



# ฤดูร้อนนี้ต้องระวังฮีทสโตรก



โรคลมแดด...ร้ายแรงถึงชีวิต!

โรคลมแดดหรือฮีทสโตรก(Heat Stroke) ภาวะที่ร่างกายร้อนจัดจนส่งผลกระทบต่อระบบต่าง ๆ และเป็นอันตรายถึงขั้นเสียชีวิตได้

## อาการฮีทสโตรก



ปวดหัว  
วิงเวียนศีรษะ



ร่างกายร้อน  
แต่ไม่ค่อยมีเหงื่อ



หัวใจเต้นเร็ว  
ผิดปกติ



อ่อนเพลีย  
ไม่มีแรง

## วิธีปฐมพยาบาล



### เริ่มมีอาการ

- รับประทานอาหารและดื่มน้ำมาก ๆ
- นอนราบ ยกเท้าและสะโพกสูง
- ปลดเสื้อผ้าให้หลวม
- ใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดตามตัว



### ผู้ป่วยหมดสติ

- ให้จับนอนตะแคง ป้องกัน  
คอนสตันอุดตันทางเดินหายใจ
- หากปฐมพยาบาลแล้วอาการไม่ดีขึ้น  
ให้นำส่งโรงพยาบาล

## วิธีป้องกัน

- ✓ ดื่มน้ำให้เพียงพอ
- ✓ หลีกเลี่ยงการอยู่กลางแจ้ง
- ✓ สวมใส่เสื้อผ้าที่ระบายอากาศได้ดี
- ✓ งดกาแฟหรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

### ผู้ประกันตนหายห่วง!

เจ็บป่วย เพียงพกบัตรประชาชน  
ก็เข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลตามสิทธิได้เลย  
สำนักงานประกันสังคมพร้อมดูแล



สายด่วน 24 ชั่วโมง **1506**



[www.sso.go.th](http://www.sso.go.th)



SSO PLUS



@ssothai



ssofanpage

