

สิ่งที่ควรระวังในฤดูหนาว

ปีนี้ธรรมชาติแสดง ความรุนแรงมาก กล่าวคือ ร้อนสุด ๆ ฝนสุด ๆ และ ก็ทำท่าว่าจะหนาวสุด ๆ ช่วงนี้ประเทศไทยเริ่มเข้าสู่ฤดูหนาวซึ่งเป็นฤดูที่คน ส่วนใหญ่ตั้งหน้าตั้งตารอ เพราะเป็นฤดูที่มีอากาศที่ค่อนข้างเย็นสบาย ประจวบกับมีช่วงวันหยุดยาวในเทศกาลปีใหม่ คนส่วนมากจึงนิยมที่จะ พักผ่อนหรือท่องเที่ยวกัน ในสถานที่ท่องเที่ยวต่าง ๆ ไม่ว่าจะ เป็นภูเขา อุทยานแห่งชาติ ทะเล แต่อย่าลืมว่าในฤดูหนาวของทุก ๆ ปีก็จะมีภัยต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเป็นประจำ ทุกคนจึงต้องเตรียมความพร้อมที่จะรับมือกับสิ่งที่มา พร้อมกับฤดูหนาวซึ่งมีหลายประการ ได้แก่ ไข้เลือดออก ไข้หวัด ไฟไหม้ และ หมอก



ไข้เลือดออกเป็นโรคที่มักจะเกิดขึ้นในช่วงปลายฝนต้นหนาว โดยเฉพาะในปีที่นี้ น่ากลัวกว่าปีก่อน ๆ เพราะเหตุว่า ฝนตกบ่อย ทำให้มีจุดที่มีน้ำขังอยู่เป็นจำนวนมากทั้งนอกบ้านและในบ้าน เช่น อ่างน้ำ กะละมัง ที่รองขาตุ๋กกับข้าว ฝา กะลา ฝาโถ้งน้ำ ราน้ำใต้หลังคา แจกัน เป็นต้น การที่มีน้ำขังอยู่ตามภาชนะต่าง ๆ ทำให้ยุงลายมีที่ออกไข่ และพักเดี่ยวก็ จะกลายเป็นยุงลายตัวเต็มวัยซึ่งเป็นพาหะของไข้เลือดออก แต่ละบ้านสามารถป้องกันการวางไข่ของยุงลายได้โดยการใส่ ทรายอะเบทในแหล่งน้ำที่ไม่ใช้ดื่ม ให้ความรู้เกี่ยวกับการกำจัดยุงลายกับประชาชนเพื่อให้ช่วยกันทำลายแหล่งลูกน้ำ ยุงลาย และพยายามป้องกันไม่ให้ยุงกัดในตอนกลางวัน

ไข้หวัดและไข้หวัดใหญ่ถือเป็นโรคธรรมดาสามัญที่มักมาพร้อมกับหน้าหนาว หวัดสมัยก่อนมีอาการแค่อ่อนเพลีย น้ำมูกไหล ไอ จาม นอนพักสักวันสองวันก็กลับไปทำงานเหมือนเดิมได้ แต่สมัยนี้มีหวัด ๒๐๐๙ ที่รุนแรงถึงขั้นเสียชีวิตได้ การป้องกันไม่ให้ เป็นไข้หวัด ทำได้ด้วยการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ดื่มน้ำมาก ๆ หลีกเลี่ยงสถานที่แออัด ถ้าพบ อาการผิดปกติให้รีบพบแพทย์ทันที

นอกจากโรคภัยที่มักเกิดขึ้นในหน้าหนาวแล้ว ยังมีภัยประเภทอื่น ๆ อีก ได้แก่ ไฟไหม้ ซึ่งเกิดขึ้นจากอากาศในหน้า หนาวมีความชื้นสัมพัทธ์ต่ำ กล่าวคือไม่ค่อยมีน้ำอยู่ในอากาศ ทำให้สิ่งของต่าง ๆ มีสภาพแห้งกว่าหน้าฝน วัสดุที่แห้ง ๆ เหล่านี้จึงสามารถติดไฟได้ง่ายกว่าวัสดุที่เปียกชื้น ประกอบกับถ้ามีลมพัดแรงจะทำให้เพลิงไหม้ลุกลามอย่างรวดเร็ว และ ยากต่อการควบคุมเพลิง ดังนั้นเราควรเพิ่มความระมัดระวังในการประกอบกิจกรรมเกี่ยวกับไฟทุกประเภท ปิดสวิตซ์ไฟ ถอดปลั๊กไฟ ปิดวาล์วถังแก๊ส ดับธูปเทียนให้สนิท หลีกเลี่ยงการเผาขยะในช่วงที่ลมกระโชกแรง ไม่ก่อกองไฟผิงให้ความ อบอุ่นกับร่างกายใกล้บ้านเรือน เพราะสะเก็ดไฟอาจปลิวไปติดบ้านเรือน ทำให้เกิดเพลิงไหม้ได้

นอกจากนี้ในช่วงเช้าของฤดูหนาวมักจะมีหมอกกลางจัด ทำให้ทัศนวิสัยในการมองเห็นไม่ดี จึงเป็นอีกสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ เกิดอุบัติเหตุทางถนนอยู่เป็นประจำ ผู้ขับขี่จึงควรเปิดไฟส่องสว่างหน้ารถและไฟตัดหมอก ไม่ขับเร็ว เว้นระยะห่าง จากรถคันอื่นให้มากกว่าปกติ ในกรณีหมอกกลางจัดจนไม่สามารถมองเห็นเส้นทางได้อย่างชัดเจน ให้หยุดรถในบริเวณที่ ปลอดภัย และรอจนกว่าทัศนวิสัยดีขึ้น จึงค่อยขับต่อไป