

5 โรค 3 ภัยสุขภาพ ที่ควรระวังในหน้าร้อน

5 โรคติดต่อทางเดินอาหารและน้ำ



1. โรคอุจจาระร่วง:
ถ่ายเหลวเป็นน้ำบ่อยครั้ง
อาจมีมูกเลือดและอาเจียน



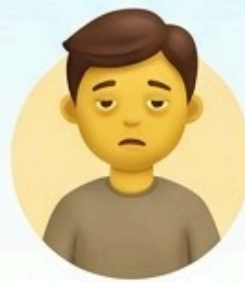
2. โรคไข้ไทฟอยด์:
ไข้สูงลอย ปวดศีรษะ
อ่อนเพลีย มีผื่นขึ้นตามตัว



3. โรคอาหารเป็นพิษ:
คลื่นไส้ อาเจียน
ปวดท้องรุนแรง ท้องเสีย



4. อหิวาตกโรค:
ถ่ายเป็นน้ำขาวขาว
ปริมาณมาก
ร่างกายขาดน้ำรวดเร็ว



5. ไวรัสตับอักเสบบี เอ
มีไข้ อ่อนเพลีย
ปัสสาวะสีเข้ม
ตัวเหลืองตาเหลือง

3 ภัยสุขภาพที่ต้องเฝ้าระวัง



1. ภาวะอากาศร้อน (Heat Stroke):
ระวังการอยู่กลางแจ้งนานๆ
ร่างกายระบายความร้อนไม่ทัน



2. มลพิษหมอกควัน (PM 2.5):
หลีกเลี่ยงการเผาขยะ/ตอซังข้าว
สวมหน้ากากเมื่อค่าฝุ่นสูง



3. อันตรายจากการจมน้ำ:
ดูแลบุตรหลานอย่างใกล้ชิด
ขณะเล่นน้ำคลายร้อน

