6จุดเสี่ยงในที่สาธารณะไข้หวัด2009

นำเสนอเมื่อ : 29 ส.ค. 2552

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

เมื่อการใช้ชีวิตในปัจจุบันไม่อาจปฏิเสธการเดินทางไปยังที่ต่างๆได้ ท่ามกลางการแพร่ระบาดของไข้หวัดสายพันธุ์ใหม่ 2009 จึงเป็นเรื่องจำเป็นที่เราควรจะทราบไว้ว่า ตรงไหนของพื้นที่สาธารณะที่เป็นจุดเสี่ยงให้เรามีโอกาสสัมผัสเชื้อโรค เมื่อไปสัมผัสเข้าจะได้รีบล้างมือลดการติดเชื้อโดยเร็วไว

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

1. ลูกบิดประตู เพราะมีคนจับลูกบิดประตูเพื่อผ่านเข้าออกวันละนับไม่ถ้วน เชื้อโรคจำนวนมหาศาลจะเกาะติดอยู่ที่ลูกบิด ทางที่ดีควรล้างมือหลังสัมผัส จะลดความเสี่ยงได้แน่นอน

2. ก้านชักโครก เป็นอีกจุดหนึ่งที่เราต้องเอามือไปสัมผัสหลังทำธุระเสร็จแล้ว อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้

3. ปุ่มกดลิฟต์ วันหนึ่งๆมีคนใช้ลิฟต์ขึ้นลงอาคารไม่รู้ตั้งเท่าไร จะแน่ใจได้อย่างไรว่าไม่มีใครเอาเชื้อโรคมาแปะไว้ตามปุ่มกดชั้นต่างๆ

4. ราวบันได เป็นแหล่งรวมเชื้อโรคมากมายอีกที่หนึ่งที่ไม่ควรประมาท เวลาคนขึ้นลงบันไดก็ต้องจับเอาไว้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งราวบันไดตามห้างสรรพสินค้าคนจับกันวันหนึ่งเป็นพันๆ

5. ก๊อกน้ำ อันนี้ก็หลีกเลี่ยงได้ยากเพราะเมื่อคนล้างมือแล้วก็ต้องปิดก๊อกน้ำ ถ้าอย่างนั้นก็ต้องล้างก๊อกน้ำอีกที หรือใช้ทิชชูเช็ดก่อนปิดก็ช่วยได้ดีเหมือนกัน

6. อุปกรณ์คอมพิวเตอร์ ตามร้านเกมและอินเตอร์เน็ตมีคนมาใช้บริการกันมาก ถ้าจำเป็นต้องใช้ อย่าลืมล้างมือก่อนและหลังใช้งาน และพยายามหลีกเลี่ยงการนำมือมาสัมผัสใบหน้า จมูก ปาก

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

ก้อนหรือสบู่เหลวไม่ได้เลย
ถ้ากลัวเชื้อโรคจะตกค้างบนสบู่ก้อนให้เข้าใจใหม่ว่ามันไม่สามารถเกาะอยู่บนพื้นผิวของสบู่ก้อนและฟองของสบู่ได้

ข้อมูลจาก ไทยรัฐ 29/08/52