

## 6 จุดเสี่ยงในที่สาธารณะ

นำเสนอเมื่อ : 29 ส.ค. 2552

### 6จุดเสี่ยงในที่สาธารณะ

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

เมื่อการใช้ชีวิตในปัจจุบันไม่อาจปฏิเสธการเดินทางไปยังที่ต่างๆได้ ท่ามกลางการแพร่ระบาดของไข้หวัดสายพันธุ์ใหม่ 2009 จึงเป็นเรื่องจำเป็นที่เราควรระมัดระวังว่าตรงไหนของพื้นที่สาธารณะที่เป็นจุดเสี่ยงให้เรามีโอกาสสัมผัสเชื้อโรค เมื่อไปสัมผัสเขาจะได้รับรางวัลลดการติดเชื้อโดยเร็วไว

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

**1. ลูกบิดประตู** เพราะมีคนจับลูกบิดประตูเพื่อผ่านเข้าออกวันละนับไม่ถ้วน เชื้อโรคจำนวนมากจะเกาะติดอยู่ที่ลูกบิด ทางที่ดีควรล้างมือหลังสัมผัส จะลดความเสี่ยงได้แน่นอน

**2. ก้านชักโครก** เป็นอีกจุดหนึ่งที่เราต้องเอามือไปสัมผัสหลังทำธุระเสร็จแล้ว อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้

**3. ปุ่มกดลิฟต์** วันหนึ่งมีคนใช้ลิฟต์ขึ้นลงอาคารไม่รู้ตั้งเท่าไร จะแน่ใจได้อย่างไรว่าไม่มีใครเอาเชื้อโรคมาแปะไว้ตามปุ่มกดชั้นต่างๆ

**4. ราวจับบันได** เป็นแหล่งรวมเชื้อโรคมากมายอีกที่หนึ่งที่ไม่ควรประมาท เวลาคนขึ้นลงบันไดก็ต้องจับเอาไว้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งราวจับบันไดตามห้างสรรพสินค้าคนจับกันวันหนึ่งเป็นพันๆ

**5. ก๊อกน้ำ** อันนี้ก็หลีกเลี่ยงได้ยากเพราะเมื่อคนล้างมือแล้วก็ต้องปิดก๊อกน้ำ ถ้าอย่างนั้นก็อย่าลืมล้างมือก่อนและหลังใช้งาน และพยายามหลีกเลี่ยงการนำมือมาสัมผัสใบหน้า จมูก ปาก

**6. อุปกรณ์คอมพิวเตอร์** ตามร้านเกมและอินเทอร์เน็ตมีคนมาใช้บริการกันมาก ถ้าจำเป็นต้องใช้อุปกรณ์ก่อนและหลังใช้งาน และพยายามหลีกเลี่ยงการนำมือมาสัมผัสใบหน้า จมูก ปาก

**สำหรับการล้างมือ** นั้น จะใช้ สบู่ ก้อน สบู่เหลว หรือเจลล้างมือก็ให้ผลฆ่าเชื้อโรคได้เหมือนกัน  
เจลล้างมือราคาแพงแต่ความเข้มข้นของแอลกอฮอล์ น้อยกว่า 60-80% ยิ่งสู่น้ำสะอาดกับสบู่  
ก้อนหรือสบู่เหลวไม่ได้เลย  
ถ้ากลัวเชื้อโรคจะตกค้างบนสบู่ก้อนให้เข้าใจใหม่ว่ามันไม่สามารถเกาะอยู่บนพื้นผิวของสบู่ก้อนและฟองของสบู่ได้

แสง มลศิลป์ สรรหามาฝากครับ

**อยากสอบถามข้อมูลหรือติดต่อรับสื่อฯ ทั่วประเทศ 2009 โทร. 1422 หรือ 1330**