

เทศบาลตำบลหนองหงส์  
ที่ 1101 / 2066  
วันที่ 28 / 1 / 2566  
เวลา 14.40 น.



**ด่วนที่สุด**  
ที่ พร ๐๐๒๓.๒๘/ว ๕๑๖

- สำนักปลัดเทศบาล
- กองคลัง
- กองช่าง
- กองยุทธศาสตร์
- กองการศึกษา
- กองสาธารณสุข
- กองสวัสดิการสังคม
- กองการประปา

ที่ว่าการอำเภอหนองหงส์  
ถนนศรีสง่า - โนนแดง  
จังหวัดบุรีรัมย์ ๓๑๒๔๐

๓๕ เมษายน ๒๕๖๖

เรื่อง ขอความร่วมมือประชาสัมพันธ์มาตรการเฝ้าระวังและผลกระทบต่อสุขภาพจากโรคฮีทสโตรก (Heat stroke)

เรียน นายกเทศมนตรีตำบล และนายกองค์การบริหารส่วนตำบล ทุกแห่ง

สิ่งที่ส่งมาด้วย สำเนาหนังสือจังหวัดบุรีรัมย์ ด่วนที่สุด ที่ พร ๐๐๒๓.๖/ว ๒๓๖๐  
ลงวันที่ ๒๑ เมษายน ๒๕๖๖

จำนวน ๑ ชุด

ด้วยจังหวัดบุรีรัมย์แจ้งว่า เดือนเมษายน - พฤษภาคม ๒๕๖๖ ประเทศไทยเข้าสู่ฤดูร้อน  
อย่างเป็นทางการ ซึ่งประชาชนมีโอกาสป่วยเป็นโรคฮีทสโตรก (Heat stroke) ซึ่งเป็นภาวะที่ร่างกายไม่สามารถปรับตัว  
หรือควบคุมระดับความร้อนภายในร่างกายจากสภาพอากาศที่ร้อนจัด หากไม่ได้รับการรักษาอย่างทันท่วงทีอาจทำให้  
เสียชีวิตได้

ดังนั้น เพื่อเป็นการเฝ้าระวังและป้องกันโรคฮีทสโตรก (Heat stroke) จึงขอแจ้งให้องค์กรปกครอง  
ส่วนท้องถิ่น ประชาสัมพันธ์สร้างการรับรู้ให้ประชาชนทราบว่า โรคฮีทสโตรก (Heat stroke) เป็นภาวะที่ร่างกาย  
ไม่สามารถปรับตัวหรือควบคุมระดับความร้อนภายในร่างกายจากสภาพอากาศที่ร้อนสูงกว่าปกติ โดยมีอาการสำคัญ ได้แก่  
ตัวร้อน อุณหภูมิร่างกายสูง ๔๐ องศาเซลเซียส ส่งผลให้เกิดอาการหน้ามืด เพื่อ กระสับกระส่าย มึนงง หายใจเร็ว  
หัวใจเต้นผิดจังหวะ ชักเกร็ง ซึ่อก จนถึงหมดสติ หากไม่ได้รับการรักษาอย่างทันท่วงทีอาจทำให้เสียชีวิตได้  
ลักษณะของกลุ่มเสี่ยงที่มีโอกาสสูงที่จะเป็นโรคฮีทสโตรก และการป้องกันตนเองจากโรคฮีทสโตรก รายละเอียดปรากฏตาม  
สิ่งที่ส่งมาพร้อมนี้

เรียน ปลัดฯ/นายกฯ จึงเรียนมาเพื่อทราบและพิจารณาดำเนินการต่อไป

ด้วยอำเภอหนองหงส์ แจ้งขอความร่วมมือ  
ประชาสัมพันธ์มาตรการเฝ้าระวังและผลกระทบต่อ  
สุขภาพจากโรคฮีทสโตรก (Heat stroke)

ขอแสดงความนับถือ

- เพื่อไปรื้อพิจารณาดำเนินการ
  - เติมนอร์ม - ฆ่าสิ่งพิษในน้ำดื่ม
- ของเทศบาลฯ เช่น เอนไซม์, เอนไซม์, เอนไซม์

(นายถาวร บุญศรี)  
นายกอำเภอหนองหงส์

นายคิวกษ์ วรรณชาติ  
นักประชาสัมพันธ์

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นอำเภอ  
โทร ๐๖๓-๒๐๖-๕๘๕๒

(นายวิทยา บุญล่อม)  
ปลัดเทศบาลตำบลหนองหงส์

(นายอมรรักษ์ ดั่งบริพัตรสกุล)  
นายกเทศมนตรีตำบลหนองหงส์

ว่าที่ ร.อ.   
(ปริญา ไชยวัฒน์)

ผู้อำนวยการกองยุทธศาสตร์และงบประมาณ

ด่วนที่สุด  
ที่ บร ๐๐๒๓.๖/ว ๒๗๖๐



สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น  
อำเภอหนองหงส์  
วันที่ ๖๕ / ๖  
วันที่ ๒๔ / ๖  
๐๙.๖๙

ศาลากลางจังหวัดบุรีรัมย์  
๑๑๕๙ เขกระโดง  
จังหวัดบุรีรัมย์ ๓๑๐๐๐

๒๗ เมษายน ๒๕๖๖

เรื่อง ขอความร่วมมือประชาสัมพันธ์มาตรการเฝ้าระวังและผลกระทบต่อสุขภาพจากโรคฮีทสโตรก (Heat stroke)  
เรียน นายอำเภอ ทุกอำเภอ นายกองดีการบริหารส่วนจังหวัดบุรีรัมย์ นายกเทศมนตรีเมืองบุรีรัมย์  
นายกเทศมนตรีเมืองนางรอง และนายกเทศมนตรีเมืองชุมเห็ด

สิ่งที่ส่งมาด้วย สำเนาหนังสือกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น ด่วนที่สุด ที่ มท ๐๘๑๙.๓/ว ๑๕๐๖  
ลงวันที่ ๕ เมษายน ๒๕๖๖ จำนวน ๑ ชุด

ด้วยกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นแจ้งว่า เดือนเมษายน - พฤษภาคม ๒๕๖๖ ประเทศไทยเข้าสู่ฤดูร้อนอย่างเป็นทางการ ซึ่งประชาชนมีโอกาสป่วยเป็นโรคฮีทสโตรก (Heat stroke) ซึ่งเป็นภาวะที่ร่างกายไม่สามารถปรับตัวหรือควบคุมระดับความร้อนภายในร่างกายจากสภาพอากาศที่ร้อนจัด หากไม่ได้รับการรักษาอย่างทัน่วงทีอาจทำให้เสียชีวิตได้

เพื่อเป็นการเฝ้าระวังและป้องกันโรคฮีทสโตรก จังหวัดบุรีรัมย์จึงขอแจ้งองค์การปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินการประชาสัมพันธ์ ดังนี้

๑. สร้างการรับรู้ให้ประชาชนในพื้นที่ทราบว่า โรคฮีทสโตรก (Heat stroke) เป็นภาวะที่ร่างกายไม่สามารถปรับตัวหรือควบคุมระดับความร้อนภายในร่างกายจากสภาพอากาศที่ร้อนสูงกว่าปกติ โดยมีอาการสำคัญ ได้แก่ ตัวร้อน อุณหภูมิร่างกายสูง > ๔๐ องศาเซลเซียส ส่งผลให้เกิดอาการหน้ามืด เพ้อ กระสับกระส่าย มึนงง หายใจเร็ว หัวใจเต้นผิดจังหวะ ชักเกร็ง ช็อก จนถึงหมดสติ หากไม่ได้รับการรักษาอย่างทัน่วงทีอาจทำให้เสียชีวิตได้ โดยมีบุคคลกลุ่มเสี่ยง ดังนี้

- ๑) ผู้ที่ทำงานหรือทำกิจกรรมกลางแจ้งแดดร้อนจัด
- ๒) กลุ่มเด็กอายุต่ำกว่า ๕ ขวบ และผู้สูงอายุ เนื่องจากร่างกายไม่สามารถระบายความร้อน

ได้ดีเท่าคนหนุ่มสาว

- ๓) ผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง โรคความดันโลหิตสูง
- ๔) ผู้ที่มีภาวะอ้วน
- ๕) ผู้ที่พักผ่อนไม่เพียงพอ
- ๖) ผู้ที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปริมาณมาก

๒. การป้องกันตนเองจากโรคฮีทสโตรก ดังนี้

- ๑) สวมใส่เสื้อผ้าสีอ่อน ระบายความร้อนได้ดี
- ๒) ควรอยู่ในที่มีอากาศถ่ายเทสะดวก
- ๓) หลีกเลี่ยงทำกิจกรรมที่ต้องออกแรงกลางแจ้งนาน ๆ
- ๔) สวมแว่นกันแดด กางร่ม สวมหมวกปีกกว้าง
- ๕) ควรดื่มน้ำ ๒-๓ ลิตรต่อวัน เพื่อชดเชยการเสียน้ำในร่างกายจากเหงื่อออก

/๖) หลีกเลี่ยง ...

๖) หลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทุกชนิด.

๗) ผู้ที่ออกกำลังกาย ควรเลือกออกกำลังกายในช่วงเช้าหรือช่วงเย็น เนื่องจากเป็นช่วงที่อากาศไม่ร้อนมากและเป็นเวลาที่เหมาะสม รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาดำเนินการ สำหรับอำเภอขอให้แจ้งเทศบาลตำบลและองค์การบริหารส่วนตำบลในพื้นที่พิจารณาดำเนินการด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(นายจำเริญ แหวนเพชร)

รองผู้ว่าราชการจังหวัด ปฏิบัติราชการแทน  
ผู้ว่าราชการจังหวัดบุรีรัมย์

1. เรื่อง ขอขออนุญาตขอพบ

- เรื่อง ไข้ ธรรมดา

- สังกัด ๓๗๖ มณฑลร่วมรั้ว

นางสาว สีมะรินทร์ ขอขออนุญาต เฝ้าไข้

และขอขออนุญาต สัมภาษณ์

โรค ฮีตสโตรก (Heat Stroke)

- เฝ้าไข้ ๓ วัน ๓ คืน ในพื้นที่ กทม

(นางสาวมัทิตา ฤทธิพิศ)

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัด

กลุ่มงานบริการสาธารณะท้องถิ่นและประสานงานท้องถิ่นอำเภอ

โทร: ๐ ๔๕๖๖ ๖๕๕๕ ต่อ ๑๓

www.buriramlocal.go.th

ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ saraban\_brm@dla.go.th

ผู้ประสานงาน นางสาวเพ็ญพรรณ ตูลาธร โทร. ๐๘๙-๘๘๘๐๘๘๘

นายดาว ฤทธิ,  
นายอำเภอหนองหงส์



# Heat Stroke



## อันตรายที่ป้องกันได้

โรคลมร้อน หรือ Heatstroke มักพบในช่วงหน้าร้อน โดยเกิดจากสภาพอากาศที่ร้อนจัดทำให้อุณหภูมิในร่างกายสูงขึ้นอย่างรวดเร็วจนไม่สามารถระบายความร้อนออกได้ทันที โดยโรคนี้เมื่อเกิดอาการควรได้รับการรักษาทันที เนื่องจากมีโอกาสเสียชีวิตสูงมาก

### กลุ่มที่มีความเสี่ยง



ผู้ที่ทำงานหรือกิจกรรมกลางแจ้ง



เด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี และผู้สูงอายุ



ผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคความดันโลหิตสูง



ผู้ที่พักผ่อนไม่เพียงพอ



ผู้ที่ดื่มแอลกอฮอล์เป็นประจำ



### คำแนะนำ



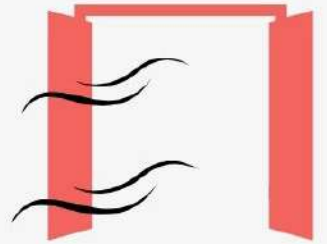
สวมใส่เสื้อผ้าระบายความร้อนได้ดี อยู่ในที่มีอากาศถ่ายเทสะดวก

### สัญญาณเตือน



หน้ามืด เพื่อ กระสับกระส่าย มึนงง หายใจเร็ว หัวใจเต้นเร็ว ตัวร้อนจัด ผิวหนังแห้ง ไม่มีเหงื่อ

### สิ่งที่ต้องรีบทำ



พาเข้าที่ร่ม มีอากาศถ่ายเทสะดวก



สวมแว่นกันแดด กางร่มป้องกันแสงแดด และควรดื่มน้ำให้มากกว่าปกติ



ควรดื่มน้ำ 2-3 ลิตรต่อวัน และงดดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์



ใช้ผ้าชุบน้ำเย็น หรือน้ำแข็งประคบ ขอกคอ ตัว รักแร้ ขาหนีบ หน้าผาก พร้อมใช้พัดลมช่วยระบาย



ขอความช่วยเหลือ จากทีมแพทย์ โทร 1669

