



จุลสารเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้านการจัดการสาธารณสุข

ลด · หยุด · ภัย

ปีที่ 18 ฉบับที่ 167
ฉบับประจำเดือน
มีนาคม 2564

ปรับเบาะนั่ง · จัดท่านั่ง · จับพวงมาลัยถูกวิธี



...เพิ่มความปลอดภัยในการเดินทาง



ปี พ.ศ. 2564 ประเทศไทยได้รับอิทธิพลจากปรากฏการณ์ลานีญา ส่งผลให้ปริมาณฝนในภาพรวมทั้งปีมากกว่าปกติ ยกเว้นบางพื้นที่ของภาคเหนือตอนบน ภาคตะวันออก และภาคตะวันออกเฉียงเหนือจะมีปริมาณฝนน้อยกว่าปกติ ประกอบกับในช่วงปี พ.ศ. 2562 – 2563 มีปริมาณฝนน้อยกว่าค่าปกติ ทำให้เขื่อนต่าง ๆ มีปริมาณน้ำต้นทุนอยู่ในเกณฑ์น้อย ขณะที่ความต้องการใช้น้ำในช่วงฤดูแล้งเพิ่มขึ้น อาจส่งผลให้หลายพื้นที่ประสบปัญหาขาดแคลนน้ำ

กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย (ปภ.) ได้บูรณาการจังหวัดและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องวางระบบบริหารจัดการน้ำและจัดสรรน้ำให้มีประสิทธิภาพสูงสุด รวมถึงรณรงค์ให้ทุกภาคส่วนใช้น้ำอย่างประหยัด เพื่อให้มีน้ำอุปโภคบริโภคเพียงพอตลอดช่วงฤดูแล้ง

จุลสารลด - หยุด - ภัย ฉบับเดือนมีนาคม 2564 ยังคงนำเสนอข้อมูลเกี่ยวกับการป้องกันและลดความเสี่ยงจากสาธารณภัยในหลากหลายรูปแบบ ทั้งการใช้รถใช้ถนนอย่างปลอดภัย การป้องกันเพลิงไหม้ และการแก้ไขเหตุฉุกเฉินรุนแรงในพื้นที่สาธารณะ รวมถึงการป้องกันและลดผลกระทบจากภัยแล้งมาฝากกันค่ะ

สำหรับในเดือนมีนาคม วันที่ 22 มีนาคมของทุกปี เป็นวันอาสาสมัครป้องกันภัยฝ่ายพลเรือน (อปพร.) ซึ่ง อปพร. ถือเป็นเครือข่ายจิตอาสาภาคประชาชนที่สนับสนุนภาครัฐช่วยเหลือและบรรเทาทุกข์ผู้ประสบภัยมาโดยตลอด โดยกรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย (ปภ.) ได้มุ่งพัฒนา อปพร. ให้มีความพร้อมด้านการจัดการภัยพิบัติอย่างรอบด้านตามมาตรฐานสากล รวมถึงเป็นกำลังสำคัญในการเชื่อมโยงชุมชนร่วมลดความเสี่ยงจากสาธารณภัย เพื่อร่วมสร้างชุมชนให้มีความปลอดภัยก้าวสู่เป้าหมายประเทศไทยปลอดภัยยั่งยืน

“มาร่วมมือกันสร้างสรรค์สังคมปลอดภัย”

แล้วพบกันใหม่

ก้าวทันภัยไปกับ...สื่อออนไลน์ by DDPM



สาธารณภัย มีแนวโน้มเกิดขึ้นบ่อยครั้งและเพิ่มความเสี่ยงมากขึ้น การเข้าถึงและรู้เท่าทันข้อมูลด้านสาธารณภัยผ่านช่องทางการสื่อสารที่สะดวกและรวดเร็ว จะช่วยให้สามารถป้องกันและเตรียมพร้อมรับมือสถานการณ์ภัยที่อาจเกิดขึ้นได้อย่างปลอดภัย

กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย (ปภ.) ได้ให้ความสำคัญ

กับการประยุกต์ใช้เทคโนโลยีและนวัตกรรมสมัยใหม่ (Digital Transformation) ให้สอดคล้องกับการบริหารจัดการสาธารณภัยอย่างรอบด้าน โดยเฉพาะการสื่อสารข้อมูลด้านสาธารณภัยผ่านแพลตฟอร์ม Social Media เริ่มต้นด้วย **Line @1784DDPM “ปภ.รับแจ้งเหตุ 1784”** ให้ประชาชนสามารถแจ้งเหตุสาธารณภัยได้อย่างรวดเร็ว ทั้งข้อมูลภาพเหตุการณ์ จุดเกิดเหตุ ส่งตรงถึงเจ้าหน้าที่ ปภ. ในพื้นที่แบบ Real Time เพื่อประสานความช่วยเหลือประชาชนได้ทันที รวมถึงเป็นอีกหนึ่งช่องทางที่ ปภ.ใช้ในการแจ้งเตือนภัยและแจ้งข้อมูลข่าวสารสาธารณภัยแก่ประชาชน มาต่อกันที่ **Facebook Fanpage กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย DDPM** เป็นแหล่งข้อมูลข่าวสารสาธารณภัยครอบคลุมทุกประเด็นที่มีการอัปเดตและอัปเดตข้อมูลการแจ้งเตือนภัย ข้อมูลความรู้ด้านสาธารณภัย ข่าวประชาสัมพันธ์ อินโฟกราฟิก คลิปวิดีโอ อย่างต่อเนื่อง กดติดตาม กดไลค์ กดแชร์ เข้าถึงข้อมูลด้านสาธารณภัยได้ง่าย ๆ ส่วนอีกหนึ่งสื่อโซเชียลที่ได้รับความนิยมอย่าง Twitter ก็สามารถติดตามข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับสาธารณภัยได้เพียงแค่กดติดตาม **Twitter @DDPMNews** หรือพิมพ์ชื่อภัยที่ต้องการค้นหา เช่น ภัยแล้ง อุทกภัย อัคคีภัย และไฟป่า เป็นต้น ระบบของ Twitter จะแสดงข้อมูลข่าวสารสาธารณภัยของ ปภ. ทันที

นอกจากนี้ ปภ. ยังมีช่องทางการสื่อสารข้อมูลด้านสาธารณภัยผ่าน Application บนสมาร์ตโฟนในรูปแบบ Application **“DPM Reporter”** และ Application **“อาสาสู้ภัย”** มาทำความรู้จักกับ Application **“DPM Reporter”** เป็นแอปฯ ให้บริการข้อมูลข่าวสารด้านสาธารณภัยและแจ้งเตือนภัยแก่ประชาชน สามารถดาวน์โหลดมาใช้งานได้ทั้งระบบปฏิบัติการ IOS และ Android ในส่วนของฟังก์ชันการใช้งานประกอบด้วย ฟังก์ชันข่าวสาธารณภัย รายงานเหตุ อัปเดตทุกสถานการณ์ภัยที่เกิดขึ้นในประเทศไทย ฟังก์ชันรายงานข่าวแบบรู้จริงและเข้าถึงทุกพื้นที่ที่เกิดสาธารณภัย ฟังก์ชันแจ้งเตือนสาธารณภัยแจ้งเตือนภัยให้รู้ล่วงหน้าและป้องกันได้ทัน รวมถึงยังมีระบบแชท ออนไลน์ที่ช่วยให้การรับ - ส่งข้อมูลข่าวสารรวดเร็วและครบถ้วน ปิดท้ายด้วย Application **“อาสาสู้ภัย”** ซึ่งให้บริการข้อมูลข่าวสารสาธารณภัยแก่กลุ่มอาสาสมัคร จิตอาสาจากองค์กรภาคีเครือข่ายด้านการป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย เพื่อให้เข้าถึงข้อมูลข่าวสารด้านสาธารณภัยสามารถช่วยเหลือและดูแลผู้ประสบภัยในทุกพื้นที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

“ก้าวทันและปลอดภัยจากทุกภัยด้วยเทคโนโลยีในมือของคุณ”

ผู้จัดทำ

ที่ปรึกษา

บุญธรรม เลิศสุขีเกษม

บรรณาธิการ

ชัยณรงค์ วาสนะสมสิทธิ์, เซษฐา โมสิกรัตน์

เรียมชัย ชูจิตติวิบูลย์

ผู้ช่วยบรรณาธิการ

ศิริวรรณ จุลวนิชรัตน

กองบรรณาธิการ

พิลลรินทร์ ภูกิจ, เดือนเพ็ญ ประทุม, สุวารี มิ่งเมือง, เบลญมาศ เขียววิชัย, ชุตานภา ภักทรกรรม

3

ปรับเบาะนั่ง - จัดที่นั่ง - จับพวงมาลัยถูกวิธี...เพื่อความปลอดภัยในการเดินทาง

4

แนะจุดบอดสายตา ขณะขับรถ...อันตรายที่ควรระวัง

5

เตือนจุดเสี่ยงเพลิงไหม้ บริเวณบ้าน...ลดเสี่ยงอัคคีภัย

6

เรียนรู้อันตรายภัยแล้ง - ลดวิกฤตขาดแคลนน้ำ

7

รู้รับมือเหตุฉุกเฉินรุนแรงในพื้นที่สาธารณะ...ลดเสี่ยงอันตราย

ปรับเบาะนั่ง • จัดทำนั่ง • จับพวงมาลัยถูกวิธี

...เพิ่มความปลอดภัยในการเดินทาง



การปรับเบาะนั่ง จัดทำนั่ง จับพวงมาลัยในตำแหน่งที่เหมาะสม จะช่วยให้ผู้ขับขี่มีทัศนวิสัยในการมองเห็นเส้นทางชัดเจน สามารถบังคับและควบคุมรถได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมถึงช่วยลดการบาดเจ็บรุนแรงและเสียชีวิตจากอุบัติเหตุ เพื่อความปลอดภัย กระทรวงมหาดไทย โดยกรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย (ปภ.) ขอแนะวิธีปฏิบัติในการเตรียมพร้อมก่อนขับรถ ดังนี้

การปรับเบาะนั่ง



ปรับระยะห่างของเบาะให้พอดี โดยเว้นระยะห่างจากพวงมาลัยประมาณ 1 ช่วงแขนงอเล็กน้อยและไม่ตึงเกินไป เพื่อให้บังคับพวงมาลัยได้อย่างคล่องตัว และเก้าอี้แตะแป้นเหยียบได้ในระยะพอดี

พนักพิงหลังให้ตั้งฉากหรือเกือบตั้งฉาก โดยปรับพนักพิงให้เอนได้เล็กน้อย จะช่วยเพิ่มทัศนวิสัยในการมองเห็นเส้นทาง

ปรับความสูงของเบาะให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม โดยต้องมองเห็นเส้นทางและแผงหน้าปัดรถอย่างชัดเจน จะทำให้สามารถควบคุมรถได้ง่าย

ปรับหมอนรองศีรษะให้อยู่กึ่งกลางและใกล้ศีรษะของผู้ขับขี่มากที่สุด เพราะจะช่วยรองรับแรงกระแทกเมื่อประสบอุบัติเหตุ

การจัดทำนั่ง



นั่งให้เต็มเบาะ โดยให้หลัง สะโพก และต้นขาชิดเบาะด้านในให้มากที่สุด เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการขับรถ และช่วยลดอาการเมื่อยล้า

ไม่นั่งชิดพวงมาลัยมากเกินไป เพราะนอกจากจะทำให้บังคับพวงมาลัยไม่ถนัดแล้ว ยังส่งผลต่อประสิทธิภาพในการขับรถ



นั่งในลักษณะกึ่งงอขา ให้ฝ่าเท้าเหยียบแป้นเบรกและคลัตช์ได้ถนัด เพื่อให้มีกำลังขาเพียงพอในการเหยียบเบรก และช่วยลดการบาดเจ็บรุนแรงเมื่อประสบอุบัติเหตุ

การจับพวงมาลัย

ปรับพวงมาลัยไม่ให้สูงหรือต่ำมากเกินไป เพื่อให้มองเห็นเส้นทางและแผงหน้าปัดรถอย่างชัดเจน รวมถึงบังคับทิศทางรถได้อย่างมีประสิทธิภาพ



กำพวงมาลัยให้แน่นพอประมาณ โดยใช้นิ้วโป้งเกี่ยวพวงมาลัย จะทำให้สามารถเลี้ยวรถและเปลี่ยนช่องทางได้อย่างคล่องตัว



จับพวงมาลัยในตำแหน่งที่ถูกต้อง โดยมือขวาอยู่ในตำแหน่ง 3 นาฬิกา และมือซ้ายอยู่ในตำแหน่ง 9 นาฬิกา เพราะเป็นตำแหน่งที่ทำให้ผู้ขับขี่บังคับและควบคุมรถได้ดีที่สุด



ไม่จับพวงมาลัยมือเดียว เพราะหากเกิดเหตุฉุกเฉิน จะไม่สามารถหักหลบสิ่งกีดขวางได้ทันท่วงที

น่ารู้



การปรับเบาะนั่งและจัดทำนั่งให้เหมาะสม จะช่วยให้การบังคับรถเป็นไปด้วยความคล่องตัว รวมถึงยังช่วยลดอาการเมื่อยล้าและลดอาการปวดหลังจากการขับรถได้ ซึ่งการจับพวงมาลัยในตำแหน่งที่ถูกต้อง จะทำให้สามารถควบคุมทิศทางรถได้อย่างมีประสิทธิภาพ





แนะ 5

จุดบอดสายตา ขณะขับรถ...อันตรายที่ควรระวัง

“จุดบอดสายตา หรือ Blind Area” เป็นบริเวณพื้นที่ที่ผู้ขับขี่ไม่สามารถมองเห็นด้วยสายตา เพราะมีสิ่งบดบังทัศนวิสัยในการมองเห็นรอบรถ จึงเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ เพื่อความปลอดภัย กระทรวงมหาดไทย โดยกรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย (ปภ.) ขอแนะวิธีป้องกัน 5 จุดบอดสายตาขณะขับรถ ดังนี้



จุดบอดสายตา รถยนต์

นารู้



การปฏิบัติตามกฎจราจรอย่างเคร่งครัด การขับรถอย่างมีสมาธิ และการใช้สายตาตามองเส้นทางให้รอบด้าน จะช่วยป้องกันอุบัติเหตุจากจุดบอดสายตาขณะขับรถ



1

จุดบอดมุมหน้ารถ เกิดจากมุมเสาหน้ารถระหว่างกระจกหน้าและกระจกข้าง ส่งผลให้มองไม่เห็นรถที่ขับขนานด้านข้างรถ

วิธีแก้ไข

ปรับเบาะนั่งให้เหมาะสมกับรูปร่างผู้ขับขี่ ไม่สูงหรือต่ำเกินไป จะช่วยเพิ่มทัศนวิสัยในการมองเห็นเส้นทางด้านหน้า โดยให้มีระยะห่างระหว่างศีรษะกับเพดานรถประมาณ 6 นิ้ว จะช่วยให้มองเห็นเส้นทางได้ชัดเจนขึ้น



2

จุดบอดกระจกมองข้าง เกิดจากปรับกระจกมองข้างในระดับที่ไม่เหมาะสม ทำให้มองไม่เห็นรถที่ขับมาด้านข้าง

วิธีแก้ไข

ปรับกระจกมองข้างให้ได้มุมมองที่กว้างที่สุด สามารถมองเห็นตัวรถด้านข้างพื้นผิวถนน และเส้นแบ่งเลนได้ ระดับการมองไม่สูงเกินไป ก่อนเปลี่ยนช่องทางหรือเลี้ยวรถให้หันศีรษะไปมองรถด้านข้างเล็กน้อย จะช่วยให้มองเห็นรถที่อยู่ในจุดบอดสายตา



3

จุดบอดกระจกมองหลัง ผู้ขับขี่มักละเลยการใช้กระจกมองหลัง โดยมองเส้นทางผ่านกระจกมองข้างเพียงอย่างเดียวหรือวางสิ่งของบริเวณกระจกหลังรถ

วิธีแก้ไข

ปรับกระจกมองหลังให้เห็นพื้นที่ด้านหลังรถทั้งหมด โดยใช้กระจกมองหลังและกระจกมองข้างสลับกันเป็นระยะ เมื่อต้องการเปลี่ยนช่องทางหรือเลี้ยวรถ ไม่วางสิ่งของบริเวณกระจกหลังรถ เพราะจะบดบังกระจกมองหลัง ทำให้มองไม่เห็นด้านท้ายรถหรือรถที่วิ่งตามหลังมา



4

จุดบอดจากรถขนาดใหญ่ การขับรถตามหลังรถขนาดใหญ่ในระยะกระชั้นชิด ทำให้ผู้ขับขี่มองไม่เห็นเส้นทางข้างหน้าและด้านข้าง จึงไม่สามารถประเมินสภาพเส้นทางรวมถึงระยะและความเร็วของรถที่ร่วมใช้เส้นทาง

วิธีแก้ไข

รักษาระยะห่างจากรถขนาดใหญ่ประมาณ 3 - 4 ช่วงคันรถหรือ 10 เมตร เพื่อให้มีมุมมองในการมองเห็นเส้นทางได้กว้างขึ้น หลีกเลี่ยงการขับรถดีจู่รถขนาดใหญ่เป็นเวลานาน เพราะด้านข้างรถขนาดใหญ่เป็นจุดบอดสายตา อาจทำให้เกิดอุบัติเหตุได้ โดยเฉพาะผู้ขับขี่รถจักรยานยนต์ควรหลีกเลี่ยงการอยู่ใกล้พื้นที่จุดบอดของรถบรรทุก



5

จุดบอดจากสภาพถนน เกิดจากลักษณะทางกายภาพของเส้นทาง ทำให้มองเห็นเส้นทางไม่ชัดเจน อาทิ โค้งหักศอก ทางขึ้น - ลงเนิน ถนนมีสิ่งก่อสร้างบดบังเส้นทาง

วิธีแก้ไข

ปฏิบัติตามป้ายเตือนหรือสัญญาณจราจรอย่างเคร่งครัด อาทิ ห้ามแซงในทางโค้ง ให้ใช้เสียงแตรส่งสัญญาณเตือนผู้ร่วมใช้เส้นทาง ชะลอความเร็วเมื่อขับรถผ่านจุดบอดของถนน พร้อมสังเกตสภาพเส้นทางเมื่อขับรถผ่านจุดบอดสายตาแล้วค่อยใช้ความเร็วตามปกติ



เตือนจุดเสี่ยงเพลิงไหม้บริเวณบ้าน...ลดเสี่ยงอัคคีภัย

ฤดูร้อน เป็นช่วงที่มีสถิติการเกิดเพลิงไหม้สูง เนื่องจากสภาพอากาศร้อนและแห้งแล้ง เมื่อเกิดเพลิงไหม้ ไฟจึงลุกลามอย่างรวดเร็ว สร้างความสูญเสียชีวิตและทรัพย์สิน เพื่อความปลอดภัย กระทรวงมหาดไทย โดยกรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย (ปภ.) ขอเตือนจุดเสี่ยงเพลิงไหม้บริเวณบ้านและวิธีป้องกันไม่ให้เกิดเพลิงไหม้ ดังนี้



4 จุดเสี่ยงเพลิงไหม้ในบ้าน



1 ห้องครัว
เป็นห้องที่มีการใช้เชื้อเพลิงในการประกอบอาหาร หากสะเก็ดไฟกระเด็นไปติดวัสดุที่ติดไฟง่าย ทำให้เกิดเพลิงไหม้ได้

วิธีป้องกัน

- ตรวจสอบถังแก๊สให้อยู่ในสภาพสมบูรณ์ ไม่มีรอยรั่ว และปิดวาล์วทุกครั้งหลังใช้งาน
- ทำความสะอาดพื้นหรือผนังครัวไม่ให้มีคราบน้ำมันสะสม เพราะหากเกิดเพลิงไหม้จะทำไฟลุกลามอย่างรวดเร็ว



2 ห้องพระ
เป็นห้องที่มีวัสดุที่เป็นเชื้อเพลิง อาทิ รูป เทียน ไม้ห่มบูชา หิ้งพระ

วิธีป้องกัน

ไม่จุดธูปเทียนทิ้งไว้โดยไม่มีผู้ดูแล เพราะสะเก็ดไฟอาจกระเด็นไปติดไม้ห่มบูชา ทำให้เกิดเพลิงไหม้



3 ห้องนอน / ห้องนั่งเล่น
เป็นห้องที่มีวัสดุที่เป็นเชื้อเพลิงลุกลามเร็ว อาทิ ที่นอน ผ้าห่ม โซฟา

วิธีป้องกัน

- ไม่สูบบุหรี่หรือจุดธูปเทียนทิ้งไว้ เพราะสะเก็ดไฟอาจกระเด็นไปติดที่นอนหรือโซฟา ทำให้เพลิงลุกลาม
- ไม่เสียบสายชาร์จโทรศัพท์ แบตเตอรี่สำรอง หรือนิตบุ๊ก ทิ้งไว้บนที่นอนหรือโซฟา เพราะความร้อนที่ออกมาจากอุปกรณ์ ทำให้เสี่ยงต่อการระเบิดและเกิดเพลิงไหม้ได้



4 แผงสวิตช์และระบบควบคุมวงจรไฟ
เป็นบริเวณที่มักเกิดไฟฟ้าลัดวงจรได้ง่าย

วิธีป้องกัน

- เลือกใช้อุปกรณ์ไฟฟ้าที่ได้มาตรฐาน ไม่ชำรุดหรือเสื่อมสภาพ
- ไม่เสียบปลั๊กไฟจำนวนมากกับเต้าเสียบเดียวกัน รวมถึงปิดสวิตช์และถอดปลั๊กไฟหลังใช้งาน
- ไม่ใช้เครื่องใช้ไฟฟ้าติดต่อกันเป็นเวลานาน โดยเฉพาะเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ให้ความร้อนและมีมอเตอร์เป็นส่วนประกอบ

1 จุดทิ้งขยะ เป็นแหล่งสะสมวัสดุที่ติดไฟง่ายและมีเชื้อเพลิง ทำให้ไฟลุกลามรวดเร็ว



วิธีป้องกัน

คัดแยกขยะ รวมถึงกำจัดขยะแต่ละประเภทอย่างถูกวิธี



2 จุดเสี่ยงเพลิงไหม้ภายนอกบ้าน

2 ทွ่งหญ้า พงหญ้าแห้ง เป็นบริเวณที่มักมีการจุดไฟเผาขยะ หญ้าแห้ง หรือเศษวัชพืช อาจเป็นเหตุทำให้ไฟลุกลามไหม้บ้านเรือนหรือพื้นที่ใกล้เคียง



วิธีป้องกัน

- ไม่เผาขยะบริเวณพงหญ้าแห้ง โดยเฉพาะในขณะที่ยังมีลมพัด
- ไม่ทิ้งกิ่งไม้หรือเศษพงหญ้าแห้ง เพื่อป้องกันไฟลุกลามไหม้บ้านเรือน
- เตรียมพื้นที่การเกษตรโดยใช้วิธีไถหรือฝังกลบ เพื่อป้องกันเพลิงลุกลามไหม้พื้นที่ใกล้เคียง



เรียนรู้รับมือ ปัญหาภัยแล้ง - ลดวิกฤตขาดแคลนน้ำ

ประหยัดน้ำง่าย ๆ ด้วยหลัก 3 R

สถานการณ์ภัยแล้ง

มีแนวโน้มรุนแรงมากขึ้น เนื่องจากมีความต้องการใช้น้ำเพิ่มขึ้นของทุกภาคส่วน ส่งผลให้หลายพื้นที่เสี่ยงต่อการประสบปัญหาการขาดแคลนน้ำอุปโภคบริโภคและน้ำเพื่อการเกษตร เพื่อลดผลกระทบจากปัญหาภัยแล้ง กระทรวงมหาดไทย โดยกรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย (ปภ.) ขอแนะทุกภาคส่วนรับมือและลดผลกระทบจากปัญหาภัยแล้ง ดังนี้



Reduce ลดการใช้น้ำ ใช้น้ำอย่างประหยัดและเกิดประโยชน์สูงสุด



Reuse ใช้น้ำซ้ำ นำน้ำที่เหลือจากการใช้งานไปใช้ประโยชน์อื่น



Recycle นำน้ำที่ใช้แล้วกลับมาใช้ใหม่ โดยผ่านกระบวนการบำบัดน้ำเสีย หรือใช้เทคโนโลยีน้ำน้ำกลับมาใช้ใหม่



ภาคประชาชน



ซ่อมแซมภาชนะกักเก็บน้ำ เพื่อสำรองน้ำไว้ใช้ในช่วงฤดูแล้ง



ใช้น้ำอย่างประหยัดและคุ้มค่า โดยนำน้ำที่เหลือจากการใช้งานไปใช้ประโยชน์อื่น เช่น รดน้ำต้นไม้ ล้างพื้น



ใช้ภาชนะรองน้ำแทนการปล่อยน้ำจากก๊อกน้ำ เพื่อลดการสิ้นเปลืองน้ำ



ปิดก๊อกน้ำให้สนิททุกครั้ง ไม่ให้น้ำไหลทิ้งโดยเปล่าประโยชน์



ติดตั้งอุปกรณ์เติมอากาศที่ก๊อกน้ำ ฟักบัวหรือชกโครก เพื่อเพิ่มแรงดันน้ำ และลดปริมาณการใช้น้ำ



ตรวจสอบก๊อกน้ำและท่อส่งน้ำ ไม่ให้มีน้ำรั่วซึม หากชำรุดให้รีบซ่อมแซม

ภาคการเกษตร

ภาคอุตสาหกรรม



ติดตามสถานการณ์น้ำและแผนการจัดสรรน้ำในพื้นที่ พร้อมวางแผนการเพาะปลูกให้สอดคล้องกับปริมาณน้ำ



งดทำนาปรังในช่วงฤดูแล้ง เพื่อป้องกันผลผลิตเสียหายจากการขาดแคลนน้ำ



เพาะปลูกพืชอายุสั้นที่ใช้น้ำน้อย อาทิ ถั่ว แตงโม แตงกวา



ทำการเกษตรแบบใช้น้ำน้อย อาทิ ปลูกพืชคลุมดิน ใช้พลาสติกคลุมดิน วางระบบน้ำหยดในพื้นที่เพาะปลูก



จัดหาแหล่งน้ำสำรองและกักเก็บน้ำไว้ใช้ช่วงฤดูแล้ง พร้อมวางแผนการผลิตให้สอดคล้องกับปริมาณน้ำ

ตรวจสอบระบบจัดสรรน้ำให้พร้อมใช้งาน ทั้งท่อส่งน้ำ ระบบกระจายน้ำ ระบบบำบัดน้ำเสีย

ใช้อุปกรณ์และเทคโนโลยีประหยัดน้ำ ที่สามารถนำน้ำหมุนเวียนกลับมาใช้ใหม่



รู้รับมือ เหตุฉุกเฉินรุนแรงในพื้นที่สาธารณะ ลดเสี่ยงอันตราย



เหตุฉุกเฉินรุนแรงในพื้นที่สาธารณะ: ถือเป็นภัยใกล้ตัวที่เกิดขึ้นได้ทุกเมื่อ ซึ่งก่อให้เกิดการบาดเจ็บและเสียชีวิต การเรียนรู้วิธีปฏิบัติตนอย่างถูกวิธี จะทำให้สามารถช่วยเหลือตนเองได้อย่างปลอดภัย กระทรวงมหาดไทย โดยกรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย (ปภ.) ขอแนะวิธีรับมือเหตุฉุกเฉินรุนแรงในพื้นที่สาธารณะ ดังนี้

เตรียมพร้อมรับมือเหตุรุนแรง



• **สังเกตป้ายสัญลักษณ์ทางออก** บันไดหนีไฟ ประตูทางออกฉุกเฉิน รวมถึงศึกษาแผนผังอาคารเพื่อใช้เป็นข้อมูลในการหนีออกจากจุดเกิดเหตุได้อย่างปลอดภัย



• **สังเกตความผิดปกติรอบตัว** กรณีมีเสียงดังคล้ายเสียงปืน เสียงระเบิด เสียงความแตกตื่น เกิดความโกลาหล ให้หาทิศทางและแหล่งที่มาของเสียง เพื่อจะได้นี้ออกจากจุดเกิดเหตุได้อย่างรวดเร็ว



• **เตรียมอุปกรณ์สื่อสารให้พร้อมใช้งาน** โดยชาร์จแบตเตอรี่โทรศัพท์มือถือให้เต็ม พกแบตเตอรี่สำรองและสายชาร์จติดกระเป๋าไว้เสมอ

191 1669 1784

• **จดจำข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการแจ้งเหตุ** โดยเฉพาะรายละเอียดของเหตุการณ์ ตำแหน่งจุดที่เกิดเหตุ

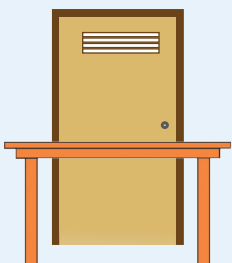


หนีจากจุดเกิดเหตุโดยเร็ว

- **ตั้งสติ** และหาทางหนีจากจุดเกิดเหตุให้เร็วที่สุด
- **หลีกเลี่ยงการใช้เส้นทางหนีที่ไม่ปลอดภัย** เช่น ที่คับแคบและมีคนหนาแน่น
- **ทิ้งสิ่งของหรือสัมภาระที่ไม่จำเป็น** เพื่อให้หนีออกจากจุดเกิดเหตุได้คล่องตัว
- **ช่วยเหลือคนรอบข้าง** หากสามารถให้การช่วยเหลือได้อย่างปลอดภัย
- **โทรแจ้งเหตุฉุกเฉินทันที** เมื่ออยู่ในที่ปลอดภัย



ซ่อนเมื่อไม่สามารถหนีจากจุดเกิดเหตุได้



หาที่กำบังตัว โดยหลบใต้โต๊ะ และตู้ที่แข็งแรง หลีกเลี่ยงการซ่อนตัวในที่อับปิดตาย



• **ไม่อยู่ในบริเวณเสี่ยงอันตราย** อาทิ ริมหน้าต่าง และประตูที่เป็นกระจก



- **ล็อคประตูให้แน่นหนา** หากโต๊ะ ตู้ หรือวัตถุที่หนักและมั่นคงกันประตูไว้
- **ขอความช่วยเหลือผ่านช่องทางที่ไม่ใช่เสียง** อาทิ SMS Line Facebook
- **รับหนีออกจากที่หลบภัยทันที** เมื่อเส้นทางออกจากจุดเกิดเหตุมีความปลอดภัย



วิธีปฐมพยาบาลเบื้องต้นช่วยชีวิตรอดปลอดภัย

• **การห้ามเลือด** ใช้มือกดนิ่ง ๆ บริเวณที่เลือดออกไว้ เพื่อให้หลอดเลือดหดตัว ซึ่งจะช่วยให้ห้ามเลือดได้ กรณีแผลใหญ่ให้ใช้ผ้าสะอาดปิดบริเวณแผลและใช้มือกดผ้าไว้ เพื่อห้ามเลือด

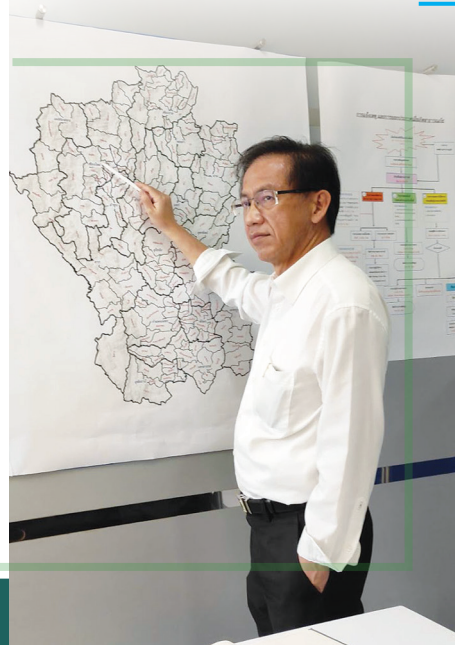


ปก.บูรณาการแก้ไขปัญหา ภัยแล้ง เชิงพื้นที่ อย่างเป็นระบบ...ลดผลกระทบภาวะขาดแคลนน้ำ



แม้ในปี พ.ศ.2564 ประเทศไทยจะมีปริมาณฝนมากกว่าปกติ แต่สถานการณ์น้ำในอ่างเก็บน้ำและแม่น้ำสายหลักมีปริมาณน้ำอยู่ในเกณฑ์น้อย เนื่องจากในช่วงปี พ.ศ. 2562 - 2563 มีปริมาณฝนน้อยกว่าค่าปกติอย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้หลายพื้นที่ของประเทศมีความเสี่ยงต่อการขาดแคลนน้ำอุปโภคบริโภค และน้ำเพื่อการเกษตร

รัฐบาลห่วงใยประชาชนที่อาจได้รับผลกระทบจากสถานการณ์ภัยแล้ง จึงได้สั่งการให้กองบัญชาการป้องกันและบรรเทาสาธารณภัยแห่งชาติ (บกปภ.ช.) โดยกรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย (ปภ.) กระทรวงมหาดไทย บูรณาการจังหวัดและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเตรียมพร้อมป้องกันและแก้ไขปัญหาภัยแล้งอย่างเป็นระบบ ภายใต้กลไกระบบบัญชาการเหตุการณ์ตามกฎหมายและแผนว่าด้วยการป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย เพื่อลดผลกระทบจากภาวะขาดแคลนน้ำให้ได้มากที่สุด ดังนี้



ขับเคลื่อน 3 กลุ่มภารกิจ -กลไกหลักแก้ไขปัญหาภัยแล้ง

5 แนวทางรับมือภัยแล้ง

1 กลุ่มพยากรณ์ จัดตั้งคณะทำงานติดตามสถานการณ์ ภายใต้โครงสร้างกองอำนวยการป้องกันและบรรเทาสาธารณภัยจังหวัด ทำหน้าที่ตรวจสอบสภาพอากาศ ปริมาณน้ำท่า และสถานการณ์น้ำในแหล่งเก็บน้ำต่าง ๆ เพื่อวิเคราะห์และประเมินปริมาณน้ำต้นทุนและความต้องการใช้น้ำ



2 กลุ่มบริหารจัดการน้ำ จัดตั้งคณะกรรมการหรือคณะทำงานระดับจังหวัด ทำหน้าที่วางแผนการจัดสรรน้ำให้สอดคล้องกับสถานการณ์น้ำและครอบคลุมการใช้น้ำทุกประเภท ทั้งการอุปโภคบริโภค การรักษาระบบนิเวศ เกษตรกรรม และอุตสาหกรรม รวมถึงกำหนดแนวทางการระบายน้ำและสำรองน้ำไว้ใช้ประโยชน์



3 กลุ่มปฏิบัติการแก้ไขปัญหาขาดแคลนน้ำ บูรณาการฝ่ายพลเรือน หน่วยทหาร และภาคเอกชนจัดเตรียมกำลังคน วัสดุอุปกรณ์ และเครื่องจักรกลด้านสาธารณภัย ให้พร้อมปฏิบัติการป้องกันและแก้ไขปัญหาขาดแคลนน้ำ โดยแบ่งพื้นที่รับผิดชอบและมอบหมายภารกิจอย่างชัดเจน ควบคู่กับการจัดหน่วยสนับสนุนการแก้ไขปัญหาครอบคลุมทุกพื้นที่เสี่ยง



1 วางแนวทางแก้ไขปัญหาภัยแล้งอย่างเป็นระบบ โดยวิเคราะห์ข้อมูลสภาพความเสี่ยงภัยอย่างรอบด้าน ทั้งปริมาณน้ำ พื้นที่เสี่ยงภัย ปัญหาอุปสรรคในการบริหารจัดการน้ำ พร้อมทบทวนแผนเผชิญเหตุภัยแล้งระดับจังหวัด เพื่อวางแผนบูรณาการแก้ไขปัญหาระดับพื้นที่ภายใต้ความร่วมมือของหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง อีกทั้งประสานฝ่ายปกครองและหน่วยทหารในพื้นที่ สร้างการรับรู้เกี่ยวกับสถานการณ์น้ำและแนวทางการช่วยเหลือผู้ประสบภัยแล้ง เพื่อป้องกันปัญหาการแย่งชิงน้ำ

2 จัดสรรน้ำเพื่อการอุปโภคบริโภคให้เพียงพอ โดยสำรวจและจัดทำบัญชีพื้นที่ที่เสี่ยงขาดแคลนน้ำครอบคลุมถึงระดับหมู่บ้านและชุมชน พร้อมประสานโครงการชลประทาน การประปาส่วนภูมิภาค และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องวางแผนการรับมือให้สอดคล้องกับความเสี่ยงภัยและสภาพพื้นที่ ทั้งการจัดทำแหล่งสำรองน้ำดิบ แผนการวางกอน้ำประปา แผนการผันน้ำจากอ่างเก็บน้ำโดยตรง แผนการจัดสรรน้ำดิบ เพื่อให้ประชาชนมีน้ำอุปโภคบริโภคอย่างเพียงพอและทั่วถึง



3 บูรณาการแก้ไขปัญหาน้ำเพื่อการเกษตร โดยดำเนินการตามแผนป้องกันและบรรเทาสาธารณภัยด้านการเกษตรในช่วงฤดูแล้งปี พ.ศ.2563/2564 ของกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ รวมถึงกำหนดมาตรการลดผลกระทบกรณีไม่สามารถสนับสนุนน้ำเพื่อการเกษตร โดยเฉพาะพืชสวนไม้ยืนต้นที่มีความสำคัญทางเศรษฐกิจ อีกทั้งประสานการปฏิบัติการฝนหลวงในพื้นที่การเกษตรและพื้นที่เสี่ยงภัยแล้งในช่วงที่สภาพอากาศเอื้ออำนวย เพื่อเติมน้ำในแหล่งกักเก็บน้ำให้ได้มากที่สุด

4 กำหนดแนวทางการใช้น้ำเพื่อการรักษาระบบนิเวศ เผ่าระวังและคุมเข้มไม่ให้มีการปล่อยน้ำเน่าเสียลงสู่แหล่งน้ำต่าง ๆ เพื่อลดปริมาณการใช้น้ำดีใส่น้ำเสีย ควบคู่กับการส่งเสริมให้ภาคอุตสาหกรรมจัดการน้ำเสียตามหลัก 3 R (Reduce : Reuse : Recycle) รวมถึงสำรวจเส้นทางคมนาคม เสียบคลอง ลำน้ำ หรือแม่น้ำ เพื่อวางแผนการป้องกันการพังทลายของตลิ่ง



5 สร้างการรับรู้เกี่ยวกับปัญหาภัยแล้ง ทั้งข้อมูลสถานการณ์น้ำและมาตรการบริหารจัดการน้ำของภาครัฐ ควบคู่กับการรณรงค์การใช้น้ำอย่างประหยัด รวมถึงส่งเสริมให้ประชาชนจิตอาสาในพื้นที่มีส่วนร่วมในการก่อสร้างและซ่อมแซมแหล่งกักเก็บน้ำขนาดเล็ก

ทั้งนี้ กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย (ปภ.) กระทรวงมหาดไทยได้บูรณาการจังหวัดและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเตรียมพร้อมป้องกันและแก้ไขปัญหาภัยแล้งอย่างครอบคลุมทุกมิติ มุ่งวางระบบบริหารจัดการน้ำให้มีประสิทธิภาพ และวางแผนจัดสรรน้ำให้เกิดประโยชน์สูงสุดแก่ทุกภาคส่วน พร้อมเน้นการดูแลทุกครัวเรือนให้มีน้ำอุปโภคบริโภคเพียงพอ



กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย กระทรวงมหาดไทย
กองเผยแพร่และประชาสัมพันธ์
Department of Disaster Prevention and Mitigation, Ministry of Interior, Thailand
3/12 ถนนสุโขทัย แขวง/เขตดุสิต กรุงเทพฯ 10300 โทรศัพท์/โทรสาร : 0-2243-0674, 0-2243-2200

สายด่วนนิรภัย
1784

www.disaster.go.th
กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย DDPM
@DDPMNews @1784DDPM