



โรงพยาบาลสงขลานครินทร์

แนะนำการปฏิบัติตัวในสถานการณ์ที่อาจเกิดน้ำท่วม

จากการศึกษาสาเหตุการตายของประชาชนเมื่อคราวเกิดน้ำท่วมใหญ่ ในอำเภอหาดใหญ่ คราวที่แล้ว เมื่อเดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2543 พบว่า ประชาชนเสียชีวิต จำนวน 35 คน ด้วยสาเหตุดังต่อไปนี้ คือ

1. จมน้ำ 25 คน
2. ถูกไฟฟ้าดูด 2 คน
3. ตกจากที่สูง (ตึก, เสาไฟฟ้า) 2 คน
4. ถูกดินถล่มทับ 1 คน
5. เป็นโรคฉี่หนูเสียชีวิต 3 คน
6. ไม่ทราบสาเหตุ 2 คน

ดังนั้น จะเห็นได้ว่า สาเหตุการเสียชีวิตที่มากที่สุด คือ การลงน้ำ ซึ่งทำให้จมน้ำและถูกไฟฟ้าดูด ซึ่งมากกว่าการติดเชื้อ เช่น ท้องเดินหรือฉี่หนู เสียอีก

ดังนั้น จะเห็นว่า สาเหตุการตายเหล่านี้ส่วนใหญ่ป้องกันได้ โดยท่านต้องเตรียมสิ่งของเครื่องอุปโภคบริโภคให้พอเพียงเป็นเวลา 3-5 วัน ซึ่งจะให้ท่านไม่ต้องเสี่ยงลงน้ำ จนประสบอันตรายได้ ดังนั้น ถ้าไม่จำเป็นจริงๆ ท่านไม่ควรลงลุยน้ำ
สิ่งของที่ท่านควรเตรียม มีดังต่อไปนี้

❶ เครื่องบริโภค

- น้ำสะอาดพร้อมดื่ม ใส่แกลลอนบรรจุน้ำขนาด 5-10 ลิตร จำนวน 2-4 ขวดต่อครอบครัว
- อาหารซึ่งไม่จำเป็นต้องปรุงมากนัก เช่น ขนมปัง ก๊วย ส้ม หรือผลไม้ชนิดอื่นที่ไม่เน่าเสียเร็ว ปลากระป๋อง บะหมี่หรือโจ๊กสำเร็จรูปที่เติมน้ำร้อนแล้วกินได้เลย ไข่ต้ม

❷ เครื่องอุปโภค

- ผ้าอ้อมสำหรับเด็กเล็ก
- กระจกชำระ
- ผ้าอนามัย
- สบู่เหลว
- ยาบ้วนปาก Dettol หรือยาสีฟัน
- ผงซักฟอก
- ผ้าเช็ดตัว
- ไฟฉาย และถ่านไฟสำรอง
- วิทยุสำหรับฟังข่าว
- Charge battery สำหรับมือถือให้เต็ม
- ยาแก้ปวดแก้ไข้
- พลาสเตอร์ปิดแผล (Bandaid)
- Alcohol ล้างแผล
- รองเท้าแตะ ฟองน้ำ

❸ จุดเบอร์โทรศัพท์ต่อไปนี้ในกรณีที่ท่านต้องการความช่วยเหลือ หรือต้องการข้อมูล

1. ศูนย์ประสานงานน้ำท่วมเขต 1 ร.ร.เทศบาล 3 (โศภณพิทยาคุณานุสรณ์) โทร. 074-211599
2. ศูนย์ประสานงานน้ำท่วมเขต 2 บ้านพักครูเทศบาล (ถนนประชานินดี) โทร. 074-239978
3. ศูนย์ประสานงานน้ำท่วมเขต 3 ร.ร.เทศบาล 4 (วัดคลองเรียน) โทร. 074-245992
4. ศูนย์ประสานงานน้ำท่วมเขต 4 ร.ร.เทศบาล 2 (บ้านหาดใหญ่) โทร. 074-252324
5. ศูนย์เตือนภัยอุตุวิทยาร่วมภาครัฐและเอกชนจังหวัดสงขลา โทร. 074-311760

หากมีข้อสงสัยโทรปรึกษาได้ที่ หน่วยควบคุมการติดเชื้อ รพ.สงขลานครินทร์ โทร 0-7445-1025