

ไข้หวัดใหญ่ 2569

รู้ทัน ป้องกันได้ ลดป่วยรุนแรง

ฉีดวัคซีนทุกปี • ล้างมือ • สวมหน้ากากเมื่อป่วย • ป่วยแล้วหยุดพัก



1 สถานการณ์ล่าสุดของไทย

(ข้อมูล DDS กองระบาด
- 12.08.2569)



ผู้ป่วยสะสม

264,115

ราย



อัตราป่วย

400.96

ต่อแสนประชากร



เสียชีวิต

31 ราย

(>ร้อยละ 60 เป็น กลุ่มอายุ 60 ปีขึ้นไป)

สัปดาห์ล่าสุดเริ่มลดลงเล็กน้อย แต่ยังสูงกว่าค่ามัธยฐาน 5 ปีย้อนหลัง

2 กลุ่มที่พบอัตราป่วยสูง



- อันดับ 1 เด็กอายุ 5-9 ปี
- รองลงมา 0-4 ปี
- และ 10-14 ปี

**เด็กเล็ก - เด็กวัยเรียน
ต้องเฝ้าระวังเป็นพิเศษ**

3 อาการที่พบบ่อย



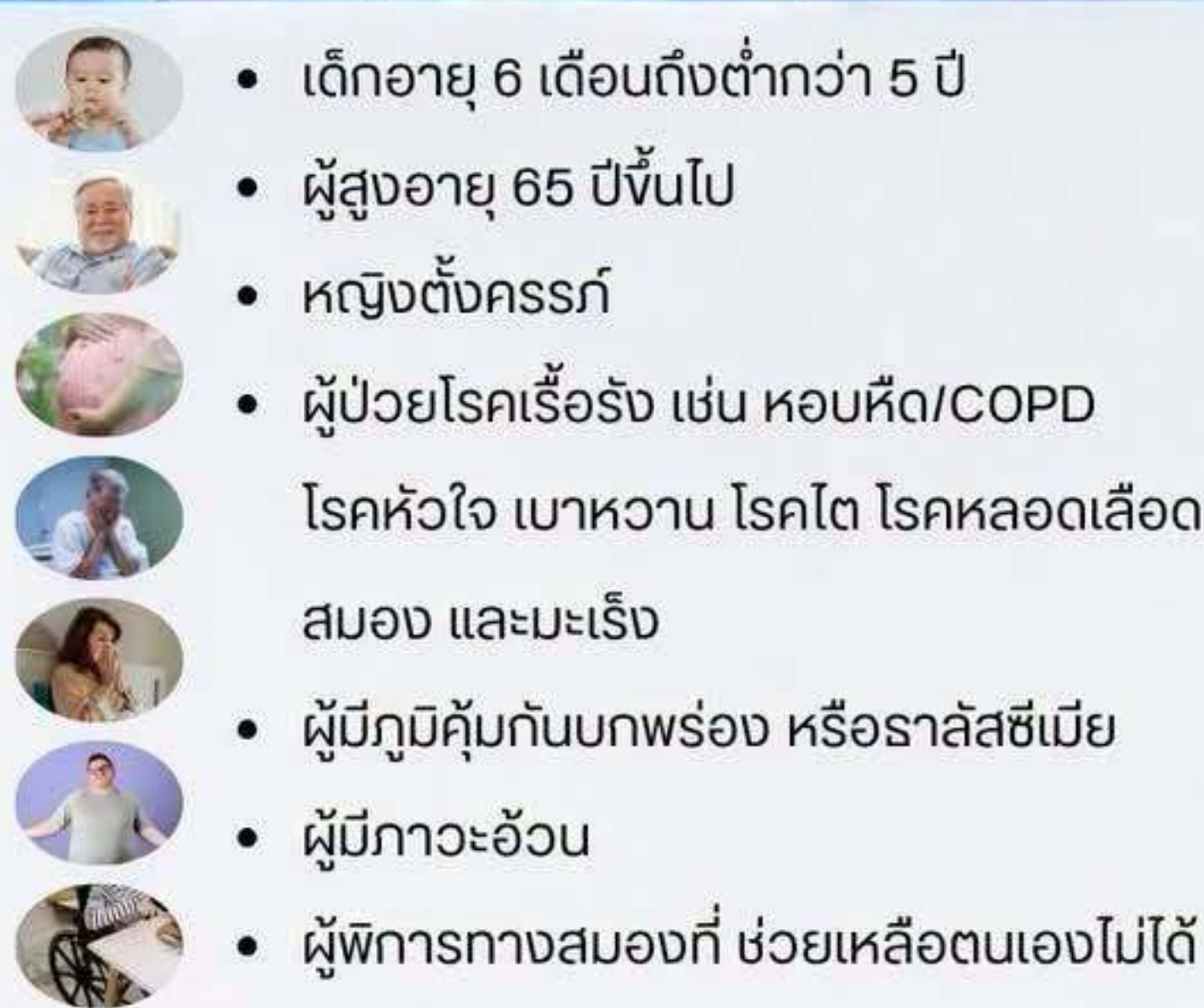
อาการมักเกิดขึ้นรวดเร็ว และ
อ่อนเพลียมากกว่าหวัดธรรมดา

4 ติดต่ออย่างไร?



แพร่เชื้อได้ง่ายในสถานที่แออัด
เช่น โรงเรียน และสถานที่ทำงาน

5 7 กลุ่มเสี่ยงป่วยรุนแรง?



6 อาการแบบไหน ต้องรีบพบแพทย์



- หอบเหนื่อย
- ซึมลง หรือปลุกยาก
- ไข้สูงไม่ลด
- กินได้น้อย เสียแรงจาง
- อาการโดยรวมแย่ลง

โดยเฉพาะเด็กเล็ก ผู้สูงอายุ
หญิงตั้งครรภ์ และผู้มีโรคประจำตัว

7 การป้องกันและวัคซีน



สวมหน้ากากเมื่อป่วยหรืออยู่ในพื้นที่แออัด

วัคซีนช่วยลดป่วยรุนแรง

- ฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่
ทุกปี ปีละ 1 ครั้ง โดยเฉพาะ
กลุ่มเสี่ยง
- ลดป่วยรุนแรงและภาวะ
แทรกซ้อน
- กลุ่มเสี่ยงรับวัคซีนฟรี
- 1 พ.ค. - 31 ส.ค. 2569



โดยเฉพาะเด็กเล็ก ผู้สูงอายุ
หญิงตั้งครรภ์ และผู้มีโรคประจำตัว

คำแนะนำ

การป้องกันตนเอง ในการรวมตัวของคนหมู่มาก

ปลอดภัยจาก **โรคทางเดินหายใจ**



“ไปที่คนหมู่มาก”
อย่าลืม !!
สวมหน้ากากอนามัย
ใช้แอลกอฮอล์เจล

ปิด



สวมหน้ากากอนามัย
เมื่อเข้าไปในพื้นที่ ที่มีคนแออัด
หรือสงสัยป่วย

ล้าง



ล้างมือทุกครั้งหลังสัมผัส
จุดสัมผัสร่วม เช่น ราวบันได
ลูกบิดประตู ด้วยน้ำและสบู่
หรือเจลแอลกอฮอล์

เลี่ยง



ผู้ที่มีความเสี่ยงควรหลีกเลี่ยง
การเข้าไปในพื้นที่ที่มีผู้คนแออัด

หยุด



เมื่อป่วยไม่ควรเข้าร่วมงาน
หากมีความจำเป็นให้สวมหน้ากากอนามัย
และควรหยุดพักจนกว่าจะหายดี



ผู้ที่มีภาวะเสี่ยง ได้แก่ ผู้ป่วยเรื้อรัง หญิงตั้งครรภ์ ผู้มีอายุมากกว่า 65 ปี
เด็กอายุต่ำกว่า 2 ปี ผู้มีภูมิคุ้มกันต่ำ และผู้มีโรคอ้วน



ที่มา: กลุ่มโรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ และโรคติดต่ออุบัติใหม่
จัดทำโดย: กลุ่มเตรียมความพร้อมตอบโต้ภาวะฉุกเฉิน และสื่อสารความเสี่ยง กองโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค

ข้อมูล ณ วันที่ 2 กันยายน 2569



RSV

ไวรัสตัวร้าย อันตรายถึงชีวิต!

โรคติดต่อทางเดินหายใจ
จากเชื้อไวรัสอาร์เอสวี

เชื้อไวรัสที่ก่อให้เกิดโรคทางเดินหายใจ มีอาการคล้ายไข้หวัด แต่สร้าง**ความรุนแรง**ถึงขั้นเสียชีวิตได้ มักเกิดขึ้นช่วงฤดูฝน-ฤดูหนาว พบได้ทุกกลุ่มอายุ แต่จะรุนแรงในกลุ่มเด็กและผู้สูงอายุที่มากกว่า 65 ปี

การติดต่อ

ผ่านสารคัดหลั่ง หรือ
การสัมผัสสิ่งของร่วมกัน



น้ำมูก



น้ำลาย



เสมหะ



สัมผัสร่วม

อาการที่ชัด

อาการคล้ายไข้หวัด

มีไข้

มีน้ำมูก

ไอ

อาการรุนแรง

หายใจเร็ว หายใจหอบ หายใจมีเสียงหวีด เบื่ออาหาร เชื่องซึม
อาจเกิดภาวะแทรกซ้อนรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิตได้

ป้องกันอย่างไร



ล้างมือบ่อย ๆ



สวมหน้ากากอนามัย



ปิดปากและจมูกเมื่อไอ จาม



เลี่ยงการไปพื้นที่แออัด



เลี่ยงการสัมผัสใบหน้า



ไม่ใช้สิ่งของร่วมกัน

ผู้ใหญ่ก็สามารถติดเชื้อไวรัส RSV ได้

และยังไม่มีวัคซีนป้องกัน ใช้การรักษาตามอาการเท่านั้น
หากมีอาการสงสัยควรรีบพบแพทย์ **"ตรวจพบไว ป้องกันได้"**

ข้อมูล ณ วันที่ 14 กันยายน 2565



FACEBOOK



WEBSITE

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา

ถนนราชสีมา-โชคชัย ตำบลหนองบัวศาลา อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา 30000

☎ 0 4421 2900 ต่อ 305

📠 0 4421 8018

☎ 1422

สายด่วนกรมควบคุมโรค



กรมควบคุมโรค เตือน



กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control

ไม่มีอาการ = ไม่ติดเชื้อ?

เปิดความจริง 'ภัยเงียบโควิด'
ที่ทำร้ายคนในบ้านโดยไม่รู้ตัว

1 สยบความเชื่อผิดๆ (Fact vs Fake)



❌ ความเชื่อผิดๆ

"ถ้าเรายังแข็งแรงดี
ไม่มีไข้ ไม่มีไอ ไม่มีเจ็บคอ
แสดงว่าไม่ติดโควิด-19
แน่นอน เดินทางไปไหน
มาไหนก็ปลอดภัย
ไม่ต้องระวังตัวก็ได้"

✅ ความจริงทางการแพทย์

"ผู้ติดเชื้อโควิด-19 หลายราย
อาจไม่มีอาการป่วยแสดงออกมาเลย
แต่ร่างกายยังมีเชื้อแฝงอยู่
และสามารถแพร่กระจายไวรัส
ไปสู่ผู้อื่นได้ตามปกติ"
ผ่านละอองฝอยน้ำมูก น้ำลาย
จากการพูดคุย ไอ จาม หรือ
การใช้ของร่วมกัน



2 เช็กด่วน! อาการเตือนเด่นชัด

หากร่างกายเริ่มอ่อนแอหรือเริ่มแสดงอาการป่วย
ให้รีบแยกตัว ตรวจคัดกรองด้วย ATK ทันทีเมื่อมีอาการเหล่านี้



มีไข้ ตัวร้อน



ไอ / เจ็บคอ /
มีน้ำมูกไหล



จุกไม่ไถ่กลืน /
ลิ้นไม่รับรส



อาการอันตรายวิกฤต

"เหนื่อยหอบ
หายใจลำบาก"

หากมีอาการนี้ให้รีบพบแพทย์ด่วนที่สุด

3 คัด 3 ปรับ... ปกป้องคนในบ้านให้รอดโควิด

1 สวมหน้ากากอนามัย

ทุกครั้งเมื่อต้องออกไปพื้นที่สาธารณะ
แหล่งชุมชน หรือสถานที่แออัด
ที่มีผู้คนจำนวนมาก



2 ล้างมือให้บ่อยที่สุด

ด้วยน้ำและสบู่ หรือล้างด้วย
เจลแอลกอฮอล์ทันที
หลังจากสัมผัส
สิ่งของสาธารณะ



ราวจับ



ลูกบิดประตู



ปุ่มลิฟต์

3 รักษาระยะห่าง ก่อนใกล้ชิด

เว้นระยะห่าง 1 - 2 เมตร
และหลีกเลี่ยงการกอด หอม
หรือกินอาหารร่วมกันกับ
ผู้สูงอายุและผู้มีโรคประจำตัว
ในบ้าน หากตนเองเพิ่งไปสัมผัส
พื้นที่เสี่ยงภายนอกมา



1 - 2 เมตร

ช่องทางติดตามสถานการณ์โรค



ข้อมูลวันที่
4/9/69



1422

สายด่วนกรมควบคุมโรค



ddc.moph.go.th/odpc5



สกร.5 ราชบุรี
กรมควบคุมโรค



DPC5
CHANNEL



LINE OA
สกร.5 ราชบุรี



ที่มา : กลุ่มสื่อสารความเสี่ยงโรคและภัยสุขภาพ สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 5 จังหวัดราชบุรี

ภัยใต้เท้า...ที่มากับฝน

ระวัง! โรคฉี่หนู

(Leptospirosis)

โรคติดต่อจากสัตว์สู่คน พบบ่อยในช่วงฤดูฝน
โดยเฉพาะพื้นที่น้ำท่วมขัง ดินโคลนและ

สาเหตุและการติดต่อ



พาหะนำโรค

เกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรีย
ที่ชื่อว่า "เลปโตสไปรา" (Leptospira)
ซึ่งมีสัตว์หลายชนิดเป็นแหล่งรังโรค เช่น



หนู โค กระบือ สุกร สุนัข
(พาหะหลัก)



ทางติดต่อ

เชื้อจะถูกขับออกมาจากปัสสาวะของสัตว์
ที่ติดเชื้อ และปนเปื้อนอยู่ตามดินโคลน
แหล่งน้ำจืด หรือแหล่งน้ำธรรมชาติ



เชื้อสามารถไชเข้าสู่ร่างกายมนุษย์ผ่านทาง
บาดแผล รอยขีดข่วน หรือผิวหนังที่อ่อนนุ่มจาก
การแช่น้ำนานๆ รวมถึงเยื่อเมือก จมูก และปาก



กลุ่มเสี่ยงและช่วงระบาด



เกษตรกร
(ชาวนา ชาวไร่)



คนเลี้ยงสัตว์



คนหาปลา



ผู้ที่ต้องปฏิบัติงาน
ลุยน้ำท่วมขัง



นักท่องเที่ยว
ที่ทำกิจกรรมทางน้ำ
ในแหล่งน้ำธรรมชาติ

ช่วงระบาด



มักพบผู้ป่วยจำนวนมากในช่วงฤดูฝน
โดยเฉพาะพื้นที่ที่มีฝนตกหนัก
และน้ำท่วมขังต่อเนื่อง



แนวทางการป้องกันและปฏิบัติตัว

✓ หลีกเลี่ยงการสัมผัสโดยตรง

พยายามอย่าเดินลุยน้ำโคลนด้วยเท้าเปล่า
หากจำเป็นต้องสัมผัส
ควรสวมรองเท้าบูทยาง
และถุงมือยาง



✓ สวมหน้ากากหลังลุยน้ำ

เมื่อกลับเข้าบ้าน
ให้รีบล้างมือและ
ทำความสะอาดร่างกาย
ด้วยน้ำและสบู่ทันที
เพื่อลดเวลาการสัมผัสเชื้อ



✓ การจัดการที่อยู่อาศัย

จัดเก็บบ้านและสถานที่ทำงาน
ให้สะอาด มืดชื้น
เพื่อไม่ให้เป็นแหล่ง
ที่อยู่อาศัยของหนู



✓ เมื่อมีอาการสงสัย

หากมีไข้สูงร่วมกับปวดกล้ามเนื้อ
อย่างรุนแรงภายใน 1 - 2 สัปดาห์
หลังสัมผัสพื้นที่เสี่ยง
รีบไปพบแพทย์ทันที
และแจ้งประวัติการลุยน้ำให้ทราบ
เพื่อการวินิจฉัยที่ถูกต้อง



โรคฉี่หนู ป้องกันได้
ลดความเสี่ยง เริ่มที่ตัวเรา



ช่องทางติดตามสถานการณ์โรค

ข้อมูลวันที่
5/8/69

1422
สายด่วนกรมควบคุมโรค



ddc.moph.go.th/odpc5



สท.5 ราชบุรี
กรมควบคุมโรค



ที่มา : กลุ่มสื่อสารความเสี่ยงโรคและภัยสุขภาพ สำนักชำนองป้องกันควบคุมโรคที่ 5 จังหวัดราชบุรี

กรมควบคุมโรค **เตือน**

ระวัง! โรคเมลิออยโดสิส (โรคไข้ดิน)

ภัยเงียบหน้าฝน

1 รู้จักศัตรู (คืออะไร?)



ติดเชื้อแบคทีเรียที่ซ่อนอยู่ใน
" **ดินแฉะแฉะและน้ำขัง** "
เข้าสู่ร่างกายผ่านบาดแผล
การกิน หรือสูดดม

2 สังเกตอาการ (เป็นแล้วเป็นอย่างไร?)



ไข้สูงเรื้อรัง หนาวสั่น อ่อนเพลีย
มีฝีหนองตามผิวหนัง
หากรุนแรงอาจติดเชื้อในกระแสเลือด

3 ใครต้องระวังเป็นพิเศษ? (กลุ่มเสี่ยง)



เกษตรกร ผู้ที่ต้องลุยน้ำ/แช่น้ำนานๆ
และ **ผู้ป่วยเบาหวาน**
(กลุ่มเสี่ยงสูงสุด)

4 วิธีป้องกัน (How to Protect)



- ใส่รองเท้าบูทและ
ถุงมือยาง
เมื่อลุยน้ำ/โคลน



- ต้มน้ำดื่มสุก
ทานอาหาร
ปรุงสุกสะอาด



- อาบน้ำฟอกสบู่
ทันทีหลังสัมผัส
ดินและน้ำ



หากมีไข้เรื้อรัง หรือมีแผลที่ผิวหนังนานเกิน 2 สัปดาห์ **รีบพบแพทย์ทันที** และแจ้งประวัติการสัมผัสน้ำหรือดิน





ระวังโรค! มือ เท้า ปาก

ดูแลเด็กๆ อย่างใกล้ชิด

เกิดจากเชื้อ
“เอนเทอโรไวรัส”
พบมากใน
เด็กอายุต่ำกว่า 5 ขวบ



อาการ

มีไข้ต่ำๆ อ่อนเพลีย ต่อมา
1-2 วัน จะมีอาการเจ็บปาก
ร่วมกับ มีตุ่มเล็กๆ บริเวณ
“ฝ่ามือ ฝ่าเท้า ตุ่มแผลในปาก”

วิธีป้องกัน



ให้เด็กๆ
ล้างมือ
เป็นประจำ



ทำความสะอาด
ของเล่น
เป็นประจำ



ลดการ
สัมผัส
ใบหน้า



ไม่พา
เด็กป่วยไป
ในสถานที่
แออัด





SITUATION ALERT

เตือนภัยรายสัปดาห์



กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control



ไข้ลด... แต่อาการแย่ลง สัญญาณเตือนภัย วิกฤต ไข้เลือดออก



ยุงลายเพศเมีย 1 ตัว กัดแพร่เชื้อเดงกีได้หลายคนในฤดูฝน

1 3 ระยะอันตราย

รู้ทัน ป้องกันชีวิต



ระยะไข้สูง

- ไข้สูงเฉียบพลัน
- ปวดศีรษะ
- ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ
- เบื่ออาหาร



ระยะวิกฤต/ช็อก

- ไข้ลดลงอย่างรวดเร็ว
- ช็อก ซีด มือเท้าเย็น
- กระสับกระส่าย
- อาเจียน ปวดท้อง



ระยะฟื้นตัว

- อาการดีขึ้น
- เบื่ออาหารน้อยลง
- ปัสสาวะมากขึ้น
- ไม่พบภาวะแทรกซ้อน

หากผ่านระยะวิกฤตได้ อาการจะค่อยๆ ดีขึ้น



ห้ามกิน
ยาแอสไพริน
หรือ ไอบูโพรเฟน
เด็ดขาด!



เพราะกระตุ้นให้เลือดออก
ในทางเดินอาหาร
จนตับ/ไตวายเฉียบพลัน

3 เช็ค-list อาการเฝ้าระวัง อาการเตือน! ต้องส่ง sw. ทันที



ปัสสาวะลดลง
หรือไม่ปัสสาวะ



ซึมลง อ่อนเพลีย
ปลุกไม่ตื่น



ปวดท้องรุนแรง
กดเจ็บมาก



อาเจียนบ่อย
อาเจียนเป็นเลือด



3 เก็บ ป้องกัน 3 โรค

ไข้เลือดออก • ไวรัสซิกา • ไข้เวสต์ไนล์



เก็บบ้าน
ให้สะอาด
ไม่ให้ยุงเกาะพัก



เก็บขยะ
กำจัดขยะ
ไม่ให้ยุงเพาะเชื้อ



เก็บน้ำ
ปิดฝาให้มิดชิด
ไม่ให้ยุงลายวางไข่



รู้ทัน ป้องกันได้ ไม่ประมาท... **หยุด** ยุงลาย **หยุด** ไข้เลือดออก



ช่องทางติดตามสถานการณ์โรค



ข้อมูลวันที่
31/8/69



1422

สายด่วนกรมควบคุมโรค



ddc.moph.go.th/odpc5



สกร.5 ราชบุรี
กรมควบคุมโรค



DPC5
CHANNEL



LINE OA
สกร.5 ราชบุรี



ที่มา : กลุ่มสื่อสารความเสี่ยงโรคและภัยสุขภาพ สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 5 จังหวัดราชบุรี



โรคติดต่อนำโดยแมลง ที่พบในประเทศไทย

รู้ไว้ ป้องกันได้
ห่างไกลโรค!



โรคติดต่อนำโดยแมลง คือ
โรคที่เกิดจากเชื้อโรค เช่น ไวรัส แบคทีเรีย หรือปรสิต
ซึ่งเข้าสู่ร่างกายมนุษย์ผ่านการกัดของแมลงที่เป็นพาหะนำโรค



โรคสำคัญที่พบในประเทศไทย

1



ยุงลาย



- **โรคไข้เลือดออก**
พบผู้ป่วยตลอดทั้งปี
ระบาดมากในช่วงฤดูฝน
- **โรคไข้ปวดข้อยุงลาย**
พบการระบาดในบางพื้นที่
ส่วนใหญ่มักพบผู้ป่วยเป็นกลุ่มก้อน
- **โรคติดเชื้อไวรัสซิกา**
พบการระบาดในบางพื้นที่
เช่นเดียวกับโรคไข้ปวดข้อยุงลาย

2



ยุงก้นปล่อง



- **โรคไข้มาลาเรีย**
พบมากในพื้นที่ป่า
และแนวชายแดน ผังตะวันตก

4



แมลงอื่นๆ



- **โรคสครับไทฟัส** มีไรอ่อนเป็นพาหะนำโรค พบใน
ผู้ที่ทำงาน ในพื้นที่การเกษตร หรือท่องเที่ยวในแหล่ง
ท่องเที่ยวเชิงธรรมชาติ
- **โรคลิชมาเนีย** มีริ้นฝอยทรายเป็นพาหะนำโรค
พบได้น้อย
- **กลุ่มอาการไข้สูงร่วมกับเกล็ดเลือดต่ำ (SFTS)**
มีเห็บเป็นพาหะนำโรค ติดต่อกันโดยการถูกเห็บกัด
และสามารถติดจากคนสู่คนหรือสัตว์สู่คน ผ่านการ
สัมผัสโดยตรงกับเลือด หรือสารคัดหลั่งของคน
หรือสัตว์ที่ติดเชื้อ

3



ยุงชนิดอื่น



- **โรคเท้าช้าง**
มียุงเสือ และยุงรำคาญบางชนิด
เป็นพาหะนำโรค ปัจจุบันประเทศไทย
ได้ผ่านการรับรองประกาศกำจัดโรคแล้ว
แต่ยังคงมีการเฝ้าระวังต่อเนื่อง

ป้องกันโรคติดต่อนำโดยแมลง



กำจัดแหล่ง
เพาะพันธุ์ยุง



ใช้สารทากันแมลง
หรือกางมุ้ง



สวมเสื้อผ้า
ให้มิดชิด
เมื่ออยู่ในพื้นที่เสี่ยง



หากมีไข้หลังถูกแมลงกัด
หรือหลังจากออกจากพื้นที่
เสี่ยง ควรพบแพทย์



4. โรคและภัยสุขภาพที่ต้องระวัง

ดูแลตัวเองและครอบครัว ปลอดภัยจากโรคและอันตรายในช่วงน้ำท่วม

1 อูจาระร่วง/อาหารเป็นพิษ

เกิดจากอาหารหรือน้ำปนเปื้อนเชื้อ ควรกินอาหาร สุก ใหม่ ดื่มน้ำสะอาด และล้างมือสม่ำเสมอ



2 โรคฉี่หนู

หลีกเลี่ยงการแช่น้ำหรือลุยโคลน โดยเฉพาะผู้มีบาดแผล หากจำเป็นให้สวมรองเท้าบูทและรีบล้างมือ ล้างเท้า และร่างกายด้วยสบู่และน้ำสะอาด แล้วเช็ดให้แห้ง



3 น้ำกัดเท้าและแผลติดเชื้อ

ล้างเท้าด้วยน้ำสะอาด และสบู่ เช็ดให้แห้ง ไม่แกะเกา และไม่เดินเท้าเปล่า



4 โรคตาแดง

หากน้ำสกปรกเข้าตา ให้ล้างด้วยน้ำสะอาดทันที ห้ามขยี้ตา และไม่ใช้ของส่วนตัวร่วมกัน



5 ไข้เลือดออก

ป้องกันยุงกัด นอนในมุ้ง ทายากันยุง และกำจัดแหล่งน้ำขังและภาชนะที่เป็นแหล่งเพาะพันธุ์ยุงทันทีที่สามารถทำได้อย่างปลอดภัย



6 ภัยจากการจมน้ำ ไฟฟ้าดูด และสัตว์มีพิษ

ดูแลเด็กอย่างใกล้ชิด หลีกเลี่ยงการเล่นน้ำในแหล่งน้ำสกปรก และไม่สัมผัสอุปกรณ์ไฟฟ้าที่เปียกน้ำ เว้นระยะเดินใกล้ชิด เสาไฟฟ้าริมถนน ระยะ 1-2 เมตร โดยเฉพาะช่วงที่มีน้ำท่วมขัง



หมายเลขฉุกเฉิน

1784

สายด่วนนิรภัย
กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย

1669

การแพทย์ฉุกเฉิน

1129

แจ้งเหตุระบบไฟฟ้า PEA

1422

สายด่วนกรมควบคุมโรค

วิธีป้องกัน ไฟฟ้าดูด ไฟฟ้าช็อต ช่วงฤดูฝน

รู้ไว้ ปลอดภัย ห่างไกลอันตราย



วิธีป้องกัน

วิธีช่วยเหลือผู้ประสบเหตุ

1



สำรวจจุดติดตั้งเครื่องตัดไฟ
เมื่อเกิดเหตุจะสามารถ
หาจุดตัดไฟได้รวดเร็ว

2



ตรวจสอบวิธีการใช้ เครื่องใช้ไฟฟ้า
หรืออุปกรณ์ไฟฟ้าที่ถูกต้อง

3



ห้ามสัมผัสเครื่องใช้ไฟฟ้า
ตอนมือเปียกและอย่าสัมผัส
สายไฟที่ไม่มีฉนวนหุ้ม

4



ไม่ควรซ่อมแซมเครื่องใช้ไฟฟ้า
ที่เสียหายด้วยตนเอง
ควรตัดกระแสไฟฟ้าก่อนที่จะซ่อมแซม

5



ติดตั้งที่เสียบปลั๊กไฟ ในตำแหน่ง
ที่ปลอดภัย หากที่ครอบปลั๊กไฟ
ป้องกันเด็กหยั่งนิ้วมือเข้าไป

1

ตั้งสติ อย่าใช้มือเปล่า
แตะตัวผู้ที่โดนไฟดูด ไฟช็อต



2

ตัดกระแสไฟฟ้าในที่ที่เกิดเหตุ
ให้เร็วที่สุดด้วยการถอดปลั๊ก
ปลดสวิตช์หรือคัทเอาต์



3

ใช้วัสดุที่ไม่นำไฟฟ้า เช่น ผ้าแห้ง เชือกแห้ง
พลาสติกที่แห้งสนิท ดึงมืออย่าง ไม้แห้ง
เขี่ยสายไฟออก ผลักหรือดึงตัว
ผู้ประสบอันตราย ให้หลุดออกมาโดยเร็ว



4

หากเกิดไฟดูด ไฟช็อต บริเวณที่มีน้ำขังให้
ตัดกระแสไฟและเขี่ยสายไฟออกก่อน
เข้าไปช่วย



5

หากผู้ป่วยหมดสติหรือหยุดหายใจ
ให้ทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ทันที



6

โทรสายด่วน 1669
และรับนำส่งโรงพยาบาล



“ ปลอดภัยไว้ก่อน
ป้องกันได้... อันตรายไม่เกิด ”



หน้าฝน



เหมาะกับการเจริญเติบโต ของเห็ดป่า

และเห็ดขึ้นเองตามธรรมชาติหลากหลายชนิด
ทั้งเห็ดกินได้ และเห็ดพิษซึ่งมีลักษณะคล้ายกันมาก
จนไม่สามารถแยกได้ด้วยตาเปล่า
โดยเฉพาะในระยะตุ่ม

ทดสอบ
ด้วยช้อนตัม
ไม่สามารถพิสูจน์
เห็ดพิษได้



หากไม่รู้จัก
หรือไม่มั่นใจว่าเป็นเห็ดกินได้
ต้องไม่เก็บ
และไม่กินโดยเด็ดขาด

✓ **เห็ดกินได้**

เห็ดระโงกขาว

ผิวหมวกเรียบ
ไม่มีสะเก็ดหยาบ



ก้านดอกกลวง
ตลอดแนว

ให้รีบไปโรงพยาบาล

พบริ้ว
ที่ขอบหมวก
ทุกระยะ

อาการหลังกินเห็ดพิษ



คลื่นไส้ อาเจียน



ปวดท้อง



ถ่ายอุจจาระเหลว



ในรายที่ได้รับพิษจากเห็ดระโงกหิน
ส่งผลให้ **ตับวาย ไตวาย และเสียชีวิต**

☠ **เห็ดพิษ**

เห็ดระโงกหิน หรือเห็ดระงาก
หรือเห็ดไข่ตายซาก

“ การทำให้สุกด้วยความร้อนไม่สามารถทำลายพิษได้ ”

ผิวหมวกขรุขระ
มีสะเก็ดหยาบสีเทา



ก้านดอกตัน
ตลอดแนว

ไม่พบริ้วที่ขอบหมวกทุกระยะ

