

อย่างหนึ่งนอกใจ

อาการเวียนหัว บ้านหมุน อันตรายถึงชีวิต!



อาการที่พบเจอได้บ่อย

- ✓ มึนงง เวียนศีรษะ หน้ามืด
- ✓ คลื่นไส้ อาเจียน
- ✓ เดินเซ ทรงตัวผิดปกติ
- ✓ หูอื้อ มีเสียงดังในหู



หากมีอาการเหล่านี้ พบแพทย์ด่วน!

- ✓ แขนขาอ่อนแรง
- ✓ ปากเบี้ยว
- ✓ พูดไม่ชัด
- ✓ การได้ยินลดลง

วิธีรับมือ

อาการเวียนหัว บ้านหมุน

-  ตั้งสติ เช็คว่าอยู่ในที่ปลอดภัยหรือไม่
-  สังเกตอาการที่อาจจะเป็นโรคอันตราย
-  ถ้าพักแล้วไม่หาย ควรพบแพทย์โดยด่วน

วิธีป้องกัน

การเกิด บ้านหมุน

-  หมั่นออกกำลังกาย
-  ทานอาหารที่ดี
-  พักผ่อนให้เพียงพอ
-  เช็คสุขภาพประจำปี

เจ็บหนักแค่ไหนก็สามารถพบแพทย์
ที่โรงพยาบาลตามสิทธิ ได้ฟรี!



สายด่วน 24 ชั่วโมง **1506**



www.sso.go.th



SSO PLUS



@ssothai



ssofanpage

