

☐สำนักงาน

☐คลัง

☐กองคลัง

☐กองช่าง

☒กองสาธารณสุข

☐กองการศึกษา

ที่ ยล ๐๐๒๓.๑๔/ว ๒๖๖

ด้านที่สุด



สำนักงานเทศบาลตำบลเมืองรามันท์

เลขรับ.....๔๗๗๗

วันที่.....25 มี.ค. 2567

เวลา.....

๒๕ มีนาคม ๒๕๖๗

ที่ว่าการอำเภอรามัน

ถนนจรูญวิถี ยล ๔๕๑๔๐

เลขรับ.....๐๘๗

วันที่.....๒๕ มี.ค. ๒๕๖๗

เวลา.....

เรื่อง ขอความร่วมมือประชาสัมพันธ์มาตรการเฝ้าระวังและผลกระทบต่อสุขภาพจากโรคฮีทสโตรก (Heat stroke)

เรียน นายกเทศมนตรีตำบลเมืองรามันท์ นายกเทศมนตรีตำบลโกตาบารู นายกเทศมนตรีตำบลบาลอ และนายกองค์การบริหารส่วนตำบล ทุกแห่ง

สิ่งที่ส่งมาด้วย สำเนาหนังสือจังหวัดยะลา ด้านที่สุด ที่ ยล ๐๐๒๓.๖/ว ๒๕๖๓ ลงวันที่ ๒๐ มีนาคม ๒๕๖๗

จำนวน ๑ ชุด

ด้วยอำเภอรามัน ได้รับแจ้งจากสำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดยะลาว่า กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นได้ทราบข่าวประกาศกรมอุตุนิยม เรื่อง การเข้าสู่ฤดูร้อนของประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๖๗ ประกาศ ณ วันที่ ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗ ว่า ประเทศไทยได้สิ้นสุดฤดูหนาวและเข้าสู่ฤดูร้อนแล้ว เมื่อวันที่ ๒๑ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๖๗ โดยในตอนกลางวันบริเวณประเทศไทยมีอากาศร้อนเกือบทั่วไปต่อเนื่อง อุณหภูมิสูงสุดมากกว่า ๓๕ องศาเซลเซียส และคาดว่าฤดูร้อนจะสิ้นสุดลงประมาณกลางเดือน พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๗ ซึ่งผลจากการเข้าสู่ฤดูร้อนจะทำให้ประชาชนมีโอกาสป่วยเป็นโรคฮีทสโตรก (Heat stroke) ซึ่งเป็นภาวะที่ร่างกายไม่สามารถปรับตัวหรือควบคุมระดับความร้อนภายในร่างกายจากสภาพอากาศที่ร้อนจัด หากไม่ได้รับการรักษาอย่างทันท่วงทีอาจทำให้เสียชีวิตได้

อำเภอรามันพิจารณาแล้ว เพื่อเป็นการเฝ้าระวังและป้องกันโรคฮีทสโตรก จึงขอให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ดำเนินการประชาสัมพันธ์ ดังนี้

๑. สร้างการรับรู้ให้ประชาชนในพื้นที่ทราบว่า โรคฮีทสโตรก (Heat stroke) เป็นภาวะที่ร่างกายไม่สามารถปรับตัวหรือควบคุมระดับความร้อนภายในร่างกายจากสภาพอากาศที่ร้อนสูงกว่าปกติ โดยมีความสำคัญ ได้แก่ ตัวร้อน อุณหภูมิร่างกายสูง ๔๐ องศาเซลเซียส ส่งผลให้เกิดอาการหน้ามืด เพื่อกระสับกระส่าย มึนงง หายใจเร็ว หัวใจเต้นผิดจังหวะ ชักเกร็ง ช็อก จนถึงหมดสติ หากไม่ได้รับการรักษาอย่างทันท่วงทีอาจทำให้เสียชีวิตได้ โดยมีบุคคลกลุ่มเสี่ยง ดังนี้

- (๑) ผู้ที่ทำงานหรือทำกิจกรรมกลางแจ้งแดดร้อนจัด
- (๒) กลุ่มเด็กอายุต่ำกว่า ๕ ขวบ และผู้สูงอายุ เนื่องจากร่างกายไม่สามารถระบายความร้อนได้ดีเท่าคนหนุ่มสาว
- (๓) ผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง โรคความดันโลหิตสูง
- (๔) ผู้ที่มีภาวะอ้วน
- (๕) ผู้ที่พักผ่อนไม่เพียงพอ
- (๖) ผู้ที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปริมาณมาก

๒. การป้องกันตนเองจากโรคฮีทสโตรก ดังนี้

- (๑) สวมใส่เสื้อผ้าสีอ่อน ระบายความร้อนได้ดี
- (๒) ควรอยู่ในที่มีอากาศถ่ายเทสะดวก
- (๓) ลดหรือเลี่ยงทำกิจกรรมที่ต้องออกแรงกลางแจ้งนาน ๆ
- (๔) สวมแว่นกันแดด กางร่ม สวมหมวกปีกกว้าง
- (๕) ควรดื่มน้ำ ๒-๓ ลิตรต่อวัน เพื่อชดเชยการเสียน้ำในร่างกายจากเหงื่อออก
- (๖) หลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทุกชนิด
- (๗) ผู้ที่ออกกำลังกาย ควรเลือกออกกำลังกายในช่วงเช้าหรือช่วงเย็น เนื่องจากเป็นช่วงที่อากาศไม่ร้อนมากและเป็นเวลาที่เหมาะสม

๓. การปฐมพยาบาลเบื้องต้น หากพบผู้ที่มีอาการเป็นโรคฮีทสโตรก (Heat stroke)

- (๑) นำคนป่วยเข้าที่ร่ม ให้อากาศถ่ายเทได้สะดวก ไม่โดนแสงแดด เพื่อลดอุณหภูมิในร่างกายลง
 - (๒) ถอดเสื้อผ้าที่ไม่จำเป็นออก เช่น เสื้อคลุม หรือ ถุงเท้า
 - (๓) ให้นอนราบ ยกเท้าสูงสองข้าง เพื่อเพิ่มการไหลเวียนของเลือด
 - (๔) ให้ดื่มเกลือแร่ หรือ เครื่องดื่มที่ให้ความชุ่มชื้นต่อร่างกาย
 - (๕) เช็ดตัว ประคบเย็นตามซอกคอ ตัว รักแร้ ขาหนีบ หน้าผาก หรือเป่าลมเย็นเพื่อให้ร่างกายสามารถระบายความร้อนได้
 - (๖) โทรแจ้งสายด่วน ๑๖๖๙ หรือ นำส่งโรงพยาบาลทันที
- รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย ทั้งนี้ สามารถดาวน์โหลดได้ที่เว็บไซต์ของสำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดยะลา www.yalalocal.go.th “หัวข้อหนังสือราชการส่วนท้องถิ่น”

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาดำเนินการ

เรียน ผอ.ชมท.ย.ย.ล.

- อ.วรมัน ส่งเอกสารให้ อ.พ.ว.เพื่อขอใบแจ้งข้อสงสัย
โรคฮีทสโตรก ๑๖๖๙ ให้ อ.พ.ว.แล้ว
ปลัดชมท.ย.ล.

- เมื่อส่งเอกสารแล้วแล้ว
๒๕ มี.ค. ๖๗

ขอแสดงความนับถือ

(นายจรรยาศักดิ์ หมาดเท่ง)
นายอำเภอรามัน

(นายมานิตย์ ชุมห่อง)
ปลัดเทศบาลตำบลเมืองรามันท์

อ.พ.ว. ส่งเอกสาร

เน้นขอคำแนะนำจาก อ.พ.ว.เพื่อไม่ให้ผิดพลาด
ทราบแล้วขอใบแจ้งข้อสงสัย ๑๖๖๙ ส่ง อ.พ.ว.

(นายไพฑูริ์ รัชชานันท์)

นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ รักษาการแทน
ผู้อำนวยการกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

(นางสาวอิตติขาม วาเมย์ชา)

เจ้าพนักงานสาธารณสุขปฏิบัติงาน
๒๖ มี.ค. ๖๗

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นอำเภอ

โทร/โทรสาร ๐-๗๓๒๙-๕๖๐๕

(นายรักษพงษ์ เจริญภักดีนันท์)

“ร่วมใจขับเคลื่อน วาระรามัน สะอาด” รองนายกเทศมนตรี ปฏิบัติราชการแทน
นายกเทศมนตรีตำบลเมืองรามันท์