

ด่วนที่สุด

ที่ สธ ๐๔๑๐.๘/๖๗๐๓



กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น

เลขรับ..... 27

วันที่ - 3 ม.ค. 2566

เวลา.....

กรมควบคุมโรค

ถนนติวานนท์ จังหวัดนนทบุรี ๑๑๐๐๐

๒๖

ธันวาคม ๒๕๖๕

เรื่อง ขอความร่วมมือประชาสัมพันธ์มาตรการเฝ้าระวัง ป้องกัน ควบคุมโรคติดต่อทางอาหารและน้ำ ช่วงเทศกาลสงกรานต์ท้ายปีเก่า ต้อนรับปีใหม่

เรียน อธิบดีกรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่น

ด้วยขณะนี้ประเทศไทยเข้าสู่ฤดูหนาว และใกล้เทศกาลสงกรานต์ท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่ ซึ่งเป็นเทศกาลแห่งความสุข ประชาชนมีการรวมตัวกันเพื่อทำบุญตามประเพณี การไปท่องเที่ยวในสถานที่ต่าง ๆ รวมถึงการกินเลี้ยงเฉลิมฉลองร่วมกันระหว่างเพื่อน ครอบครัว และญาติพี่น้อง ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพของประชาชนให้เกิดการเจ็บป่วยด้วยโรคอุจจาระร่วงหรือโรคอาหารเป็นพิษ จากการรับประทานอาหารที่ปนเปื้อนเชื้อก่อโรค การติดเชื้อไวรัสโรตาหรือโนโรไวรัส จากการดื่มน้ำ น้ำแข็งไม่สะอาด ทั้งนี้ ข้อมูลจากโปรแกรมตรวจสอบข่าวการระบาด กองระบาดวิทยา ตั้งแต่ มกราคม ๒๕๖๕ - ปัจจุบัน พบการเกิดโรคอุจจาระร่วง และโรคอาหารเป็นพิษ จำนวน ๑๐๒ เหตุการณ์ มีผู้ป่วย จำนวน ๑,๘๕๐ คน ในทุกภูมิภาคทั่วประเทศ โดยมีอาการคล้ายคลึงกัน คือ ถ่ายเหลว ถ่ายเป็นน้ำ อาจมีไข้ อาเจียน ปวดท้องร่วมด้วย เมื่อมีอาการถ่ายเหลว ถ่ายเป็นน้ำ หรืออาเจียน ควรดื่มน้ำเกลือแร่เพื่อทดแทนการขาดน้ำ โดยจิบบ่อย ๆ ทีละน้อย หากอาการไม่ดีขึ้น ถ่ายไม่หยุด หรือถ่ายเป็นมูกเลือด ควรรีบพบแพทย์ ทั้งนี้ ควรยึดหลัก “สุก ร้อน สะอาด” เพื่อป้องกันการเกิดโรคติดต่อทางอาหารและน้ำ

กรมควบคุมโรค ขอความร่วมมือประชาสัมพันธ์มาตรการเฝ้าระวัง ป้องกัน ควบคุมโรคติดต่อทางอาหารและน้ำ ช่วงเทศกาลสงกรานต์ท้ายปีเก่า ต้อนรับปีใหม่ ให้หน่วยงานในสังกัด ได้รับทราบมาตรการเฝ้าระวังดังกล่าว โดยสามารถดาวน์โหลดสื่อมาตรการ แนวทาง ความรู้เรื่องการป้องกันโรคติดต่อทางอาหารและน้ำอื่น ๆ ได้ทาง QR Code ท้ายหนังสือนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ร่วมมือประชาสัมพันธ์ และแจ้งผู้เกี่ยวข้องดำเนินการต่อไปด้วย
จะเป็นพระคุณ

ขอแสดงความนับถือ

(นายโสภณ เอี่ยมศิริถาวร)

รองอธิบดี ปฏิบัติราชการแทน

อธิบดีกรมควบคุมโรค

กองโรคติดต่อทั่วไป

โทร. ๐ ๒๕๕๐ ๓๑๘๓

โทรสาร ๐ ๒๕๕๑ ๘๔๓๖



<https://sites.google.com/view/fwbd/FWD-DDC>

กองสาธารณสุขท้องถิ่น

เลขรับ..... 10

วันที่ - 3 ม.ค. 2566

เวลา..... 16:05 น.



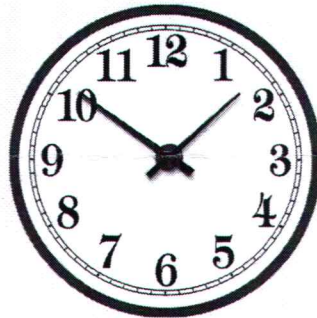
กรมควบคุมโรค
กองโรคติดต่อทั่วไป

อัมบุดยปีใหม่ งานเลี้ยงปลอดภัย ใส่ใจ “สุก ร้อน สะอาด”

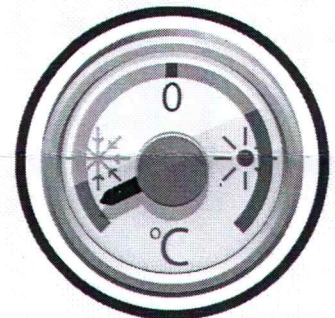
กินอาหารปรุงสุกใหม่
ไม่กินอาหารดิบ หรือสุก ๆ ดิบ ๆ



อาหารหลังปรุงสุก
ควรกินภายใน 2 ชั่วโมง



อาหารปรุงสุกแยกเก็บจากอาหารสด
และเก็บไว้ในอุณหภูมิที่เหมาะสม



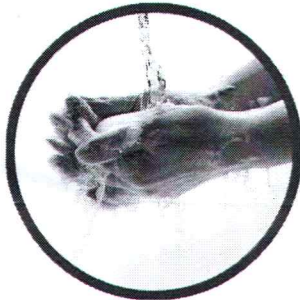
สุก

ร้อน

อาหารค้างมือที่เก็บไว้นานเกิน 2 ชั่วโมง
ต้องนำมาอุ่นร้อน ให้ทั่วถึงก่อนกินทุกครั้ง



สะอาด



ล้างมือให้สะอาดก่อนสัมผัสอาหาร
หลังเข้าห้องน้ำ
หลังสัมผัสสัตว์เลี้ยงหรือสิ่งสกปรก



ดื่มน้ำต้มสุก น้ำกรอง
หรือน้ำดื่มบรรจุขวดสะอาด
ไม่รั่วซึม ฝาปิดสนิท มีเครื่องหมาย อย.



กินน้ำแข็งหลอดบรรจุขวดปิดสนิท
ได้มาตรฐาน GMP มีเครื่องหมาย อย.
มีข้อความ “น้ำแข็งไว้รับประทานได้”

กองโรคติดต่อทั่วไปห่วงใยคุณ

ข้อมูล ณ วันที่ 27 ธ.ค. 65

ที่มา: กลุ่มงานโรคติดต่อทางอาหารและน้ำ

สายด่วน
กรมควบคุมโรค
1422

ส่งท้ายปีเก่า ส่งสุขปีใหม่ ส่งสรรค์สุขใจ ปลอดภัยโรคอาหารเป็นพิษ

การเตรียม ประงประกอบอาหาร

- ล้างมือด้วยสบู่และน้ำให้สะอาดก่อนสัมผัสอาหาร ใช้อุปกรณ์หยิบจับอาหารปรุงสุกทุกครั้ง หากเจ็บป่วยด้วยอาการอุจจาระร่วงไม่ควรเตรียม ประงประกอบอาหาร
- วัตถุดิบต้องสด มีคุณภาพ ไม่หมดอายุ ล้างให้สะอาดก่อนนำมาปรุงประกอบอาหาร
- น้ำที่ใช้ปรุงประกอบอาหารต้องสะอาด ใส ไม่มีสี ไม่มีกลิ่น ไม่มีตะกอน
- อาหารปรุงสุกแยกเก็บจากอาหารดิบในอุณหภูมิที่เหมาะสม ปลอดภัยจากสัตว์ พาหะนำโรค
- รักษาความสะอาดของภาชนะ อุปกรณ์ สถานที่ปรุงประกอบอาหาร ให้ปลอดภัยจากสิ่งสกปรก สัตว์ พาหะนำโรค
- การขนส่งอาหารหลังปรุงสุกจนถึงเวลาบริโภค ไม่ควรเกิน 2 ชม.
- น้ำแข็งสำหรับแช่วัตถุดิบและสิ่งของ แยกจากน้ำแข็งบริโภค

การเลือกซื้อน้ำดื่มและน้ำแข็งบริโภค

- เลือกน้ำดื่มบรรจุขวดสะอาด ไม่รั่วซึม ฝาปิดสนิท มีเครื่องหมาย อย.
- น้ำแข็งหลอดบรรจุถุงปิดสนิทได้มาตรฐาน GMP มีเครื่องหมาย อย. มีข้อความ “น้ำแข็งใช้รับประทานได้”

การเลือกซื้อวัตถุดิบ

- เนื้อสัตว์
 - เนื้อวัว เนื้อสีแดงสด เขียวคล้ำ มันมีสีเหลือง ไม่มีเม็ดสาคุ (ไขพยาธิ)
 - เนื้อหมู เนื้อมีสีชมพูอ่อน นุ่ม ฉ่ำน้ำ ผิวเป็นมัน มันมีสีขาว ไม่มีเม็ดสาคุ
 - กุ้งทะเล เปลือกแข็งใส หัวติดแน่นกับตัว
 - กุ้งน้ำจืด ตาใส ลำตัวสีน้ำเงินปนเขียว เนื้อใส แข็ง
 - ปูม้า ตัวหนัก เนื้อแน่น ไม่มีกลิ่นเน่า
 - ปูทะเล สีเขียวเข้ม เนื้อหน้าอกแน่น กัดไม่ยุบ ตัวหนัก ตาใส
 - หอย หอยมีเปลือกเลือกที่ยังเป็นอยู่ เช่น หอยลาย หอยแครง หอยกะพง พอตายแล้วจะเน่า หอยที่แกะเปลือกแล้ว เช่น หอยแมลงภู่ ต้องมีสีสดใส สภาพดี ไม่ขาดรุ่งริ่ง น้ำแช่หอย ไม่มีเมือกมาก และไม่มีกลิ่นเหม็นเน่า
- เนื้อไก่ เนื้อเป็ด เนื้อแน่น ผิวตึง หนังตาสดใสไม่เหี่ยวยุบ
- ปลาน้ำจืดและปลาทะเล หนังมัน ตาสดใส เหงือกแดง ท้องไม่แตก เนื้อแน่น กัดไม่บวม
- ไข่ กลมอ้วน เปลือกสะอาด ไม่แตกร้าว ผิวเรียบนวลและไม่มีจุดสีเทา ขาว หรือดำ
- ผัก ผลไม้ ตามฤดูกาล ผิวสดใหม่ ไม่ช้ำ ก้านยังเขียวและแข็ง ขนาดผลสม่ำเสมอ เปลือกไม่ดำ
- อาหารแห้ง ถั่วเมล็ดแห้ง หอม กระเทียม ต้องไม่มีเชื้อรา ไม่มีกลิ่นเหม็น