

## 6 จุดเสี่ยงในที่สาธารณะไขหวัด2009

นำเสนอเมื่อ : 29 ส.ค. 2552

รับมือโรคไขหวัดสายพันธุ์ใหม่ 2009 ที่กำลังระบาด ด้วยการรู้จักจุดเสี่ยงต่อการสัมผัสเชื้อโรค จากคู่มือ "รวมพลังสู้หวัด" ของ สสส.ทั้ง 6 จุด...

เมื่อการใช้ชีวิตในปัจจุบันไม่อาจปฏิเสธการเดินทางไปยังที่ต่างๆได้ ท่ามกลางการแพร่ระบาดของไขหวัดสายพันธุ์ใหม่ 2009 จึงเป็นเรื่องจำเป็นที่เราควรระวังว่าตรงไหนของพื้นที่สาธารณะที่เป็นจุดเสี่ยงให้เรามีโอกาสสัมผัสเชื้อโรค เมื่อไปสัมผัสเขาจะได้รีบล้างมือลดการติดเชื้อโดยเร็วไว

คู่มือ "รวมพลังสู้หวัด" ที่สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) รวมข้อมูลสำคัญเอาไว้ ได้บอกถึง 6 จุดเสี่ยงในพื้นที่สาธารณะ ว่ามีดังต่อไปนี้

1. ลูกบิดประตู เพราะมีคนจับลูกบิดประตูเพื่อผ่านเข้าออกวันละนับไม่ถ้วน เชื้อโรคจำนวนมากจะเกาะติดอยู่ที่ลูกบิด ทางที่ดีควรล้างมือหลังสัมผัส จะลดความเสี่ยงได้แน่นอน
2. ก้านชักโครก เป็นอีกจุดหนึ่งที่เราต้องเอามือไปสัมผัสหลังทำธุระเสร็จแล้ว อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้
3. ปุ่มกดลิฟต์ วันหนึ่งๆมีคนใช้ลิฟต์ขึ้นลงอาคารไม่รู้ตั้งเท่าไร จะแน่ใจได้อย่างไรว่าไม่มีใครเอาเชื้อโรคมาแปะไว้ตามปุ่มกดชั้นต่างๆ
4. ราวบันได เป็นแหล่งรวมเชื้อโรคมากมายอีกที่หนึ่งที่ไม่ควรประมาท เวลาคนขึ้นลงบันไดก็ต้องจับเอาไว้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งราวบันไดตามห้างสรรพสินค้าคนจับกันวันหนึ่งเป็นพันๆ
5. ก๊อกน้ำ อันนี้ก็หลีกเลี่ยงได้ยากเพราะเมื่อคนล้างมือแล้วก็ต้องปิดก๊อกน้ำ ถ้าอย่างนั้นก็ควรล้างก๊อกน้ำอีกที หรือใช้ทิชชูเช็ดก่อนปิดก็ช่วยได้ดีเหมือนกัน
6. อุปกรณ์คอมพิวเตอร์ ตามร้านเกมและอินเทอร์เน็ตมีคนมาใช้บริการกันมาก ถ้าจำเป็นต้องใช้อุปกรณ์ล้างมือก่อนและหลังใช้งาน และพยายามหลีกเลี่ยงการนำมือมาสัมผัสใบหน้า จมูก ปาก

สำหรับการล้างมือนั้น จะใช้ สบู่ ก้อน สบู่เหลว หรือเจลล้างมือก็ให้ผลฆ่าเชื้อโรคได้เหมือนกัน เจลล้างมือราคาแพงแต่ความเข้มข้นของแอลกอฮอล์ น้อยกว่า 60-80% ยังสู้น้ำสะอาดกับสบู่

ก๊อหรือสบู๋เหลวไม่ได้เลย

ถากลัว่เชื้อโรคจะตกคางบนสบู๋ก๊อให้เข้าใจใหม่ว่ามันไม่สามารถเกาะอยู่บนพื้นผิวของสบู๋ก๊อและฟองของสบู๋ได้

ข้อมูลจาก ไทยรัฐ 29/08/52