

ข่าวประชาสัมพันธ์

ฉบับที่ 28 ปี 2560 / เมษายน 2560



กรมควบคุมโรค
สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา

สคร.9
นครราชสีมา
กรมควบคุมโรค DDC

สุขภาพดี
เริ่มต้นที่นี่

เมฆาหน้าร้อน เดือนระวังอาหารในงานเลี้ยง - งานบุญ ยึดหลัก สุก ร้อน สะอาด ป้องกันโรคอาหารเป็นพิษ

ช่วงหน้าร้อน กรมควบคุมโรคเตือนประชาชน อาจป่วยด้วยโรคอาหารเป็นพิษเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะในเดือนเมษายน ซึ่งเป็นเดือนที่มีวันหยุดยาวหลายวันในเทศกาลสงกรานต์ มักจะมีการจัดเลี้ยงในบ้านหรือชุมชน หรือมีงานบุญประเพณีต่างๆ ประกอบกับช่วงนี้อุณหภูมิสูงขึ้นและมีอากาศร้อนอย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้มีผู้ป่วยโรคอาหารเป็นพิษตามมา เนื่องจากอาหารบูดเสียได้ง่าย กรมควบคุมโรคขอให้ประชาชนเลือกรับประทานอาหาร โดยเน้น “สุก ร้อน สะอาด” ไม่ควรนำอาหารค้างคืน อาหารมีสีหรือมีกลิ่นผิดปกติมารับประทาน ล้างมือด้วยน้ำและสบู่บ่อยๆ เพื่อป้องกันเชื้อโรคเข้าสู่ร่างกายและแพร่โรคไปสู่ผู้อื่น

นายแพทย์ธีรวัฒน์ วลัยเสถียร ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา กล่าวถึงโรคอาหารเป็นพิษในช่วงหน้าร้อนว่า เกิดจากการรับประทานอาหารหรือดื่มน้ำที่มีการปนเปื้อน มักจะพบได้จากการที่คนจำนวนมากรับประทานอาหารร่วมกัน และมีอาการอย่างรวดเร็วหลังจากรับประทานอาหารแล้ว ซึ่งส่วนใหญ่เป็นอาหารที่ปรุงและสัมผัสกับมือของผู้ปรุงอาหาร และไม่ได้ทำการอุ่นอาหารด้วยอุณหภูมิที่เหมาะสมก่อนรับประทานอาหาร หรือนำไปแช่ตู้เย็น ทำให้อาหารบูดเสียง่าย เช่น การรับประทานอาหารในงานบุญ หรือข้าวกล่องที่แจกในกิจกรรมเข้าค่าย หรือน้ำแข็งที่ปนเปื้อนเชื้อโรค ทำให้ผู้ป่วยถ่ายอุจจาระเป็นน้ำและปวดมวนท้องรุนแรง คลื่นไส้ อาเจียน ถ่ายอุจจาระปนเลือดหรือเป็นมูก มีไข้สูง

ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา กล่าวต่อไปว่า ในการป้องกันโรคอาหารเป็นพิษ ควรกินอาหารที่ปรุงสุกใหม่ๆ อาหารที่ค้างมือต้องนำมาอุ่นให้ร้อนก่อนรับประทาน ใช้ช้อนกลางตักอาหารเมื่อรับประทานร่วมกับผู้อื่น ล้างมือให้สะอาดทั้งก่อนและหลังรับประทานอาหาร และหลังจากขับถ่ายทุกครั้ง ผู้ปรุงอาหารควรแยกอาหารดิบและอาหารสุกอย่าให้ปนเปื้อน หากทำข้าวกล่องควรแยกกับข้าวต่างหาก และไม่ควรทำล่วงหน้าเกิน 4 ชั่วโมง เพื่อป้องกันไม่ให้อาหารบูดง่าย พิถีพิถันเรื่องความสะอาดของห้องครัว และเก็บอาหารให้ปลอดภัยจากแมลง หนู หรือสัตว์อื่นๆ

สายด่วนกรมควบคุมโรค 1422

สุขภาพดี
เริ่มต้นที่นี่

กลุ่มสื่อสารความเสี่ยง และพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

ก.ราชสีมา-โชคชัย ต.หนองบัวศาลา อ.เมือง จ.นครราชสีมา 30000

โทร.0-4421-2900 ต่อ 125 โทรสาร 0-4421-8018 <http://www.odpc9.org>

facebook สื่อสารความเสี่ยง สคร.9 นครราชสีมา Fanpage : ก้าวทันโรคกับ สคร.9



กรมควบคุมโรค กรมคุณธรรม

“ซื่อสัตย์ • เสียสละ • รับผิดชอบ”