าซพิษและขาดอากาศหายใจจากเครื่องทำน้ำอุ่นระบบแก๊ส

การเดินทางท่องเที่ยวในช่วงอากาศหนาวเย็นและเข้าพัก โรงแรม รีสอร์ท หรือสถานบริการต่าง ๆ ควรระมัดระวังการเข้าพักอาศัยในที่มีการใช้เครื่องทำน้ำอุ่นระบบแก๊ส ที่อาจก่อให้เกิดอันตรายถึงแก่ชีวิตและสาเหตุหนึ่งของการเจ็บป่วยและเสียชีวิตที่เกิดขึ้นได้บ่อยครั้งในช่วงฤดูหนาว สาเหตุที่ทำให้ผู้ที่อาบน้ำป่วยและเสียชีวิตได้ มักเกิดจากขณะเปิดใช้งานเครื่องทำน้ำอุ่นระบบแก๊ส จะมีการเผาไหม้เพื่อนำความร้อนไปทำให้น้ำอุ่น แต่การเผาไหม้ไม่สมบูรณ์ทำให้เกิดก๊าซคาร์บอนมอนนอกไซด์ ไปแทนที่ออกซิเจนที่อาจมีน้อยอยู่แล้ว ทำให้คนที่อาบน้ำในห้องน้ำ โดยเฉพาะในบริเวณที่มีออกซิเจนต่ำ เกิดการสูดดมก๊าซคาร์บอนมอนนอกไซด์เข้าไปในปริมาณมากและเป็นเวลานาน คาร์บอนมอนนอกไซด์จะไปเกาะจับเม็ดเลือดแดงแทนออกซิเจน ทำให้ร่างกายขาดออกซิเจนและขาดอากาศหายใจ ผู้ป่วยจะมีอาการวิงเวียนศีรษะ ปวดศีรษะ มึนงง หน้ามืด หายใจลำบาก คลื่นไส้ อาเจียน ซึม หมดสติ และอาจเสียชีวิตได้ กลุ่มที่มีความเสี่ยง ได้แก่ เด็ก ผู้สูงอายุ หรือผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง โรคระบบทางเดินหายใจ เป็นต้น

คำแนะนำสำหรับผู้ที่ใช้เครื่องทำน้ำอุ่นระบบแก๊ส ควรปฏิบัติ ดังนี้

(๑) เจ้าของกิจการหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรมีการตรวจสอบเครื่องทำน้ำอุ่นระบบแก๊สให้ได้มาตรฐานและปลอดภัย โดยติดตั้งในห้องที่มีการระบายอากาศที่เพียงพอ ควรติดตั้งพัดลมดูดอากาศออก ติดป้ายเตือน และบอกวิธีใช้งานของเครื่องทำน้ำอุ่นไว้อย่างชัดเจน

(๒) ไม่ควรอาบน้ำเป็นเวลานาน ควรเว้นระยะเวลาอย่างน้อย ๑๕ - ๒๐ นาที เพื่อให้อากาศระบายออกก่อนคนถัดไปจะอาบหรือใช้ห้องน้ำต่อ หากมีอาการขณะอาบน้ำ เช่น วิงเวียน หน้ามืด หายใจลำบาก หรือหากได้กลิ่นแก๊สผิดปกติ ควรรีบเปิดประตู ปิดเครื่องทำน้ำอุ่น และออกจากห้องน้ำทันที

(๓) คนที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง โรคระบบทางเดินหายใจ ควรให้ความระมัดระวังมากขึ้นในการใช้ห้องน้ำที่มีเครื่องทำน้ำอุ่นแบบใช้ระบบแก๊ส เพราะหากได้รับก๊าซดังกล่าวจะทำให้เสียชีวิตได้ง่ายกว่ากลุ่มอื่น ๆ

(๔) ควรให้ความรู้แก่ประชาชนในการเข้าพักอาศัยในโรงแรม ที่พัก ที่มีการใช้เครื่องทำน้ำอุ่นแบบใช้ระบบแก๊ส อย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะพื้นที่ที่ไม่มีไฟฟ้าเพียงพอ และจำเป็นต้องใช้แก๊สเป็นเชื้อเพลิง เช่น บริเวณป่า ภูเขาสูง ฯ

(๕) หากพบเห็นคนหมดสติขณะอาบน้ำ ควรเปิดประตูเพื่อระบายอากาศ นำผู้ป่วยไปยังพื้นที่โล่ง ปฐมพยาบาลเบื้องต้น และโทรแจ้งสายด่วน ๑๖๖๙ นำส่งสถานพยาบาลที่ใกล้ที่สุด

๒.๓ การเกิดอุบัติเหตุทางถนนในช่วงอากาศหนาว และหมอกจัด

ในช่วงฤดูหนาวการเดินทางไปท่องเที่ยวเพื่อสัมผัสกับความหนาวเย็นยังเป็นที่นิยมของนักท่องเที่ยวในทุก ๆ ปี ซึ่งระหว่างการเดินทางอาจเกิดอุบัติเหตุทางถนนจากการมีหมอกลงจัดและทัศนะวิสัยที่ไม่ดี ร่วมกับการขับรถเร็วและดื่มสุราขณะขับรถยนต์ จากรายงานสถิติการบาดเจ็บจากอุบัติเหตุ กองยุทธศาสตร์และแผนงาน กระทรวงสาธารณสุข พบว่า ระหว่างเดือนตุลาคม - มกราคม ของทุกปี มักพบอุบัติเหตุทางถนนสูงสุด ส่วนหนึ่งอาจเกิดจากมีการเดินทางท่องเที่ยวมากขึ้น ประกอบกับในช่วงฤดูหนาวอาจเกิดทัศนะวิสัยที่ไม่ดี จากการมีหมอกจัด จึงทำให้เกิดอุบัติเหตุทางถนนได้ง่าย

คำแนะนำ...

คำแนะนำสำหรับผู้ใช้รถใช้ถนนในช่วงอากาศหนาว และหมอกลงจัด ควรปฏิบัติ ดังนี้

(๑) ตรวจสอบสภาพภูมิอากาศและเส้นทางก่อนออกเดินทาง หากพบว่ามีทัศนะวิสัยไม่ดี หมอกลงจัด ไม่ควรเดินทาง หรือหากจำเป็นควรขับด้วยความระมัดระวัง และเปิดไฟหน้าระหว่างการเดินทางช่วงหมอกลงจัด

(๒) นอนหลับ พักผ่อนให้เพียงพอ ก่อนขับรถยนต์ในระยะทางไกล

(๓) ตรวจสอบสภาพเครื่องยนต์ (เบรค ยาง ล้อ) ให้อยู่ในสภาพปลอดภัยและพร้อมใช้งาน

(๔) ปฏิบัติตามกฎจราจร ไม่ดื่มสุรา ไม่ขับเร็ว คาดเข็มขัด และสวมหมวกนิรภัย ทุกครั้ง หากยังไม่มีความชำนาญในการขับรถยนต์เพียงพอไม่ควรขับรถยนต์ในระยะทางไกลหรือเส้นทางที่ไม่คุ้นเคย

แนวทางปฏิบัติเพื่อเป็นการเฝ้าระวังป้องกันโรคและภัยสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นได้ในเรือนจำ โดยเฉพาะในช่วงฤดูหนาว

.....

เพื่อเป็นการเฝ้าระวังป้องกันโรคและภัยสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นได้ในเรือนจำโดยเฉพาะในช่วงฤดูหนาว กรมราชทัณฑ์ได้กำหนดแนวทางปฏิบัติเพื่อเป็นการเฝ้าระวังป้องกันโรคและภัยสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นได้ในเรือนจำ ดังนี้

๑. ประชาสัมพันธ์ให้เจ้าหน้าที่และผู้ต้องขังทราบ เรื่อง โรคและภัยสุขภาพที่พบได้ในฤดูหนาว เช่น ไข้หวัดใหญ่ โรคหัด โรคปอดอักเสบ หรือระบบทางเดินอาหาร เช่นโรคอุจจาระร่วง เฉียบพลัน โดยให้เจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์และผู้ต้องขังดูแลสุขภาพให้แข็งแรงและทำร่างกายให้อบอุ่นอยู่เสมอ สวมใส่เสื้อผ้าหนาๆ โดยเฉพาะผู้สูงอายุและผู้ที่มีโรคประจำตัว เพราะเสี่ยงต่อการติดเชื้อได้ง่ายออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ อย่างน้อยวันละ ๓๐ นาที ทั้งนี้ให้ศึกษาจากแนวทางปฏิบัติ/มาตรการเพื่อการเฝ้าระวังเฉพาะโรค (เอกสารแนบท้าย)

๒. ตรวจคัดกรองผู้ต้องขังที่มีอาการป่วยโรคหวัดหรือคล้ายหวัด เช่น มีไข้ ไอ ตาแดง ถ่ายเหลว การติดต่อผ่านการไอ จาม ทุกวัน ในกรณีพบผู้ต้องขังป่วยอาการดังกล่าว ให้รีบให้การดูแลรักษาและประสานงานกับหน่วยบริการสาธารณสุขในพื้นที่ทันที พร้อมแจกวัสดุอุปกรณ์ป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ

๓. ในกรณีพบผู้ป่วยมีอาการป่วยคล้ายไข้หวัดใหญ่ เช่น มีไข้ ไอ มีน้ำมูก ปวดเมื่อยตามตัว ให้แยกผู้ป่วยออกจากผู้อื่น ให้ยาลดไข้ รีบให้พบแพทย์เพื่อตรวจวินิจฉัย และรับการรักษา นอกจากนี้หากผู้ป่วยมีอาการรุนแรง เช่น หายใจเร็ว หอบ หายใจลำบาก เหงื่อออก หนาวสั่น หรือซึมลง ความรู้สึกสับสน อุณหภูมิในร่างกายต่ำกว่าปกติ ซึ่งอาการดังกล่าวบ่งบอกถึงโรคปอดอักเสบให้รีบส่งพบแพทย์เพื่อให้การวินิจฉัยและรักษาโดยเร็ว

๔. ให้ความร่วมมือกับหน่วยงานสาธารณสุขภายนอกเรือนจำในกรณีการเร่งรัดการฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ และโรคหัดในเรือนจำทั้งนี้เพื่อเสริมภูมิคุ้มกันและป้องกันการเกิดโรค

๕. กวดขันเรื่องอาหารที่ญาตินำมาเยี่ยม และอาหารร้านค้าสวัสดิการผู้ต้องขัง ควรเป็นอาหารแห้งหรืออาหารที่ปรุงสุก ไม่ควรมีอาหารที่ปรุงสุกๆ ดิบๆ เช่น ลาบ หลู้ น้ำตก หรืออาหารที่ทำไว้ล่วงหน้านานๆ นอกจากนี้ควรเข้มงวดเรื่องการจัดซื้อน้ำแข็งมาจำหน่ายจากแหล่งผลิตที่มีคุณภาพ และกวดขันเรื่องการจัดเก็บที่สะอาดปราศจากการปนเปื้อน

๖. จัดเตรียมน้ำดื่ม น้ำใช้ให้เพียงพอ น้ำดื่มต้องเป็นน้ำที่สะอาด ใส่ในภาชนะที่ถูกสุขลักษณะจัดเตรียมไว้ตามจุดต่างๆ ให้เพียงพอกับจำนวนผู้ต้องขัง

๗. ให้มีการตรวจวัดระดับคลอรีนตกค้างในน้ำใช้เป็นระยะๆ หากระดับคลอรีนต่ำกว่ามาตรฐานให้เติมคลอรีนให้ได้ระดับ

๘. ให้มีการกำจัดขยะมูลฝอย และเศษอาหารอย่างสม่ำเสมอ ไม่ให้มีขยะตกค้าง โดยจัดให้มีถังขยะที่มีฝาปิดมิดชิดให้เพียงพอตามจุดต่างๆ รวมทั้งที่พักขยะ เพื่อมิให้เป็นแหล่งเพาะพันธุ์แมลงวันและป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรค

๙. จัดการน้ำอุปโภคให้เพียงพอต่อการใช้งาน ดูแลรักษาความสะอาดบริเวณห้องน้ำ/ห้องส้วม และประสานงานหน่วยงานภายนอกในการดูดส้วมเป็นระยะๆ

๑๐. จัดให้มีอ่างล้างมือพร้อมสบู่ ตามจุดต่างๆ และดูแลกวดขันให้ผู้ต้องขังล้างมือเมื่อสัมผัสสิ่งสกปรก หรือก่อนรับประทานอาหาร เป็นต้น

๑๑. สำหรับผู้ต้องขังที่ทำหน้าที่ปรุงอาหารและการจัดเลี้ยง จะต้องมีการตรวจสุขภาพหากพบว่ามีอาการอุจจาระร่วง ควรหยุดปฏิบัติงานจนกว่าจะหาย