เตือนสถานที่วัยรุ่นเสี่ยงติดหวัด 2009 จะมีที่ไหนบ้าง เตรียมระวัง!

นำเสนอเมื่อ : 21 ก.ค. 2552

ในช่วงที่ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 กำลังระบาด จนมีผู้ติดเชื้อหลายรายในขณะนี้ การระวังและป้องกันตนเองถือเป็นสิ่งสำคัญ โดยเฉพาะวัยรุ่นที่ต้องเดินทางไปเรียน บางครั้งต้องเกี่ยวของกับสถานที่ ที่มีปัจจัยเสี่ยงต่อการแพรเชื้อ

เริ่มจาก **รถโดยสาร** ที่ต้องพบกับความแออัด รวมทั้งราวจับบนรถเมล์ ซึ่งเป็นส่วนของการแพร่เชื้อทางมือที่สำคัญ เพราะเมื่อเกิดการไอ-จาม หลายคนอาจเผลอนำมือที่ป้องปากไปจับตามราวหรือขอบเก้าอี้ ซึ่งเชื้อโรคจะติดอยู่ตรงจุดนั้นได้นานหลายชั่วโมง ดังนั้น เมื่อถึงบ้านควรล้างมือด้วยสบู่ให้สะอาด

โรงเรียน สถานที่ที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ แต่ป้องกันได้โดยเริ่มจากตัวเอง หากจะไอ-จามควรหาผ้ามาปิดปาก ป้องกันเชื้อโรคฟุ้งกระจายสู่ผู้อื่น รวมทั้งสังเกตอาการ เมื่อรู้สึกเป็นไข้ไม่สบาย ควรแจ้งอาจารย์ และไปพบแพทย์ นอกจากนี้ ในส่วนของลูกบิดประตูห้องน้ำ ก็ถือเป็นจุดเสี่ยงของแหล่งเชื้อโรคเช่นกัน ดังนั้น ระหว่างวันที่ต้องเข้าห้องน้ำ จึงควรล้างมือให้สะอาด

ร้านอินเตอร์เน็ต/ร้านเกม เนื่องจากแต่ละวันจะมีผู้มาใช้บริการค่อนข้างมาก โดยอุปกรณ์ที่ต้องสัมผัสอย่าง เมาท์ คีย์บอร์ด เสี่ยงที่จะเป็นแหล่งแพร่เชื้อได้ ดังนั้น ใครที่เป็นหวัดและจำเป็นต้องเข้าไปใช้ ควรหาอุปกรณ์ป้องกัน แต่ทางที่ดีควรงดใช้บริการในช่วงนั้น สำหรับทางร้านเองเพื่อสุขอนามัย และถือเป็นการเฝ้าระวัง ควรทำความสะอาดอุปกรณ์ที่ลูกค้าต้องสัมผัสทุกวัน

ห้างสรรพสินค้า นอกจากจะเป็นสถานที่มีผู้คนพลุกพล่านแล้ว สิ่งใกล้ตัวในห้างอย่างราวบันไดเลื่อน และที่จับรถเข็นในซูเปอร์มาร์เก็ต ก็อาจเป็นจุดเสี่ยงของแหล่งเชื้อโรคได้

โรงภาพยนตร์ สถานที่ติดแอร์ มีพื้นที่จำกัด เมื่อมีการไอ-จาม จึงอาจมีเชื้อโรคกระจายอยู่บริเวณนั้นได้ นอกจากนี้ ปุ่มลิฟต์ที่หลายคนต้องสัมผัส ก็ถือเป็นจุดเสี่ยงของแหล่งเชื้อโรคเช่นกัน

ข้างต้นเป็นเพียงสถานที่ที่อาจมีปัจจัยเสี่ยงต่อการแพร่เชื้อได้ ดังนั้น **น้อง ๆ ควรหมั่นล้างมือให้สะอาด และอาจใส่หน้ากากอนามัย เมื่อต้องอยู่ในจุดเสี่ยง** เพื่อเป็นการป้องกันทั้งตัวเองและผู้อื่น.

ข้อมูลจาก หนังสือพิมพ์เดลินิวส์