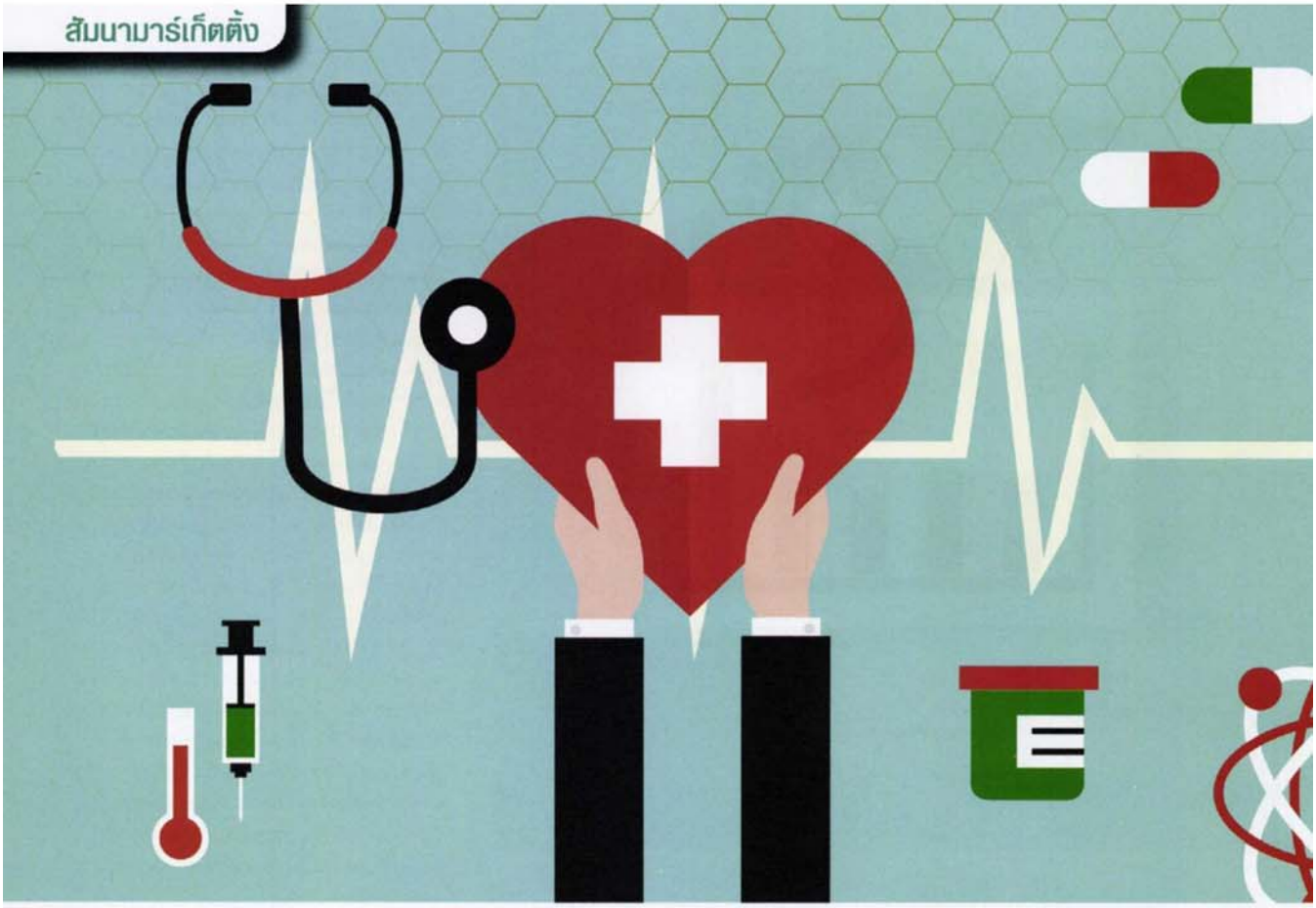
Date : Jun 19, 2015
MediaTitle : Marketeer
Page : 152-153

Assumption University
Public Relations Department
Press Clipping



อยู่เย็นเป็นสุข.. ด้วยสุขอนามัย

ดนัย จันทร์เจ้าฉาย
HTTP://TWITTER.COM/DC_DANAI

อดีตนักเรียนทุนเอเอฟเอสสหรัฐอเมริกา ก่อนจบปริญญาตรีเกียรตินิยมเหรียญทอง สาขาการตลาด มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ ปริญญาโทการตลาด ภาคภาษาอังกฤษ (MIM) มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์และ มหาวิทยาลัยโกเธนเบิร์กประเทศสวีเดน

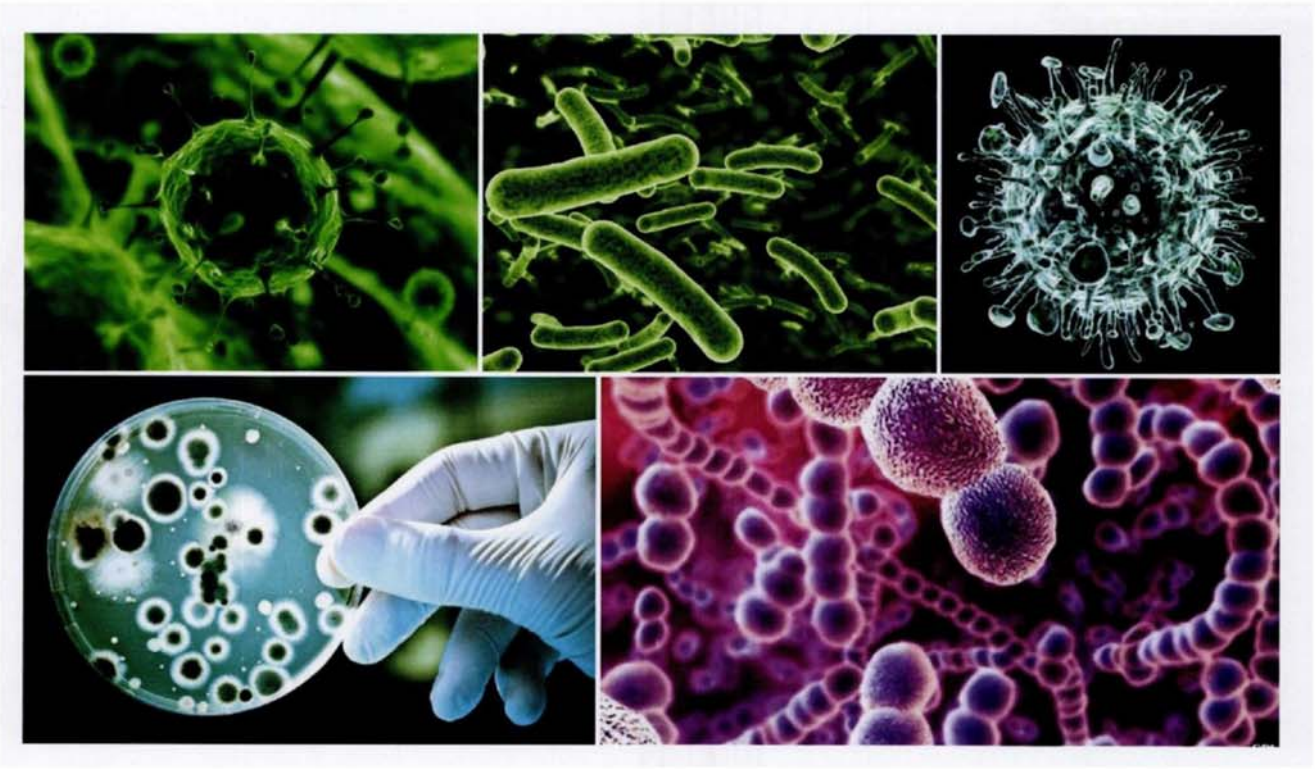
ข่าวเรื่องแผ่นดินไหวที่ประเทศเนปาลเมื่อเร็วๆ นี้ นับว่าเป็นเรื่องที่สะเทือนใจสำหรับทุกคนในความโชคร้ายของเพื่อนมนุษย์ที่ยืนอยู่บนพื้นโลกใบเดียวกัน ทำให้พวกเราทุกคนต่างเป็นห่วงเป็นใยและเอาใจช่วยพี่น้องชาวเนปาล เพราะเข้าใจดีว่ากว่าจะผ่านเหตุการณ์สะเทือนขวัญที่ต้องสูญเสียคนในครอบครัว คนรักรอบข้าง สูญเสียบ้าน ไร้ที่พักพิง และทรัพย์สินที่ไม่อาจรู้ได้ว่าจะกลับมามีเหมือนเดิมได้เมื่อไหร่ คงต้องเตรียมจิตใจที่เข้มแข็งเพราะยังมีอีกหลายเรื่องที่ต้องจัดการเพื่อให้ทุกอย่างกลับมาเหมือนเดิม ซึ่งแน่นอน..... ต้องใช้เวลาเยียวยา

ภัยธรรมชาติเป็นเรื่องที่เราหลีกเลี่ยงไม่ได้จริงๆ ถึงแม้ว่าจะมีมาตรการป้องกัน หรือเตือนภัย เพื่อเตรียมรับมือกับภัยพิบัติแล้วก็ตาม เราก็ทำได้แค่เพียงผ่อนหนักเป็นเบา ผมคิดถึงช่วงที่เราประสบอุทกภัยเมื่อปี 2554 นั้น เกิดปัญหามากมายตั้งแต่เรื่อง อาหารการกิน น้ำดื่ม น้ำใช้ (ถึงแม้ว่าเรามีน้ำเหลือเฟือจนท่วม) ไฟฟ้า พาหนะการเดินทาง แทบไม่น่าเชื่อว่าการเดินทางจากช่วงลาดพร้าวมาถึงดอนเมืองในช่วงนั้น มีแต่เวิ้งน้ำที่เรือท้องแบนเท่านั้น ที่จะเป็นพาหนะให้คนได้เดินทางไปมา เป็นประสบการณ์ที่น่าจดจำแต่ทุกคนคงไม่อยากให้เกิดขึ้นอีก

ผลกระทบจากเหตุการณ์ภัยพิบัติยังอาจก่อให้เกิดการระบาดของโรคติดต่อตามมา เนื่องจากการอยู่ร่วมกันของประชาชนที่อพยพหนีภัยเป็นจำนวนมาก เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดการแพร่กระจายของโรคติดต่อได้ง่ายขึ้น โดยเฉพาะโรคติดต่อที่มีอาหารและน้ำเป็นสื่อ และโรคติดต่อที่นำโดยแมลง เพราะการขังของน้ำภายหลังน้ำท่วมจะเป็นแหล่งเพาะพันธุ์ของยุงซึ่งเป็นพาหะของ

Date : Jun 19, 2015
MediaTitle : Marketeer
Page : 152-153

Assumption University
Public Relations Department
Press Clipping



หลายโรคด้วยกัน เช่น ไข้เลือดออก, ไข้มาเลเรีย และไข้สมองอักเสบ การที่ประชาชนต้องหลับนอนนอกอาคารบ้านเรือนทำให้มีโอกาสถูกยุงกัดได้ง่ายขึ้น ดังเช่นเมื่อปี 2534 ภายหลังแผ่นดินไหวและน้ำท่วมที่ประเทศคอสตาริกา เกิดการระบาดของไข้มาเลเรีย ส่งผลให้ประชาชนเสียชีวิตเพิ่มขึ้นอีกมากมาย

หลังน้ำท่วม สิ่งที่ตามมาคือเรื่องความสะอาดและสุขอนามัยของประชาชนที่ต้องระมัดระวัง มีหลายโรคที่เกิดขึ้นหลังจากภัยธรรมชาติ ทั้งท้องเสีย ผิวหนังอักเสบ อหิวาตกโรค

นอกจากนี้ยังมีโรคระบาดที่เกิดจากซากศพ หลังภัยพิบัติเชื้อส่วนใหญ่จะอยู่ในร่างกายของมนุษย์ที่เสียชีวิตแล้วได้ไม่นานนัก ยกเว้นเชื้อ HIV อยู่ได้ถึง 6 วัน แต่ส่วนใหญ่โรคระบาดจะเกิดขึ้นจากผู้รอดชีวิตมากกว่า บุคลากรที่มาทำงานกู้ภัย จะเกิดความเสี่ยงจากการติดเชื้อวัณโรค ซึ่งสามารถติดต่อได้จากของเหลวในปอด หรือของเหลวที่ออกจากจมูกและปากระหว่างการจับต้องหรือขนย้ายซากศพ รวมทั้งโรคติดต่อทางเลือดที่มาจากเชื้อไวรัส เช่น ไวรัสตับอักเสบ B และ C และเชื้อ HIV ซึ่งบุคลากรสามารถสัมผัสเชื้อเหล่านี้ได้จากการสัมผัสเลือด ของเหลว บาดแผลจากกระดูกหักของศพ

ยังไม่หมดเท่านี้นะครับ ยังมีเชื้อโรคหรือโรคติดต่อทางเดินอาหาร เช่น ท้องร่วง, อีโคลัย ไข้ไทฟอยด์/พาราไทฟอยด์, ไวรัสตับอักเสบ A, โรคบิด และอหิวาตกโรค สามารถติดต่อได้จากอุจจาระของศพ ซึ่งเชื้ออาจจะปนเปื้อนเครื่องมือเครื่องใช้ หรือแหล่งน้ำต่างๆ ได้

หลังจากที่ผมได้ค้นหาและรับทราบข้อมูลเหล่านี้ ทำให้ผมเกิดความเป็นห่วงผู้ที่ประสบภัยพิบัติ และผู้ที่อาสาไปช่วยกู้ภัยที่ต้องเตรียมตัวและมีความรู้เป็นอย่างดีในการป้องกัน

ส่วนพวกเราล่ะครับ เชื้อโรค ไม่ได้มีอยู่แต่สถานที่ที่เกิดภัยพิบัติเท่านั้น การใช้ชีวิตประจำวันและความเป็นอยู่ของเราก็มีเชื้อโรคปนเปื้อนอยู่ทุกอณู สิ่งที่เรามักจะไม่ค่อยระวังกันก็คือเรื่องการล้างมือ เพราะมือเราไปจับอะไรต่ออะไรมากมาย แล้วเผลอมาหยิบของเข้าปาก ขยี้ตา หรือการเข้าห้องน้ำสาธารณะที่สุขอนามัยไม่ค่อยดีก็อาจเป็นแหล่งเพาะเชื้อโรคและเป็นสาเหตุให้มีโอกาสติดเชื้อโรคจากห้องน้ำสาธารณะโดยไม่รู้ตัวได้เช่นกัน

"เชื้อโรค" ที่มากับภัยพิบัติ ที่ผมกล่าวถึงข้างต้น ก็อยู่ใน "ห้องน้ำ" เหมือนกันครับ

ภัยจากห้องน้ำ น่าสะพรึงกลัวไม่น้อยไปกว่าภัยพิบัติ..... ถ้ามันเกิดขึ้นกับเรา และมันใกล้ตัวเรามากด้วยครับ

ผมว่าเราน่าจะมาให้ความสำคัญเรื่องของห้องน้ำสาธารณะ ห้องน้ำสาธารณะที่มีทั่วไปหลายๆ แห่งจะสกปรก ไม่มีน้ำราด น้ำไม่ไหล ไม่มีถังทิ้งกระดาษชำระจะต้องระมัดระวังเป็นพิเศษด้วย

เพื่อลดการติดเชื้อ โดยเฉพาะคุณผู้หญิงที่มีโอกาสสัมผัสกับอุปกรณ์ห้องน้ำมากกว่าคุณผู้ชาย เช่น ชักโครก อ่างล้างมือ หรือแม้กระทั่งลูกบิดประตู บางคนมือเปียกๆ ก็มาจับลูกบิด ทำเอาคนที่จะเข้าห้องน้ำต่อเกิดความรู้สึกที่ไม่ดีได้ เพราะอาจมีเชื้อโรคปนเปื้อนติดกับน้ำที่เปียก เชื้อโรคจะซึมเข้าสู่ร่างกายผ่านทางผิวหนังที่มีแผล หรือสัมผัสแล้วไปจับอาหารเข้าปากก็เป็นอีกหนึ่งหนทางที่ได้รับเชื้อโรคเต็มๆ

โรงเรียนก็เป็นสถานที่ที่เราสามารถใส่ใจกับรายละเอียดเหล่านี้ได้ เพื่อความปลอดภัยของบุตรหลานอันเป็นที่รัก เดี๋ยวนี้หลายโรงเรียนก็หันมาเพิ่มอุปกรณ์สุขอนามัย โดยเฉพาะโรงเรียนผู้หญิง ที่นำเอาอุปกรณ์กำจัดและดับกลิ่น จัดเก็บผ้าอนามัยอย่างถูกสุขลักษณะ เราเรียกระบบกำจัดผ้าอนามัยนี้ว่า Activap ระบบกำจัดผ้าอนามัยใหม่ล่าสุดนี้เป็นของ Cannon Hygine โดยพีซีเอส ที่สามารถกำจัดแบคทีเรียได้มากกว่า 99.99% เนื่องจากมีการจัดการฆ่าเชื้อโรคทันทีที่ทิ้งของเสียลงไปในถัง ทำให้ลดโอกาสในการแพร่กระจายของเชื้อโรคได้อย่างมีประสิทธิภาพ เด็กๆ จะปลอดภัยจากเชื้อโรคหรือของเสียที่เกิดขึ้น

ที่สำคัญอีกเรื่องคือการให้ความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับสุขอนามัย ก็นับเป็นจุดเริ่มต้นที่ดีที่เราจะบ่มเพาะเรื่องความสะอาดให้กับเด็กๆ เสียตั้งแต่เนิ่นๆ เพื่อที่เด็กเหล่านั้นจะได้นำความรู้ที่ถูกต้องไปช่วยกันเผยแพร่ และปฏิบัติ

สร้างสุขอนามัยห้องน้ำ แล้วต้องสร้างเด็กอนามัย และขอแถม มีวินัย ในการเข้าคิวห้องน้ำด้วยครับ จะได้เป็นตัวอย่างที่ดีให้กับรุ่นน้อง หรือผู้ใหญ่ด้วยก็ได้ครับ

ขอเอาใจช่วยพี่น้องชาวเนปาลให้ผ่านพ้นวิกฤติไปได้อย่างราบรื่นและรวดเร็ว ขอให้ทุกท่านปลอดภัยไร้โรค มีความสุขในการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสุขอนามัยนะครับ M