



ที่ นศ ๐๐๒๓.๑/ว *moe*

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัด
ศาลากลางจังหวัดนครศรีธรรมราช
ถนนราชดำเนิน นศ ๘๐๐๐๐

๒๒ สิงหาคม ๒๕๖๗

เรื่อง การส่งข้อมูลเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน

เรียน นายกองค์การปกครองส่วนท้องถิ่น ทุกแห่ง

อ้างถึง หนังสือสำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดนครศรีธรรมราช ที่ นศ ๐๐๒๓.๑/ว ๒๔๒
ลงวันที่ ๓๐ เมษายน ๒๕๖๒

สิ่งที่ส่งมาด้วย สำเนาหนังสือจังหวัดนครศรีธรรมราช ที่ นศ ๐๐๑๗.๒/ว ๔๔๑๙
ลงวันที่ ๒๑ สิงหาคม ๒๕๖๗

จำนวน ๑ ฉบับ

ตามหนังสือที่อ้างถึง สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดนครศรีธรรมราช
แจ้งแนวทางการรับรู้สู่ชุมชนโดยให้องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินการแต่งตั้งคณะทำงานบริหารจัดการ
ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้ระดับท้องถิ่น (ทีม Admin ท้องถิ่น) แล้วรับข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้จาก
คณะทำงานบริหารจัดการข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้ระดับจังหวัด (ทีม Admin จังหวัด) ไปเผยแพร่ข้อมูล
ข่าวสารผ่านช่องทางต่างๆ เพื่อสร้างการรับรู้สู่ประชาชนโดยตรง นั้น

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดนครศรีธรรมราช ขอส่งข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้าง
การรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๓๐/๒๕๖๗ และครั้งที่ ๓๑/๒๕๖๗ เพื่อให้องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นเผยแพร่
ประชาสัมพันธ์ให้บุคลากรในสังกัดและประชาชนทราบโดยทั่วกัน รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อทราบและดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(นางสาวอรอนงค์ ยोजัย)

ผู้อำนวยการสำนักงานมาตรฐานการบริหารงานบุคคลส่วนท้องถิ่น รักษาการแทน
ท้องถิ่นจังหวัดนครศรีธรรมราช

ฝ่ายบริหารทั่วไป

โทร ๐-๗๕๓๕-๖๑๔๔

www.nakhonlocal.go.th



นครา ศรีธา อารยธรรม
นครศรีธรรมราช



ที่ นศ ๐๐๑๗.๒/ว ๕๕๑๗

ศาลากลางจังหวัดนครศรีธรรมราช

ถนนราชดำเนิน นศ ๘๐๐๐

๒๑ สิงหาคม ๒๕๖๗

เรื่อง การส่งข้อมูลเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน

เรียน ท้องถิ่นจังหวัดนครศรีธรรมราช

อ้างถึง หนังสือจังหวัดนครศรีธรรมราช ด่วนที่สุด ที่ นศ ๐๐๑๗.๒/ว ๑๗๔๐ ลงวันที่ ๒๕ มีนาคม ๒๕๖๒

- | | | |
|------------------|--|--------------|
| สิ่งที่ส่งมาด้วย | ๑. ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๓๐/๒๕๖๗ | จำนวน ๑ ฉบับ |
| | ๒. ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๓๑/๒๕๖๗ | จำนวน ๑ ฉบับ |

ตามที่ จังหวัดนครศรีธรรมราชได้แต่งตั้งท่านเป็นคณะทำงานบริหารจัดการข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้ระดับจังหวัด (ทีม Admin จังหวัด) ตามคำสั่งจังหวัดนครศรีธรรมราช ที่ ๘๙๐/๒๕๖๒ ลงวันที่ ๒๕ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๒ เพื่อรับข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้จากกระทรวงมหาดไทย (คณะทำงานบูรณาการข้อมูลข่าวสาร เพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน (ทีม Admin กลาง)) ผ่านช่องทางไลน์กลุ่ม ชื่อ “ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้” เพื่อส่งข่าวสารดังกล่าวให้อำเภอและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น นำไปสร้างการรับรู้ในระดับอำเภอและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ความละเอียดแจ้งแล้ว นั้น

ในการนี้ กระทรวงมหาดไทยได้แจ้งข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๓๐/๒๕๖๗ และครั้งที่ ๓๑/๒๕๖๗ เพื่อให้นำไปดำเนินการสร้างการรับรู้สู่ชุมชนทั้งในระดับจังหวัด อำเภอ และท้องถิ่น ตามแนวทางที่กำหนดต่อไป รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย ทั้งนี้ สามารถดาวน์โหลดรายละเอียดเพิ่มเติม ได้ที่เว็บไซต์ กองสารนิเทศ สำนักงานปลัดกระทรวงมหาดไทย www.pr.moi.go.th หัวข้อ “หนังสือแจ้งเวียน/ประชาสัมพันธ์” เรื่อง ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน และช่องทางไลน์ (Line) กลุ่ม “ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้”

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาดำเนินการต่อไป ทั้งนี้ ให้แจ้งหน่วยงานในการกำกับดูแลทราบและดำเนินการด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(นายสมชาย สีน้อย)

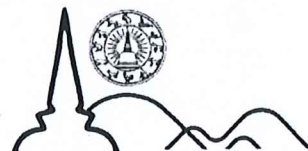
รองผู้ว่าราชการจังหวัด ปฏิบัติราชการแทน

ผู้ว่าราชการจังหวัดนครศรีธรรมราช

สำนักงานจังหวัดนครศรีธรรมราช

กลุ่มงานยุทธศาสตร์และข้อมูลฯ

โทร/โทรสาร ๐-๗๕๓๕-๖๙๕๒



นครา ศรีธา อารยธรรม

นครศรีธรรมราช

ที่ นศ ๐๐๑๗.๒/ว ๔๔๑๕



ศาลากลางจังหวัดนครศรีธรรมราช
ถนนราชดำเนิน นศ ๘๐๐๐๐

๑ สิงหาคม ๒๕๖๗

เรื่อง การส่งข้อมูลเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน

เรียน ปลัดจังหวัดนครศรีธรรมราช

อ้างถึง หนังสือจังหวัดนครศรีธรรมราช ด่วนที่สุด ที่ นศ ๐๐๑๗.๒/ว ๑๗๔๐ ลงวันที่ ๒๕ มีนาคม ๒๕๖๒

- สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๓๐/๒๕๖๗ จำนวน ๑ ฉบับ
๒. ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๓๑/๒๕๖๗ จำนวน ๑ ฉบับ

ตามที่จังหวัดนครศรีธรรมราชได้แต่งตั้งท่านเป็นคณะทำงานบริหารจัดการข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้ระดับจังหวัด (ทีม Admin จังหวัด) ตามคำสั่งจังหวัดนครศรีธรรมราช ที่ ๘๙๐/๒๕๖๒ ลงวันที่ ๒๕ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๒ เพื่อรับข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้จากกระทรวงมหาดไทย (คณะทำงานบูรณาการข้อมูลข่าวสาร เพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน (ทีม Admin กลาง)) ผ่านช่องทางไลน์กลุ่ม ชื่อ “ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้” เพื่อส่งข่าวสารดังกล่าวให้อำเภอและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น นำไปสร้างการรับรู้ในระดับอำเภอและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ความละเอียดแจ้งแล้ว นั้น

ในการนี้ กระทรวงมหาดไทยได้แจ้งข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๓๐/๒๕๖๗ และครั้งที่ ๓๑/๒๕๖๗ เพื่อให้นำไปดำเนินการสร้างการรับรู้สู่ชุมชนทั้งในระดับจังหวัด อำเภอ และท้องถิ่น ตามแนวทางที่กำหนดต่อไป รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย ทั้งนี้ สามารถดาวน์โหลดรายละเอียดเพิ่มเติม ได้ที่เว็บไซต์ กองสารนิเทศ สำนักงานปลัดกระทรวงมหาดไทย www.pr.moi.go.th หัวข้อ “หนังสือแจ้งเวียน/ประชาสัมพันธ์” เรื่อง ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน และช่องทางไลน์ (Line) กลุ่ม “ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้”

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาดำเนินการต่อไป ทั้งนี้ ให้แจ้งหน่วยงานในการกำกับดูแลทราบและดำเนินการด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(นายสมชาย ลีหล้าน้อย)

รองผู้ว่าราชการจังหวัด ปฏิบัติราชการแทน
ผู้ว่าราชการจังหวัดนครศรีธรรมราช

สำนักงานจังหวัดนครศรีธรรมราช
กลุ่มงานยุทธศาสตร์และข้อมูลฯ
โทร/โทรสาร ๐-๓๕๓๕-๖๙๕๒



นศร ๘๐๐๐๐
นศร ๘๐๐๐๐



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๓๑/๒๕๖๗

ลำดับ	เรื่อง	หน่วยงาน	เอกสารประกอบ
มาตรการด้านการรักษาความสงบภายในประเทศ			
๑.	สารคดี ๖ รอบพระชนมพรรษา อาณาจักรภูมิแผ่นดิน ตอนพิเศษ ที่ ๙ ราชทัณฑ์ปันสุขทำความดี เพื่อชาติ ศาสน์ กษัตริย์	สำนักนายกรัฐมนตรี	คลิปวิดีโอ ๑ คลิป
มาตรการด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์			
๒.	การปรับคุณภาพน้ำสำหรับใช้ในช่วงสถานการณ์ฉุกเฉิน	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๓.	วิธีดูแลสุขภาพหัวใจ	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๔.	เพราะอะไร? ไม่ควรถอดรองเท้าขับรถ	กระทรวงคมนาคม	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๕.	ท่วม - ไม่ท่วม ตรวจเช็คล่วงหน้า พยากรณ์ได้	กระทรวงมหาดไทย	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๖.	เตือนใช้ไฟฟ้า ช่วงพายุฝนฟ้าคะนอง	กระทรวงมหาดไทย	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๗.	นำสัตว์จรมาเลี้ยงที่บ้าน เมื่อเกิดปัญหาต้องรับผิดชอบ	กระทรวงยุติธรรม	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๘.	ห้ามกดเด็ดขาด!! หากได้รับ SMS รับเงิน Digital Wallet	กระทรวงดิจิทัล เพื่อเศรษฐกิจและสังคม	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๙.	ทำอะไรเมื่อประสบเหตุการณ์ความรุนแรงในครอบครัว	กระทรวงการพัฒนาสังคม และความมั่นคงของมนุษย์	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด

๑. ข้อมูลดังกล่าวเป็นข้อมูลเพื่อการสร้างการรับรู้ที่มาจากทุกกระทรวงตามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือ
การบูรณาการเสริมสร้างการรับรู้สู่ชุมชน จังหวัดสามารถหาข้อมูลเพิ่มเติมหรือขยายความข้อมูลที่ใช้
เฉพาะพื้นที่ได้ตามความถูกต้องและเหมาะสม
๒. ให้จังหวัดนำข้อมูลเพื่อสร้างการรับรู้ตามแนวทางที่กำหนด ตามหนังสือกระทรวงมหาดไทย ด่วนที่สุด
ที่ มท ๐๒๐๖.๒/ว ๑๔๔๙ ลงวันที่ ๕ มีนาคม ๒๕๖๒ เรื่อง แนวทางการสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
๓. จังหวัดสามารถดาวน์โหลดข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชนได้ที่ ช่องทางไลน์ (Line) กลุ่ม “ข้อมูล
ข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้” และเว็บไซต์กองสารนิเทศ สป. หัวข้อ “การสร้างการรับรู้สู่ชุมชน”
๔. ขอความอนุเคราะห์ตอบแบบสอบถาม “การรับรู้ข้อมูลข่าวสารการประชาสัมพันธ์ของกระทรวงมหาดไทย”
ทาง <https://forms.gle/HpCH1FdckGPmxfi36> หรือ Scan QR Code ด้านล่าง



QR Code

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๓๑ / ๒๕๖๗ วันที่ ๑๓ สิงหาคม ๒๕๖๗

กระทรวง : สำนักนายกรัฐมนตรี

กรม / หน่วยงาน : กรมประชาสัมพันธ์

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง : กรมประชาสัมพันธ์

ช่องทางการติดต่อ : กรมประชาสัมพันธ์ โทร ๐ ๒๖๑๘ ๒๓๒๓

- ๑) หัวข้อเรื่อง : สารคดี ๖ รอบพระชนมพรรษา อาณาจักรภูมิธรรมเย็น ตอนพิเศษ ที่ ๙ ราชทัณฑ์ปันสุขทำความดี เพื่อชาติ ศาสน์ กษัตริย์
- ๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง : สารคดี ๖ รอบพระชนมพรรษา อาณาจักรภูมิธรรมเย็น
ตอนพิเศษ ที่ ๙ ราชทัณฑ์ปันสุขทำความ ดี เพื่อชาติ ศาสน์ กษัตริย์

สารคดี ๖ รอบพระชนมพรรษา อาณาจักรภูมิธรรมเย็น ตอนพิเศษ ที่ ๙ ราชทัณฑ์ปันสุขทำความดี
เพื่อชาติ ศาสน์ กษัตริย์

ลิงก์คลิปวิดีโอ

๑. เว็บไซต์ <http://www.phralan.in.th/project.php?id=12#gallery-3>

๒. ยูทูบ https://www.youtube.com/watch?v=_Zl8mriKNC8

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ กรมประชาสัมพันธ์ โทร ๐ ๒๖๑๘ ๒๓๒๓



ราชทัณฑ์ปันสุขทำความ ดี เพื่อชาติ ศาสน์ กษัตริย์

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๓๑ / ๒๕๖๗ วันที่ ๑๓ สิงหาคม ๒๕๖๗

กระทรวง : กระทรวงสาธารณสุข

กรม / หน่วยงาน : กรมอนามัย

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง : กรมอนามัย

ช่องทางการติดต่อ : กรมอนามัย โทรศัพท์ : สายด่วน กรมอนามัย ๑๔๗๘

๑) หัวข้อเรื่อง : การปรับปรุงคุณภาพน้ำสำหรับใช้ในช่วงสถานการณ์ฉุกเฉิน

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง : การปรับปรุงคุณภาพน้ำสำหรับใช้ในช่วงสถานการณ์ฉุกเฉิน

ขั้นตอนการปรับปรุงน้ำ

๑. ตักน้ำบริเวณที่ไม่เน่าเสีย หรือมีกลิ่นเหม็น หรือบริเวณที่น้ำไหลไกลจากห้องน้ำ ห้องส้วม มาใส่ถังขนาด ๕๐-๑๐๐ ลิตร

๒. กรองเอาเศษสิ่งของที่ปนมากับน้ำออกให้หมด เช่น ใบไม้ เศษไม้ เศษวัชพืช เป็นต้น

๓. จุ่มก้อนสารส้มลงไปในน้ำลึกประมาณ ๒ ใน ๓ ของความลึกน้ำในถัง โดยจะต้องกวนเร็ว ๕ นาที และกวนช้า ๑๐ นาที

๔. เมื่อสังเกตเห็นตะกอนขนาดใหญ่ ให้หยุดกวน และปล่อยทิ้งไว้ เพื่อตกตะกอน ๓๐-๖๐ นาที รอตะกอนตกลงสู่ก้นถัง จากนั้นตักน้ำส่วนใสด้านบนออกมาใส่ถัง

๕. นำน้ำส่วนใสที่ได้มาทำการฆ่าเชื้อโรคก่อนนำมาใช้ได้ ๒ วิธี

- ฆ่าเชื้อโรคด้วยการต้มให้น้ำเดือดเป็นเวลา ๑-๓ นาที

- หยดคลอรีนน้ำ ๒ % หรือหยดทิพย์ (อ ๓๒) ในปริมาณ ๑ หยดต่อน้ำ ๑ ลิตร ตั้งทิ้งไว้ประมาณ ๓๐ นาที เพื่อให้คลอรีนฆ่าเชื้อโรค

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

สายด่วน กรมอนามัย ๑๔๗๘



การปรับปรุงคุณภาพน้ำ สำหรับใช้ในช่วง สถานการณ์ฉุกเฉิน

ขั้นตอนการปรับปรุงน้ำ



1

ตักน้ำในบริเวณที่น้ำไม่เน่าเสีย หรือมีกลิ่นเหม็น หรือบริเวณที่
น้ำไหลไกลจากห้องน้ำห้องส้วม มาใส่ถังขนาด 50-100 ลิตร



2

กรองเอาเศษสิ่งของที่ปนมากับน้ำออกให้หมด
เช่น ใบไม้ เศษไม้ เศษพืช เป็นต้น



3

จุ่มก้อนสารส้มลงไปใต้น้ำลึกประมาณ 2 ใน 3 ของความลึกน้ำในถัง
โดยจะต้องกวนเร็ว 5 นาที และกวนช้า 10 นาที



4

เมื่อสังเกตเห็นตะกอนขนาดใหญ่ ให้หยุดกวน และปล่อยให้ใส
เพื่อตกตะกอน 30-60 นาที รอตะกอนตกสู่ก้นถัง
จากนั้นตักน้ำส่วนใสด้านบนออกมาใส่ถัง



5

นำน้ำส่วนใสที่ได้มาทำการฆ่าเชื้อโรคก่อนนำมาใช้ได้ 2 วิธี

- ฆ่าเชื้อโรคด้วยการต้มให้น้ำเดือด เป็นเวลา 1-3 นาที
- หยดคลอรีนน้ำ 2 % หรือหยดกักขี้ (๑32) ในปริมาณ 1 หยด
ต่อน้ำ 1 ลิตร ตั้งทิ้งไว้ประมาณ 30 นาทีเพื่อให้คลอรีนฆ่าเชื้อโรค

ข้อมูลความรู้โดย : กองอนามัยฉุกเฉิน กรมอนามัย
จัดทำเป็นหนังสือโดย : กองส่งเสริมสุขภาพและสื่อสารสุขภาพ
จัดทำเมื่อ : สิงหาคม 2566

สายด่วนกรมอนามัย

1478

กรมอนามัยมีเจ้าหน้าที่ให้บริการทุกวัน

ติดตามความรู้สุขภาพได้ที่
AnamaiMedia
LINE @anaimedia



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๓๑ / ๒๕๖๗ วันที่ ๑๓ สิงหาคม ๒๕๖๗

กระทรวง : กระทรวงสาธารณสุข

กรม / หน่วยงาน : กรมการแพทย์

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง : โรงพยาบาลราชวิถี

ช่องทางการติดต่อ : โรงพยาบาลราชวิถี โทรศัพท์ : ๐ ๒๒๐๖ ๒๙๐๐

๑) หัวข้อเรื่อง : วิธีดูแลสุขภาพหัวใจ

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง : วิธีดูแลสุขภาพหัวใจ

๕ พฤติกรรมเสี่ยงเป็นโรคหัวใจ

๑. รับประทานอาหารไขมันสูง ส่งผลต่อการเพิ่มสูงขึ้นของคลอเรสเตอรอลในเลือด ทำให้การตีบตันของหลอดเลือดต่าง ๆ รวมไปถึงหลอดเลือดหัวใจ อันเป็นสาเหตุของโรคหลอดเลือดหัวใจตีบตัน

๒. ไม่ออกกำลังกาย ส่งผลให้กล้ามเนื้อหัวใจ ขาดความแข็งแรง คงทน การออกกำลังกายสม่ำเสมอ ช่วยในการลดและป้องกันการเกิดหลอดเลือดหัวใจตีบตันอีกด้วย

๓. ภาวะเครียด ภาวะเครียดเรื้อรัง มีผลต่อการกระตุ้นให้เกิดภาวะหลอดเลือดหัวใจตีบเฉียบพลันและภาวะเครียดอย่างรุนแรง ยังมีโอกาสก่อให้เกิดภาวะหัวใจสลาย อันเกิดจากการทำงานของกล้ามเนื้อหัวใจลดลง อย่างเฉียบพลัน

๔. น้ำหนักเกินมาตรฐาน การมีน้ำหนักเกินมาตรฐาน สามารถวัดได้จาก รอบเอว การตรวจดัชนีมวลกาย พบว่ามีความสัมพันธ์กับการเกิดโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคทางเดินอากาศอุดกั้น ซึ่งเป็นสาเหตุและปัจจัยในการเกิดโรคหลอดเลือดหัวใจ

๕. สูบบุหรี่ ส่งผลต่อการบาดเจ็บของหลอดเลือดทั้งร่างกาย โดยเฉพาะหลอดเลือดหัวใจ เมื่อประกอบกับภาวะเสี่ยงอื่น ๆ อาทิ ความดันโลหิตสูง และไขมันในเลือดสูง ก่อให้เกิดหลอดเลือดหัวใจตีบตามมา และกระตุ้นให้เกิดภาวะหลอดเลือดหัวใจตีบตันเฉียบพลันร่วมด้วย

๘ วิธีดูแลสุขภาพหัวใจ ห่างไกลโรค

หัวใจเป็นอวัยวะที่สำคัญของร่างกาย ทำหน้าที่สูบฉีดเลือดไปเลี้ยงอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย ซึ่งส่งผลให้หัวใจเป็นอวัยวะที่สำคัญมากที่สุดของร่างกายในการดำรงชีวิตอยู่ ดังนั้น เราจึงควรหันมาสนใจสุขภาพของหัวใจของเราก่อนที่จะสายเกินไป

๑. รับประทานอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย

๒. ออกกำลังกายสม่ำเสมอ อย่างน้อยวันละ ๓๐ นาที สัปดาห์ละ ๓ ถึง ๕ วัน

๓. นอนพักผ่อนให้เพียงพอ ไม่เครียดกับงานมากเกินไป

๔. งดสูบบุหรี่

๕. ตรวจความดันและไขมันในเส้นเลือดเป็นประจำ

๖. ควบคุมน้ำหนักไม่ให้อ้วนจนเกินไป

๗. หลีกเลี่ยงของทอด ของมัน และอาหารรสจัด

๘. ตรวจสอบสุขภาพอย่างน้อยปีละ ๑ ครั้ง

จังหวะ (การเต้น) ของหัวใจ บ่งบอกอะไรได้มากกว่าที่คิด

หัวใจเต้นเร็วผิดปกติ

อาการ - ใจสั่น รู้สึกหัวใจเต้นเร็ว รู้สึกเหนื่อยง่าย หรือวูบหมดสติ โดยสาเหตุที่พบได้บ่อย ได้แก่ กลุ่มอาการหัวใจห้องบน หรือห้องล่างผิดปกติ โดยอาจมีสาเหตุจากโรคหัวใจขาดเลือด หรือกล้ามเนื้อหัวใจอักเสบได้

หัวใจเต้นช้าผิดปกติ

อาการ - ใจสั่น เหนื่อยง่าย มีอาการคล้ายจะเป็นลม หรือวูบหมดสติ โดยโรคที่พบบ่อย ได้แก่ โรคการนำไฟฟ้าหัวใจช้าผิดปกติ โดยอาจมีสาเหตุจากโรคหัวใจขาดเลือด

วิธีการสังเกตอาการด้วยตนเอง

การคลำชีพจรด้วยตนเองอย่างง่าย หรือการใช้อุปกรณ์กลุ่ม Smart Watch ที่สามารถนับอัตราการเต้นของหัวใจได้ โดยปกติอัตราการเต้นของหัวใจจะอยู่ในเกณฑ์ ๖๐-๑๐๐ ครั้ง/นาที ขณะพัก

เมื่อไหร่ควรปรึกษาแพทย์อายุรกรรมโรคหัวใจ

๑. เมื่อมีอาการเหนื่อยง่าย เจ็บหน้าอก วูบหมดสติ
๒. คลำชีพจรแล้วพบว่า ช้ากว่า ๖๐ ครั้ง/นาที หรือเร็วกว่า ๑๐๐ ครั้ง/นาที
๓. กรณี Smart Watch มีการแจ้งเตือนหัวใจเต้นเร็วหรือช้าผิดปกติ

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

โรงพยาบาลราชวิถี โทรศัพท์ : ๐ ๒๒๐๖ ๒๙๐๐



5 พฤติกรรม เสี่ยงเป็นโรคหัวใจ



1 รับประทานอาหารไขมันสูง

- ส่งผลต่อการเพิ่มขึ้นของคลอเรสเตอรอลในเลือด ทำให้การตีบตันของหลอดเลือดต่างๆ รวมไปถึงหลอดเลือดหัวใจ อันเป็นสาเหตุของโรคหลอดเลือดหัวใจตีบตัน



3 ภาวะเครียด

- ภาวะเครียดเรื้อรัง มีผลต่อการกระตุ้นให้เกิดภาวะหลอดเลือดหัวใจตีบเฉียบพลันและภาวะเครียดอย่างรุนแรง ยังมีโอกาสก่อให้เกิดภาวะหัวใจสลาย อันเกิดจากการทำงานของกล้ามเนื้อหัวใจลดลง อย่างเฉียบพลัน



5 สูบบุหรี่

- ส่งผลต่อการบาดเจ็บของหลอดเลือดทั้งร่างกาย โดยเฉพาะหลอดเลือดหัวใจ เมื่อประกอบกับภาวะเสี่ยงอื่นๆ อาทิ ความดันโลหิตสูง และไขมันในเลือดสูง ก่อให้เกิดหลอดเลือดหัวใจตีบตามมา และกระตุ้นให้เกิดภาวะหลอดเลือดหัวใจตีบตันเฉียบพลันร่วมด้วย



2 ไม่ออกกำลังกาย

- ส่งผลให้กล้ามเนื้อหัวใจ ขาดความแข็งแรง คงทน การออกกำลังกายสม่ำเสมอ ช่วยในการลดและป้องกันการเกิดหลอดเลือดหัวใจตีบตันอีกด้วย



4 น้ำหนักเกินมาตรฐาน

- การมีน้ำหนักเกินมาตรฐาน สามารถวัดได้จาก รอบเอว การตรวจดัชนีมวลกาย พบว่ามีความสัมพันธ์กับการเกิดโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคทางเดินอากาศอุดกั้น ซึ่งเป็นสาเหตุและปัจจัยในการเกิดโรคหลอดเลือดหัวใจ

นายแพทย์เกียรติ เภาบุ
หน่วยโรคหัวใจ กลุ่มงานอายุรศาสตร์ โรงพยาบาลราชวิถี



โรงพยาบาลราชวิถี



02-206-2900
<http://rajavithi.go.th>

นิตและเผยแพร่โดย :
งานประชาสัมพันธ์

จัดบุค ณ วันที่ ๐๘-๐๒-๖๖



8 วิธีดูแลสุขภาพหัวใจ ห่างไกลโรค



หัวใจเป็นอวัยวะที่สำคัญของร่างกาย ทำหน้าที่สูบฉีดเลือดไปเลี้ยงอวัยวะต่างๆ ของร่างกาย ซึ่งส่งผลให้หัวใจเป็นอวัยวะที่สำคัญมากที่สุดของร่างกายในการดำรงชีวิตอยู่ ดังนั้น เราจึงควรหันมาสนใจสุขภาพของหัวใจของเราก่อนที่จะสายเกินไป



1 รับประทานอาหาร
ที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย



2 ออกกำลังกายสม่ำเสมอ
อย่างน้อยวันละ 30 นาที
สัปดาห์ละ 3 ถึง 5 วัน



3 นอนพักผ่อนให้เพียงพอ
ไม่เครียดกับงานมากเกินไป



4 งดสูบบุหรี่



5 ตรวจสอบความดัน
และไขมันในเส้นเลือด
เป็นประจำ



6 ควบคุมน้ำหนัก
ไม่ให้อ้วนจนเกินไป



7 หลีกเลี่ยงของทอด
ของมัน
และอาหารรสจัด



8 ตรวจสอบสุขภาพ
อย่างน้อย
ปีละ 1 ครั้ง

นายแพทย์อัษฎ์ งามอยู่
หน่วยโรคหัวใจ กลุ่มโรคอายุรศาสตร์
โรงพยาบาลราชวิถี



โรงพยาบาลราชวิถี



02 206 2900
<https://www.rajavithi.go.th>

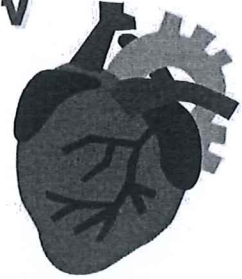
ผลิตและเผยแพร่โดย :
งานประชาสัมพันธ์

ข้อมูล ณ วันที่ 14-02-66



จังหวะ(การเต้น)ของหัวใจ

บ่งบอกอะไรได้มากกว่าที่คิด ?



- หัวใจเต้นเร็วผิดปกติจังหวะ

อาการ - ใจสั่น รู้สึกหัวใจเต้นเร็ว รู้สึกเหนื่อยง่าย หรือเวียนศีรษะ โดยสาเหตุที่พบบ่อยได้แก่ กลุ่มอาการหัวใจห้องบน หรือห้องล่างผิดจังหวะ โดยอาจมีสาเหตุจากโรคหัวใจขาดเลือด หรือกล้ามเนื้อหัวใจอักเสบได้

- หัวใจเต้นช้าผิดปกติจังหวะ

อาการ - ใจสั่น เหนื่อยง่าย มีอาการคล้ายจะเป็นลม หรือเวียนศีรษะ โดยโรคที่พบบ่อยได้แก่ โรคการนำไฟฟ้าหัวใจช้าผิดปกติ โดยอาจมีสาเหตุจากโรคหัวใจขาดเลือด

- วิธีการสังเกตอาการด้วยตนเอง

การคลำชีพจรด้วยตนเองอย่างง่าย หรือการใช้อุปกรณ์กลุ่ม Smart Watch ที่สามารถนับอัตราการเต้นของหัวใจได้ โดยปกติอัตราการเต้นของหัวใจจะอยู่ในเกณฑ์ 60-100 ครั้ง/นาที ขณะพัก

วัดชีพจรที่ข้อมือ

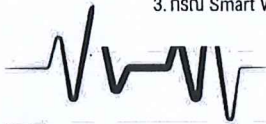


วัดชีพจรด้วย Smart Watch



- เมื่อไหร่ควรปรึกษาแพทย์อายุรกรรมโรคหัวใจ ?

1. เมื่อมีอาการเหนื่อยง่าย เจ็บหน้าอก เวียนศีรษะ
2. คลำชีพจรแล้วพบว่า ช้ากว่า 60 ครั้ง/นาที หรือเร็วกว่า 100 ครั้ง/นาที
3. กรณี Smart Watch มีการแจ้งเตือนหัวใจเต้นเร็วหรือช้าผิดปกติ



นายแพทย์กฤษณ์ นามบุรี
หน่วยโรคหัวใจ ภาควิชาอายุรศาสตร์
โรงพยาบาลราชวิถี



โรงพยาบาลราชวิถี



02-206-2900
<http://rajavithi.go.th>

ผลิตและเผยแพร่โดย :
งานประชาสัมพันธ์

ข้อมูล ณ วันที่ 01-02-66

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๓๑ / ๒๕๖๗ วันที่ ๑๓ สิงหาคม ๒๕๖๗

กระทรวง : กระทรวงคมนาคม

กรม / หน่วยงาน : กรมการขนส่งทางบก

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง : สำนักสวัสดิภาพการขนส่งทางบก (สนภ.) กรมการขนส่งทางบก

ช่องทางการติดต่อ : สำนักสวัสดิภาพการขนส่งทางบก (สนภ.) กรมการขนส่งทางบก โทร. Call Center ๑๕๘๔

๑) หัวข้อเรื่อง : เพราะอะไร? ไม่ควรถอดรองเท้าขับรถ

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง : เพราะอะไร? ไม่ควรถอดรองเท้าขับรถ

อาจรู้สึว่าการถอดรองเท้าขับรถ ทำให้ถนนมากกว่าใส่รองเท้า แต่รู้หรือไม่ ว่ามีผลเสีย และอันตรายมากกว่าที่คิด และอาจเป็นสาเหตุในการเกิดอุบัติเหตุได้

สาเหตุที่ไม่ควรถอดรองเท้าขับรถ

การบาดเจ็บของเท้า การเหยียบคันเร่งหรือเหยียบเบรก โดยออกแรงใช้กล้ามเนื้อส่วนเดิมซ้ำ ๆ เป็นเวลานาน อาจทำให้เกิดอาการเกร็งเท้าจนเป็นตะคริวได้ โดยเฉพาะการขับรถเกียร์อัตโนมัติ ที่ส่วนใหญ่จะใช้เท้าขวาในการขับ และยังทำให้เกิดฟกช้ำหรือส้นเท้าอักเสบได้

เท้าลื่น มีเหงื่อออกเท้า สำหรับคนที่เหงื่อออกเท้ามาก ๆ อาจทำให้การเหยียบคันเร่งหรือเบรก ลื่นไถลได้ ยากต่อการควบคุมรถ อาจเบรกไม่ทันต่อเหตุการณ์ฉุกเฉินได้

รองเท้าขัดเบรก เป็นสาเหตุที่อันตรายที่สุด

หากถอดรองเท้าวางไว้ด้านฝั่งคนขับ แล้วรองเท้าลื่นไถลเข้าไปติดอยู่ที่เบรกหรือคันเร่ง จะทำให้ควบคุมรถไม่ได้ นำมาสู่การเกิดอุบัติเหตุร้ายแรง

การเลือกรองเท้าให้เหมาะกับการขับรถ

๑. รองเท้าที่ใส่แล้วกระชับ น้ำหนักเบา เพื่อการเคลื่อนไหวที่ดี เหยียบเบรกหรือคันเร่งได้สะดวก

๒. เลือกรองเท้าที่มีคุณสมบัติเป็นพื้นยางจะช่วยให้ยึดเบรกหรือคันเร่งได้ดี

รองเท้าที่ควรหลีกเลี่ยง!

๑. รองเท้าส้นสูง รองเท้าพื้นหนาหรือสันตึก ทำให้ไม่สะดวกต่อการขยับเท้า จุดหมุนของข้อเท้า เปลี่ยนไป กระยะแป้นเหยียบได้ยาก

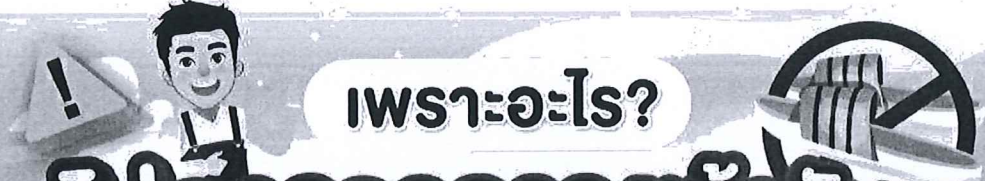
๒. รองเท้าแตะที่ลื่นหลุดง่าย ทำให้เกิดความสับสนในการควบคุมแป้นเบรกหรือเบรกเกิดอันตรายขณะขับรถได้

ไม่ถอด ไม่เสี่ยง ไม่วางสิ่งของฝั่งคนขับ ตรวจใต้เบาะก่อนออกรถ

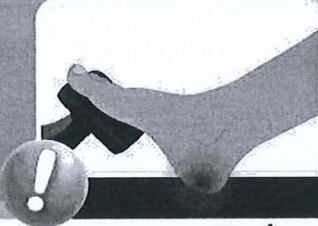
หากจำเป็นต้องถอดรองเท้าหรือวางสัมภาระ ควรวางไว้ฝั่งข้างคนขับหรือด้านหลังคนขับจะปลอดภัยที่สุดครับ

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

กรมการขนส่งทางบก โทร. Call Center ๑๕๘๔



เพราะอะไร? ไม่ควรรถออดรองเท้าขับรถ



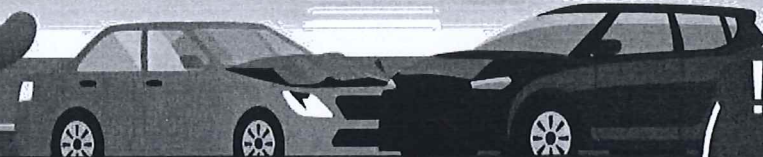
- เกิดการบาดเจ็บที่เท้า

เนื่องจากใช้เท้าออกแรงเหยียบคันเร่งหรือเบรกซ้ำๆ อาจทำให้เท้าเกร็งจนเป็นตะคริว หรือส้นเท้าอักเสบได้



- เท้าลื่น มีเหงื่อออกเท้า

อาจทำให้การสัมผัสกับเบรกและคันเร่งพลาดได้ ยากต่อการควบคุมรถ



อันตราย! อาจเกิดเหตุการณ์รองเท้าหลุดเบรก

การรถออดรองเท้าแล้ววางไว้ด้านฝั่งคนขับ อาจทำให้รองเท้าไหลเข้าไปติดอยู่ใต้เบรกหรือคันเร่ง จะทำให้ควบคุมรถไม่ได้ นำมาสู่การเกิดอุบัติเหตุ





- เลือกรองเท้าให้เหมาะกับการขับรถ



- รองเท้าที่ใส่กระชับ สามารถเหยียบเบรกหรือคันเร่งได้สะดวก
- รองเท้าพื้นยาง จะช่วยยึดเบรกหรือคันเร่งได้ดี



รองเท้าที่ควรหลีกเลี่ยง

- รองเท้าส้นสูง รองเท้าพื้นหนาหรือส้นตึก ทำให้เหยียบเท้าไม่สะดวก กระชับเป็นเหยียบได้ยาก

หากจำเป็นต้องรถออดรองเท้าหรือวางสัมภาระ

ควรวางไว้ฝั่งข้างคนขับหรือด้านหลัง จะปลอดภัยที่สุดครับ



จับที่ปลอดภัย by DLT  safedrivedlt.com  safedrivedlt  จับที่ปลอดภัย by DLT  @safedrivedlt  @Safedrivedlt

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๓๑ / ๒๕๖๗ วันที่ ๑๓ สิงหาคม ๒๕๖๗

กระทรวง : กระทรวงมหาดไทย

กรม / หน่วยงาน : กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง : กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย

ช่องทางการติดต่อ : กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย โทรศัพท์ : สายด่วน ๑๗๘๔

๑) หัวข้อเรื่อง : ท่วม - ไม่ท่วม ตรวจสอบเขื่อนล่งหน้า พยากรณ์ได้

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง : ท่วม - ไม่ท่วม ตรวจสอบเขื่อนล่งหน้า พยากรณ์ได้

อุทกภัย หรือ น้ำท่วม เป็นภัยธรรมชาติที่เกิดขึ้นในช่วงฤดูฝน สร้างความเสียหายต่อชีวิตและทรัพย์สิน โดยเฉพาะประชาชนที่อาศัยในบริเวณพื้นที่ลุ่มต่ำ ที่ลาดเชิงเขา และที่ราบลุ่มริมฝั่งแม่น้ำ แนะนำให้ประชาชนติดตามพยากรณ์อากาศและปริมาณน้ำในพื้นที่อยู่เสมอ เพื่อความปลอดภัยจากอุทกภัยในช่วงฤดูฝน

ติดตามข่าวพยากรณ์อากาศและปริมาณน้ำในพื้นที่ได้ที่ ข่าวพยากรณ์อากาศ และประกาศเตือนภัย ปริมาณน้ำฝนโดยเฉลี่ย ระดับน้ำขึ้น-ลงของน้ำในแม่น้ำ คาดการณ์แนวโน้มสถานการณ์ภัย และระดับน้ำทะเลหนุน

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย โทร. สายด่วน ๑๗๘๔



น้ำป่า ไหลหลาก

ท่วม-ไม่ท่วม

ตรวจเช็คล่วงหน้า พยากรณ์ได้

อุทกภัย หรือ น้ำท่วม เป็นภัยธรรมชาติที่เกิดขึ้นในช่วงฤดูฝน สร้างความเสียหายต่อชีวิตและทรัพย์สิน โดยเฉพาะประชาชนที่อาศัยในบริเวณพื้นที่ลุ่มต่ำ ที่ลาดเชิงเขา และที่ราบลุ่มริมฝั่งแม่น้ำ

น้ำท่วมขัง **น้ำล้นตลิ่ง**

ติดตามข่าวพยากรณ์อากาศและปริมาณน้ำในพื้นที่

				
ข่าวพยากรณ์อากาศ และประกาศเตือนภัย	ปริมาณน้ำฝนโดยเฉลี่ย	ระดับขึ้น-ลงของน้ำในแม่น้ำ	คาดการณ์แนวโน้มสถานการณ์ภัย	ระดับน้ำทะเลหนุน



กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย กระทรวงมหาดไทย
Department of Disaster Prevention and Mitigation, Ministry of Interior, Thailand
www.disaster.go.th กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย DDPM @DDPMNews

Line
@1784DDPM

สายด่วน 1784
ตลอด 24 ชม.

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๓๑ / ๒๕๖๗ วันที่ ๑๓ สิงหาคม ๒๕๖๗

กระทรวง : กระทรวงมหาดไทย

กรม / หน่วยงาน : การไฟฟ้าส่วนภูมิภาค

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง : การไฟฟ้าส่วนภูมิภาค

ช่องทางการติดต่อ : การไฟฟ้าส่วนภูมิภาค โทรศัพท์ : ๑๑๒๙ PEA Contact Center

๑) หัวข้อเรื่อง : เตือนใช้ไฟฟ้า ช่วงพายุฝนฟ้าคะนอง

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง : เตือนใช้ไฟฟ้า ช่วงพายุฝนฟ้าคะนอง

กรณีเกิดพายุฝนฟ้าคะนองและทำให้เกิดอุบัติเหตุทางไฟฟ้าได้ อาทิ กระแสไฟฟ้าขัดข้อง จากสาเหตุเสาอากาศ ป้ายโฆษณา ต้นไม้หรือกิ่งไม้ใหญ่ล้มทับสายไฟฟ้าแรงสูงและบ้านเรือนที่ปักอาศัย เป็นเหตุให้กระแสไฟฟ้าดับเป็นวงกว้าง หรือเกิดอันตรายต่อชีวิตและทรัพย์สินของประชาชน เพื่อความปลอดภัย จึงขอแจ้งเตือนประชาชนที่อยู่ในพื้นที่เสี่ยง ติดตามสภาวะอากาศจากกรมอุตุนิยมวิทยาอย่างใกล้ชิด หมั่นตรวจสอบ อุปกรณ์ไฟฟ้าให้อยู่ในสภาพปกติ ซึ่ง PEA มีข้อแนะนำเพื่อความปลอดภัย ดังนี้

๑. เมื่อเกิดฝนฟ้าคะนอง ไม่ควรใช้อุปกรณ์ไฟฟ้าทุกชนิด และถ้าเครื่องใช้ไฟฟ้าเปียกน้ำ ควรเช็ดหรือผึ่งให้แห้งก่อน เพื่อป้องกันมิให้กระแสไฟฟ้าลัดวงจรภายในเครื่องใช้ไฟฟ้า

๒. เมื่อร่างกายเปียกชื้น หลีกเลี่ยงการเปิด - ปิด สวิตช์ หรือเสียบปลั๊กไฟ เพราะอาจเกิด กระแสไฟฟ้ารั่ว อาจทำให้กระแสไฟฟ้าไหลผ่านร่างกายได้สะดวก เกิดกระแสไฟฟ้าดูดอาจถึงแก่ชีวิตได้

๓. ควรติดตั้งสายดินป้องกันไฟฟ้ารั่ว และหากจำเป็นต้องใช้ไฟฟ้าในขณะที่ร่างกายเปียกชื้น เช่น การใช้เครื่องทำน้ำอุ่น นอกจากติดตั้งสายดินแล้ว ยังต้องติดตั้งเครื่องตัดไฟฟ้ารั่ว เพื่อเสริมการทำงานของ สายดินให้ปลอดภัยยิ่งขึ้น

๔. ตรวจสอบต้นไม้ที่อยู่ใกล้แนวสายไฟฟ้า หากมีกิ่งไม้อยู่ใกล้เกินไปหรือคาดว่าเมื่อมีลมพัดแรง อาจทำให้กิ่งไม้เอนไปแตะสายไฟฟ้า หรือต้นไม้หักโค่นล้มทับสายไฟฟ้า ให้แจ้ง PEA ในพื้นที่ทราบ เพื่อดำเนินการแก้ไข

๕. ให้ความร่วมมือในการตัดต้นไม้หรือตัดกิ่งไม้ที่กีดขวางแนวเสาไฟฟ้า สายไฟฟ้าและจุดปัก เสาไฟฟ้า ไม่ควรตัดต้นไม้เอง เพราะอาจถูกกระแสไฟฟ้าดูดได้

หากพบกิ่งไม้ที่หักโค่นทับหรือพาดสายไฟฟ้าแรงสูง อย่าเข้าใกล้เพราะอาจมีกระแสไฟฟ้ารั่ว ควรรีบแจ้ง PEA ในพื้นที่ทราบ เพื่อดำเนินการแก้ไข

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

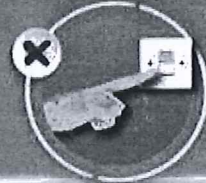
การไฟฟ้าส่วนภูมิภาค โทรศัพท์ : ๑๑๒๙ PEA Contact Center



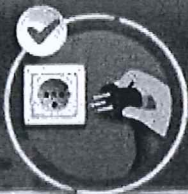
เตือนใช้ไฟฟ้า ช่วง พายุฝนฟ้าคะนอง



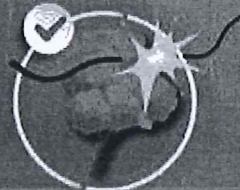
เมื่อเกิดฝนฟ้าคะนอง
หากเป็นไปไม่ได้ไม่ควรใช้
อุปกรณ์ไฟฟ้าทุกชนิด



หลีกเลี่ยงเปิด-ปิด สวิตช์
หรือเสียบปลั๊กไฟ
ขณะร่างกายเปียกชื้น



ถอดปลั๊กเครื่องใช้ไฟฟ้า
หลังใช้งานทุกครั้ง



หากพบต้นไม้ล้มทับสายไฟฟ้า
ให้แจ้งสำนักงาน PEA ในพื้นที่ หรือ โทร
1129 PEA

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๓๑ / ๒๕๖๗ วันที่ ๑๓ สิงหาคม ๒๕๖๗

กระทรวง : กระทรวงยุติธรรม

กรม / หน่วยงาน : สำนักงานปลัดกระทรวงยุติธรรม

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง : กองกลาง สำนักงานปลัดกระทรวงยุติธรรม

ช่องทางการติดต่อ : กลุ่มงานประชาสัมพันธ์ กองกลาง สำนักงานปลัดกระทรวงยุติธรรม โทร ๐๘ ๓๐๔๕ ๕๓๑๓

๑) หัวข้อเรื่อง : นำสัตว์จรมาเลี้ยงที่บ้าน เมื่อเกิดปัญหาต้องรับผิดชอบ

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง : นำสัตว์จรมาเลี้ยงที่บ้าน เมื่อเกิดปัญหาต้องรับผิดชอบ

ข้อควรรู้ของกลุ่มคนรักสัตว์ที่พบเห็นสัตว์จรจัด โดยเฉพาะ “สุนัข” แล้วเกิดความสงสารนำมาเลี้ยงบริเวณบ้าน พร้อมตั้งชื่อให้เสร็จสรรพ เมื่อสุนัขเหล่านี้เกิดสร้างปัญหา ให้บุคคลอื่น เช่น กัดหรือวิ่งออกไปนอกอาณาเขตบ้านแล้วกระโดด เหาใส่ ทำให้คนตกใจจนประสบอุบัติเหตุ แม้สุนัขจะไม่ได้เข้าไปกัดก็ตาม เจ้าของสุนัขที่นำมาเลี้ยงต้องรับผิดชอบด้วย โดยการกระทำของสัตว์จรที่นำไปเลี้ยงนี้ หากเจ้าของไม่ดูแลให้ดี อาจได้รับโทษทั้งทางแพ่งและอาญาได้ ประมวลกฎหมายอาญามาตรา ๒๕๑ ผู้ใดกระทำโดยประมาท และการกระทำนั้นเป็นเหตุให้ผู้อื่นถึงแก่ความตาย ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกิน ๑๐ ปี และปรับไม่เกิน ๒๐๐,๐๐๐ บาท มาตรา ๓๗๗ ผู้ใดควบคุมสัตว์ดุหรือสัตว์ร้าย ปลอมปละละเลยให้สัตว์นั้นเที่ยวไปโดยลำพัง ในประการที่อาจทำอันตรายแก่บุคคลหรือทรัพย์ ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกิน ๑ เดือน หรือปรับไม่เกิน ๑๐,๐๐๐ บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

ทั้งนี้ ประชาชนทั่วไปสามารถขอรับคำปรึกษาด้านกฎหมาย บริการด้านงานยุติธรรมต่าง ๆ ได้ที่

๑. สายด่วนยุติธรรม ๑๑๑๑ กด ๗๗ ฟรีตลอด ๒๔ ชั่วโมง

๒. จดหมาย : ตู้ไปรษณีย์ ๓ หลักลี กทม. ๑๐๒๑๐

๓. เว็บไซต์ : <https://www.moj.go.th/> และระบบให้บริการประชาชน <http://mind.moj.go.th>

๔. อีเมลล์ : complainingcenter@moj.go.th

๕. แอปพลิเคชันไลน์ Lind ID : s.center10

๖. เพชบุรี : ศูนย์บริการร่วมกระทรวงยุติธรรม และกระทรวงยุติธรรม Ministry Of Justice, Thailand

๗. แอปพลิเคชัน Justice Care : บริการรับเรื่องยุติธรรมสร้างสุข

๘. สำนักงานยุติธรรมจังหวัดทั่วประเทศ

๙. กองทุนยุติธรรม โทร. ๐๖๓-๒๖๙๗๐๕๖ หรือ Facebook: กองทุนยุติธรรม กระทรวงยุติธรรม

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

สำนักงานปลัดกระทรวงยุติธรรม โทร ๐๘ ๓๐๔๕ ๕๓๑๓



นำสัตว์เลี้ยงมาเลี้ยงที่บ้าน เมื่อเกิดปัญหาต้องรับผิดชอบ

ข้อควรรู้ของกลุ่มคนรักสัตว์ที่พบเห็นสัตว์จรจัด โดยเฉพาะ “สุนัข” แล้วเกิดความสงสารนำมาเลี้ยงบริเวณบ้าน พร้อมตั้งชื่อให้เสร็จสรรพ เมื่อสุนัขเหล่านี้เกิดสร้างปัญหาให้กับคนอื่น เช่น กัดหรือวิ่งออกไปนอกอาณาเขตบ้าน แล้วกระโดด เหาใส่ ทำให้คนตกใจจนประสบอุบัติเหตุ แม้สุนัขจะไม่ได้เข้าไปกัดก็ตาม เจ้าของสุนัขที่นำมาเลี้ยงต้องรับผิดชอบด้วย โดยการกระทำของสัตว์จรที่นำไปเลี้ยงนี้ หากเจ้าของไม่ดูแลให้ดีอาจได้รับโทษทั้งทางแพ่งและอาญาได้



ประมวลกฎหมายอาญา มาตรา 291
ผู้ใดกระทำโดยประมาทและการกระทำนั้น
เป็นเหตุให้ผู้อื่นถึงแก่ความตาย
ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกิน 10 ปี
และปรับไม่เกิน 200,000 บาท



มาตรา 377 ผู้ใดควบคุมสัตว์ดุหรือสัตว์ร้าย
ปล่อยปละละเลยให้สัตว์นั้นเที่ยวไปโดยลำพัง
ในประการที่อาจทำอันตรายแก่บุคคลหรือทรัพย์
ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกิน 1 เดือน
หรือปรับไม่เกิน 10,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ



ข้อมูลจาก : ประมวลกฎหมายอาญา มาตรา 291 มาตรา 377

จัดทำโดย : กลุ่มงานประชาสัมพันธ์ กองกลาง สำนักงานปลัดกระทรวงยุติธรรม

“สุจริต จิตบริการ ยึดมั่นความยุติธรรม”



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้ชุมชน
ครั้งที่ ๓๑ / ๒๕๖๗ วันที่ ๑๓ สิงหาคม ๒๕๖๗

กระทรวง : กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม

กรม / หน่วยงาน : ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอม ประเทศไทย

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง : ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอม ประเทศไทย

ช่องทางการติดต่อ : ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอม ประเทศไทย โทร. สายด่วน ๑๑๑๑ ต่อ ๘๗

๑) หัวข้อเรื่อง : ห้ามกดเด็ดขาด!! หากได้รับ SMS รับเงิน Digital Wallet

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง : ห้ามกดเด็ดขาด!! หากได้รับ SMS รับเงิน Digital Wallet

ช่วงนี้เป็นช่วงที่ประชาชนกำลังให้ความสนใจเรื่องเงินดิจิทัล วอลเล็ต ซึ่งบางคนได้ลงทะเบียนยืนยันตัวตนไปแล้ว แต่ยังมีประชาชนบางคนที่ยังไม่ลงทะเบียน หรือยังไม่ทราบข้อมูลว่าจะยืนยันตัวตนทางไหน ทำให้มีฉวยโอกาสช่วงเวลานี้ในการหลอกลวงประชาชน โดยมีการส่ง SMS ว่าท่านได้รับเงิน Digital Wallet พร้อมแนบลิงก์ให้กดยืนยันตัวตน หากประชาชนไม่ได้สังเกตหรือติดตามข่าวสารที่ถูกต้อง ก็อาจจะหลงเชื่อ ผลออกดลิ่งดังกล่าว ซึ่งจะทำให้โดนมีฉวยโอกาสหลอกเอาข้อมูลส่วนตัวหรือหลอกติดตั้งแอปที่ไม่พึงประสงค์ได้ จากที่ประชาชนจะได้เงิน กลับต้องมาเสียเงินให้กับมีฉวยโอกาส

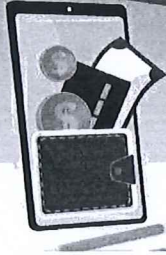
ในระหว่างวันที่ ๑ สิงหาคม - ๑๕ กันยายน ๒๕๖๗ รัฐบาลมีช่องทางเดียวในการลงทะเบียนรับเงินดิจิทัล วอลเล็ต คือ ลงทะเบียนผ่านแอปพลิเคชัน “ทางรัฐ” เท่านั้น จึงขอเตือนภัยไปยังประชาชนอย่าหลงเชื่อ SMS หรือเว็บไซต์ที่หลอกให้กดลิงก์เกี่ยวกับการลงทะเบียนรับเงิน Digital Wallet

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอม ประเทศไทย โทร. สายด่วน ๑๑๑๑ ต่อ ๘๗

ห้ามกดเด็ดขาด!!

หากได้รับ SMS รับเงิน Digital Wallet



หากมี SMS แบบลิงก์ให้กดยืนยันตัวตน
บอกว่า ท่านได้รับเงิน Digital Wallet



ห้ามกดเด็ดขาด

อาจโดนมิจฉาชีพหลอกเอาข้อมูลส่วนตัวหรือหลอกติดตั้งแอปที่ไม่พึงประสงค์

ที่มา : กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม

ANTI-FAKE NEWS CENTER ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอม ประเทศไทย

Copyright © 2024, Anti-Fake News Center, All rights reserved



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้ชุมชน
ครั้งที่ ๓๑ / ๒๕๖๗ วันที่ ๑๓ สิงหาคม ๒๕๖๗

กระทรวง : กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

กรม / หน่วยงาน : กรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง : กรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว

ช่องทางการติดต่อ : กรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว โทร. ๐ ๒๖๕๕ ๖๗๖๒, ๐ ๒๖๕๕ ๖๗๖๓

๑) หัวข้อเรื่อง : ทำอย่างไรเมื่อประสบเหตุการณ์ความรุนแรงในครอบครัว

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง : ทำอย่างไรเมื่อประสบเหตุการณ์ความรุนแรงในครอบครัว

ความรุนแรงในครอบครัว เป็นสิ่งที่ไม่ไม่มีใครอยากให้เกิดขึ้นกับตนเองหรือคนในครอบครัว วันนี้จึงแนะนำวิธีที่จะช่วยเหลือหากประสบเหตุการณ์ความรุนแรงในครอบครัว ดังนี้

๑. ตั้งสติ
๒. โทรแจ้ง ๑๙๑ หรือ เจ้าหน้าที่ตำรวจในพื้นที่ เพื่อบรรเทาเหตุและให้ความช่วยเหลือ
๓. เก็บพยานหลักฐาน ได้แก่ ภาพถ่าย บาดแผล คลิปวิดีโอ คลิปเสียง เป็นต้น
๔. ออกจากที่เกิดเหตุเพื่อความปลอดภัย
๕. ขอความช่วยเหลือจากบุคคลที่ไว้วางใจ
๖. อย่าลืมตั้งเบอร์โทรศัพท์ฉุกเฉินให้กดโทรออกได้ง่าย

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่

กรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว โทร. ๐ ๒๖๕๕ ๖๗๖๒, ๐ ๒๖๕๕ ๖๗๖๓

ทำอย่างไรเมื่อประสบเหตุการณ์ความรุนแรงในครอบครัว





ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๓๐/๒๕๖๗

ลำดับ	เรื่อง	หน่วยงาน	เอกสารประกอบ
มาตรการด้านการรักษาความสงบภายในประเทศ			
๑.	สะดวกสุด ๆ แนะนำ ๕ ช่องทางเพิ่มเติมในการยืนยันตัวตน เข้าใช้งานแอปฯ ทางรัฐ ปลอดภัยชั่ว	สำนักนายกรัฐมนตรี	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
มาตรการด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์			
๒.	ฟันเทียมดูแลยังไง	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๓.	“ซิฟิลิส” โรคฮิตที่ติดมากับเช็กส์	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๔.	สอนเด็ก ๆ ขึ้น - ลง รถโดยสารอย่างปลอดภัย	กระทรวงคมนาคม	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๕.	๗ เช็คลิสต์ เตรียมพร้อมป้องกันอุบัติเหตุจากไฟฟ้า ช่วงหน้าฝน	กระทรวงมหาดไทย	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๖.	เตือนภัย มิจฉาชีพปลอมเอกสารราชการ	กระทรวงมหาดไทย	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๗.	จัดการคนนอกใจ โดยการเรียกค่าทดแทน	กระทรวงยุติธรรม	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๘.	อุปกรณ์ไอที ใช้อย่างไรให้ปลอดภัย?	กระทรวงดิจิทัล เพื่อเศรษฐกิจและสังคม	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด

๑. ข้อมูลดังกล่าวเป็นข้อมูลเพื่อการสร้างการรับรู้ที่มาจากทุกกระทรวงตามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือ
การบูรณาการเสริมสร้างการรับรู้สู่ชุมชน จังหวัดสามารถหาข้อมูลเพิ่มเติมหรือขยายความข้อมูลที่
เฉพาะพื้นที่ได้ตามความถูกต้องและเหมาะสม
๒. ให้จังหวัดนำข้อมูลเพื่อสร้างการรับรู้ตามแนวทางที่กำหนด ตามหนังสือกระทรวงมหาดไทย ด่วนที่สุด
ที่ มท ๐๒๐๖.๒/ว ๑๔๔๔ ลงวันที่ ๕ มีนาคม ๒๕๖๒ เรื่อง แนวทางการสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
๓. จังหวัดสามารถดาวน์โหลดข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชนได้ที่ ช่องทางไลน์ (Line) กลุ่ม “ข้อมูล
ข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้” และเว็บไซต์กองสารนิเทศ สป. หัวข้อ “การสร้างการรับรู้สู่ชุมชน”
๔. ขอความอนุเคราะห์ตอบแบบสอบถาม “การรับรู้ข้อมูลข่าวสารการประชาสัมพันธ์ของกระทรวงมหาดไทย”
ทาง <https://forms.gle/HpCH1FdckGPmxfi36> หรือ Scan QR Code ด้านล่าง



QR Code

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๓๐ / ๒๕๖๗ วันที่ ๖ สิงหาคม ๒๕๖๗

กระทรวง : สำนักงานนายกรัฐมนตรี

กรม / หน่วยงาน : สำนักงานพัฒนารัฐบาลดิจิทัล (องค์การมหาชน)

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง : สำนักงานพัฒนารัฐบาลดิจิทัล (องค์การมหาชน)

ช่องทางการติดต่อ : สำนักงานพัฒนารัฐบาลดิจิทัล (องค์การมหาชน) โทร ๐ ๒๖๑๒ ๖๐๖๐

- ๑) หัวข้อเรื่อง : สะดวกสุด ๆ แนะนำ ๕ ช่องทางเพิ่มเติมในการยืนยันตัวตน เข้าใช้งานแอปฯ ทางรัฐ ปลอดภัยชั่ว
๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง : สะดวกสุด ๆ แนะนำ ๕ ช่องทางเพิ่มเติมในการยืนยันตัวตน
เข้าใช้งานแอปฯ ทางรัฐ ปลอดภัยชั่ว

แอปฯ ทางรัฐ รวมบริการภาครัฐกว่า ๑๕๒ บริการไว้ในแอปเดียว สะดวก ง่าย ปลอดภัย ๑๐๐%
ใช้งานได้ทุกที่ทุกเวลา ตลอด ๒๔ ชั่วโมง

การใช้งานแอปฯ ทางรัฐ จึงต้องมีการพิสูจน์และยืนยันตัวตน (KYC) บนแอปฯ ทางรัฐ ตามมาตรฐาน
การรักษาความมั่นคงปลอดภัยของระบบและข้อมูลส่วนบุคคล เช่นเดียวกับแอปฯ ของธนาคาร ก็สามารถใช้งานแอปฯ
ทางรัฐได้ทันที!

สามารถเลือกวิธีในการสมัครสมาชิกและพิสูจน์และยืนยันตัวตนเพิ่มเติมได้อีก ๕ ช่องทางได้ ดังนี้

๑. ยืนยันตัวตนผ่านเคาน์เตอร์ไปรษณีย์ไทยทั่วประเทศ (ยกเว้น ไปรษณีย์อนุญาต และร้านไปรษณีย์)
๒. ยืนยันตัวตนผ่านร้านเซเว่นอีเลฟเว่น ๗-๑๑ เคาน์เตอร์เซอร์วิส ทุกสาขาทั่วประเทศ
๓. ยืนยันตัวตนผ่านตู้บริการเอกประสงค์ภาครัฐ
๔. ยืนยันตัวตนผ่านตู้บุญเติม โดยสามารถสมัครได้บริเวณตู้ที่มีกล้องเท่านั้น
๕. ยืนยันตัวตนผ่านแอปฯ ThaiD

ทั้งนี้ หากท่านมีข้อสงสัย สามารถติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ ศูนย์บริการข้อมูลภาครัฐเพื่อประชาชน
หรือ GCC สายด่วน ๑๑๑๑

ทางลัดถึงรัฐ ช่องทางเดียว ง่าย จบ ครบทุกช่วงวัย

ดาวน์โหลดแอปฯ ทางรัฐ ผ่าน Google Play หรือ App Store เท่านั้น

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

สำนักงานพัฒนารัฐบาลดิจิทัล (องค์การมหาชน) โทร ๐ ๒๖๑๒ ๖๐๖๐



ทางรัฐ

สะดวกสุดๆ! แนะนำ 5 ช่องทาง เพิ่มเติม

**ในการยืนยันตัวตน
เข้าใช้งานแอปฯ ทางรัฐ**

-   **เคาน์เตอร์ไปรษณีย์ไทย**
(ยกเว้นไปรษณีย์ช้อปภาค และ ร้านไปรษณีย์)
-   **7-11 เคาน์เตอร์เซเว่นวิส**
ทั่วประเทศ
-   **ตู้บริการ
อินเทอร์เน็ตภาครัฐ**
-   **ตู้บุญเติม**
(สามารถยืนยันตัวตนได้เฉพาะผู้ที่มีกล้องเท่านั้น)
-   **แอปฯ ThaID**

มั่นใจ ปลอดภัย เชื่อถือได้

100%



ทางลัดถึงรัฐ
ช่องทางเดียว
ง่าย จบ ครบทุกช่วงวัย

**สอบถาม
เพิ่มเติม**

โทร. 1111



สำนักงานปลัดกระทรวงมหาดไทย
SMART NATION SMART LIFE
ประเทศไทยสมัยใหม่... 53 องค์กรไทยที่ทำงานร่วมกัน

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๓๐ / ๒๕๖๗ วันที่ ๖ สิงหาคม ๒๕๖๗

กระทรวง : กระทรวงสาธารณสุข

กรม / หน่วยงาน : กรมอนามัย

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง : กรมอนามัย

ช่องทางการติดต่อ : กรมอนามัย โทรศัพท์ : สายด่วน กรมอนามัย ๑๔๗๘

๑) หัวข้อเรื่อง : ฟันเทียมดูแลยังไง

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง : ฟันเทียมดูแลยังไง

ฟันเทียมชนิดติดแน่น

แปรงฟันอย่างถูกวิธี ร่วมกับอุปกรณ์ช่วยอื่น ๆ เช่นไหมขัดฟัน

ฟันเทียมชนิดถอดได้

- ถอดทำความสะอาดทุกครั้ง หลังรับประทานอาหารและก่อนนอน

- ใช้แปรงสีฟันขนนิ่มแปรงร่วมกับน้ำสบู่อ่อน หรือน้ำยาล้างจาน ไม่ควรใช้ยาสีฟัน เพราะอาจ

มีผงขัดที่ทำให้เกิดรอยขีดข่วนบนผิวฟันเทียม

- มีภาชนะใส่น้ำรองรับ ป้องกันฟันเทียมหล่นแตกขณะทำความสะอาด

- หลังทำความสะอาดและล้างน้ำ ให้แช่น้ำในภาชนะมีฝาปิดหลังล้างทำความสะอาด

หรือไม่ได้ใช้งาน

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

สายด่วน กรมอนามัย ๑๔๗๘



กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

สปสช.
สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ

ฟันเทียม ดูแลยังไง

สายด่วนกรมอนามัย

1 4 7 8

กรมอนามัยจะรีบให้กลับโดยด่วน



ติดตามสาระความรู้สุขภาพ ได้ที่
AnamaiMedia
สื่อมวลชนเดียวกรมอนามัย



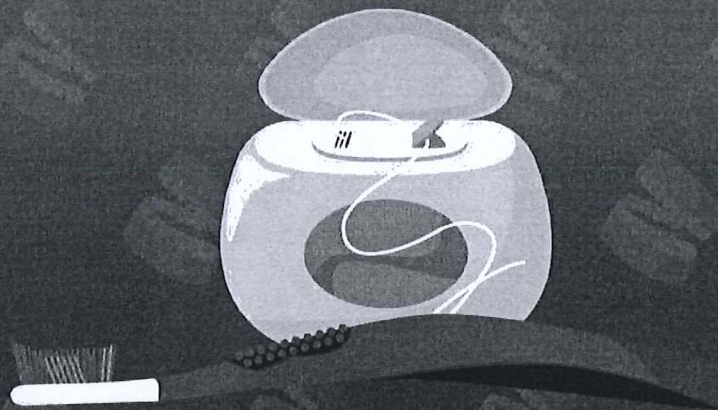


กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

สปสช.
สำนักงานส่งเสริมสุขภาพแห่งชาติ

ฟันเทียม
ดูแลยังไง

ฟันเทียมชนิดติดแน่น

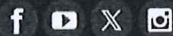


แปรงฟันอย่างถูกวิธี ร่วมกับ
การใช้อุปกรณ์ช่วยอื่น ๆ เช่น ไหมขัดฟัน

สายด่วนกรมอนามัย

1 4 7 8

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี



ติดตามสาระความรู้สุขภาพ ได้ที่
AnamaiMedia

สื่อมวลชนพิเศษกรมอนามัย



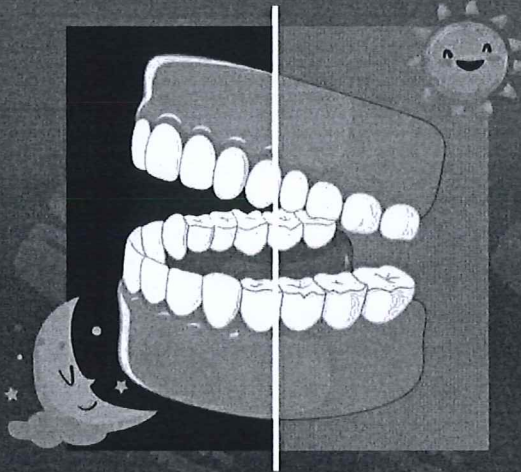


กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

สปสช.
สำนักงานส่งเสริมสุขภาพแห่งชาติ

ฟันเทียม
ดูแลยังไง

ฟันเทียมชนิดถอดได้



ถอดทำความสะอาดทุกครั้ง
หลังรับประทานอาหารและก่อนนอน

สายด่วนกรมอนามัย

1 4 7 8

กรมอนามัยจะส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี



ติดตามสาระความรู้สุขภาพ ได้ที่
AnamaiMedia
สื่อปลั๊กอินเดียวกรมอนามัย



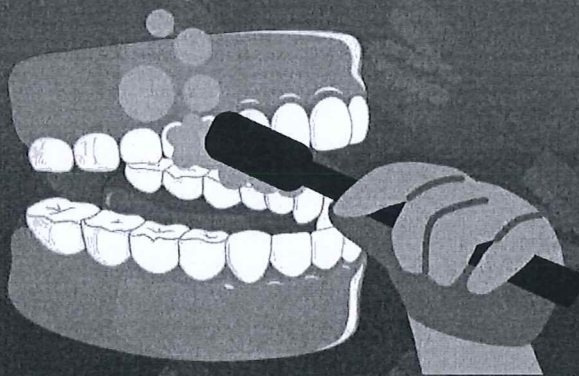


กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

สปสช.
สำนักงานป้องกันสุขภาพแห่งชาติ

ฟันเทียม
ดูแลยังไง

ฟันเทียมชนิดถอดได้

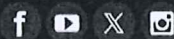


ใช้แปรงสีฟันขนนุ่ม แปรงร่วมกับน้ำสบู่อ่อน
หรือน้ำยาล้างจาน ไม่ควรใช้ยาสีฟัน
เพราะอาจมีผงขัดที่ทำให้เกิดรอยขีดข่วนบนผิวฟันเทียม

สายด่วนกรมอนามัย

1 4 7 8

กรมอนามัยส่งเสริมโลกปลอดยาเสพติด



ติดตามสาระความรู้สุขภาพ ได้ที่
AnamaiMedia
สื่อปลั๊กมีเดียกรมอนามัย



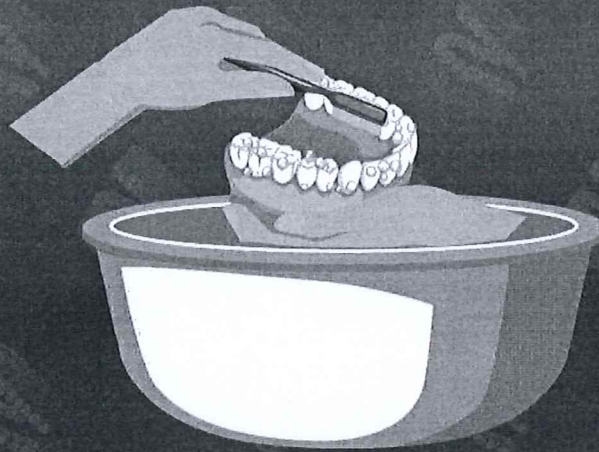


กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

สปสช.
สำนักงานส่งเสริมสุขภาพแห่งชาติ

ฟันเทียม
ดูแลยังไง

ฟันเทียมชนิดถอดได้



มีภาชนะใส่น้ำรองรับ
ป้องกันฟันเทียมหล่นแตกขณะทำความสะอาด

สายด่วนกรมอนามัย

1 4 7 8

กรมอนามัยส่งเสริมหิคนโยบายที่ดี



ติดตามสาระความรู้สุขภาพ ได้ที่
AnamaiMedia
สื่อปลุกจิตสำนึกกรมอนามัย



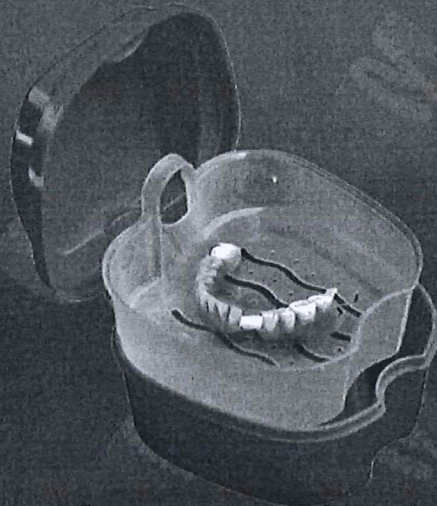


กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

สปสช.
สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ

ฟันเทียม
ดูแลง่าย

ฟันเทียมชนิดถอดได้

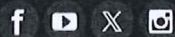


แช่น้ำในภาชนะที่มีฝาปิด
หลังล้างทำความสะอาด หรือไม่ได้ใช้งาน

สายด่วนกรมอนามัย

1 4 7 8

กรมอนามัยส่งเสริมสุขภาพไทย



ติดตามสาระความรู้สุขภาพ ได้ที่
AnamaiMedia
สื่อมวลชนพิเศษกรมอนามัย



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้ชุมชน
ครั้งที่ ๓๐ / ๒๕๖๗ วันที่ ๖ สิงหาคม ๒๕๖๗

กระทรวง : กระทรวงสาธารณสุข

กรม / หน่วยงาน : กรมควบคุมโรค

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง : กรมควบคุมโรค

ช่องทางการติดต่อ : กรมควบคุมโรค โทรศัพท์ : สายด่วน กรมควบคุมโรค ๑๔๒๒

๑) หัวข้อเรื่อง : “ซิฟิลิส” โรคติดต่อที่ติดมากับเชื้กส์

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง : “ซิฟิลิส” โรคติดต่อที่ติดมากับเชื้กส์

ซิฟิลิส ติดทางเพศสัมพันธ์ที่ไม่ป้องกัน การใช้เข็มฉีดยาร่วมกับผู้ติดเชื้อ และติดจากแม่ที่ติดเชื้อซิฟิลิสแล้วไม่ได้รับการรักษาสู่ทารกในครรภ์ หลังจากได้รับเชื้อในช่วงแรกอาจจะพบแผลที่อวัยวะเพศหรือทวารหนัก ลักษณะเป็นแผลสะอาดไม่เจ็บ บริเวณขอบแผลแข็งคล้ายกระดูก ซิฟิลิสระยะที่ ๒ จะมีผื่นแดงตามตัว ฝ่ามือ ฝ่าเท้า มักไม่คัน มีผื่นในช่องปาก ผอมร่วง ผู้ติดเชื้อบางรายอาจไม่แสดงอาการ แต่เชื้กส์นั้นยังอยู่ในร่างกาย ถ้าไม่ได้รับการรักษา เมื่อเวลาผ่านไป เชื้กส์สามารถก่อให้เกิดความผิดปกติ ที่สมอง รวมถึงระบบหัวใจและหลอดเลือดได้ จึงแนะนำให้ทุกคนใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์กับทุกคน ทุกช่องทาง เพื่อป้องกันซิฟิลิสและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่น ๆ หากไม่มีอาการ จะทราบว่าติดเชื้อซิฟิลิสก็ต่อเมื่อไปตรวจเลือดเท่านั้น ถ้ามีเพศสัมพันธ์ที่มีความเสี่ยง (แม้ไม่มีอาการ) แนะนำให้รีบมาตรวจคัดกรองและเข้าสู่อการรักษา เพราะโรคซิฟิลิสรักษาได้ หายขาด พร้อมชวนคู่มารตรวจและรักษาอย่างต่อเนื่อง ระหว่างรักษา ควรงดมีเพศสัมพันธ์จนกว่าจะรักษาหาย และใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้ง และทุกช่องทางที่มีเพศสัมพันธ์ เพื่อป้องกันการติดเชื้อซ้ำ

นอกจากนี้ แนะนำหญิงตั้งครรภ์ให้รีบฝากครรภ์ทันทีที่ทราบว่าตั้งครรภ์ และฝากครรภ์ครั้งแรกไม่ควรเกิน ๑๒ สัปดาห์ เพื่อรับการตรวจคัดกรองซิฟิลิส หากติดเชื้อจะได้รับการรักษาทันที ป้องกันการถ่ายทอดเชื้อซิฟิลิสจากแม่สู่ทารกในครรภ์ ทั้งนี้ คู่ของหญิงตั้งครรภ์ควรได้รับการตรวจคัดกรองซิฟิลิสพร้อมกัน โดยสามารถตรวจคัดกรองได้ที่หน่วยบริการสุขภาพทุกแห่ง ตามสิทธิประโยชน์ สปสช.

กรมควบคุมโรคห่วงใย อยากเห็นคนไทยมีสุขภาพดี

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ สายด่วน กรมควบคุมโรค ๑๔๒๒

และกองโรคเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ๐ ๒๕๕๐ ๓๒๑๗ , ๐ ๒๕๕๐ ๓๒๑๙



ซิฟิลิสติด
จากเพศสัมพันธ์
ที่ไม่ป้องกัน



จากแม่ที่ติดเชื้อซิฟิลิส
แล้วไม่ได้รับการรักษา
สู่ทารกในครรภ์

จากการรับเลือดจากผู้ติดเชื้อ
การใช้เข็มฉีดยา
ร่วมกันกับผู้ติดเชื้อ



ถ้ามีเพศสัมพันธ์ที่มีความเสี่ยง
แต่ไม่มีอาการ
แนะนำให้รับมาตรวจคัดกรอง
และเข้าสู่การรักษาอย่างถูกวิธี
ซิฟิลิส รักษาได้ หายขาด



“ซิฟิลิส” โรคฮิตที่ติดมากับเช็กส์

อาการมี 3 ระยะ
อย่างชะล่าใจ

1 มีแผลที่อวัยวะเพศ หรือกวารหนัก
แผลขอบแข็ง ไม่เจ็บ

2 มีผื่นขึ้นตามลำตัว ฝ่ามือ ฝ่าเท้า
ผื่นในช่องปาก ผอมร่วง

3 ถ้าไม่รักษา โรคจะลุกลาม
ทำลายอวัยวะภายใน เช่น หัวใจ
สมอง กระดูก เสี่ยง! พิการและเสียชีวิต

แบบไหน?
เสี่ยง!



- ไม่สวมถุงยางอนามัย
- เปลี่ยนคู่นอนบ่อย
- คู่นอนมีอาการคล้ายซิฟิลิส
หรือสัมผัสแผลของซิฟิลิส



กองโรคเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ กรมควบคุมโรค

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้ชุมชน
ครั้งที่ ๓๐ / ๒๕๖๗ วันที่ ๖ สิงหาคม ๒๕๖๗

กระทรวง : กระทรวงคมนาคม

กรม / หน่วยงาน : กรมการขนส่งทางบก

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง : สำนักสวัสดิภาพการขนส่งทางบก (สนภ.) กรมการขนส่งทางบก

ช่องทางการติดต่อ : สำนักสวัสดิภาพการขนส่งทางบก (สนภ.) กรมการขนส่งทางบก โทร. Call Center ๑๕๘๔

๑) หัวข้อเรื่อง : สอนเด็ก ๆ ขึ้น - ลง รถโดยสารอย่างปลอดภัย

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง : สอนเด็ก ๆ ขึ้น - ลง รถโดยสารอย่างปลอดภัย

เมื่อนั่งรถถึงจุดหมายปลายทางแล้วอย่าเพิ่งชะล่าใจไป เพราะอุบัติเหตุจากการขึ้น-ลงรถโดยสาร
มีให้เราเห็นอยู่บ่อย ๆ โดยเฉพาะน้อง ๆ หนู ๆ จึงไม่ควรมองข้ามจุดนี้

“มาร่วมสอนเด็ก ๆ ขึ้น-ลง รถโดยสารอย่างปลอดภัย”

- ยืนรอให้ห่างจากถนน ระวังรถที่กำลังเคลื่อนที่เข้ามา
- รอให้รถหยุดสนิท จึงขึ้นรถ เดินอย่างระวังไปยังที่นั่ง หากไม่มีที่นั่งว่างบนรถให้รีบเดิน
ไปยังที่ยืนโดยสาร และจับที่ยึดจับที่กำหนดไว้
- อย่ายืนพิงประตู หลีกเลี่ยงการยืนใกล้ประตู และควรเก็บสัมภาระไม่ให้กีดขวางทางเดินหรือ
ผู้โดยสารคนอื่น
- เมื่ออยู่บนรถ ไม่ยืนศีรษะ ไม่ยื่นแขนออกนอกตัวรถ
- ไม่รบกวนผู้ขับขี่และผู้โดยสารท่านอื่น เช่น ส่งเสียงดัง เล่นหยอกล้อกัน เป็นต้น
- เดินลงจากรถเมื่อรถหยุดสนิท ไม่ยืนอยู่ใกล้บริเวณรอบตัวรถ ซึ่งเป็นพื้นที่ “จุดบอด” เพราะ
ผู้ขับรถจะมองไม่เห็นก่อนออกรถ
- หยุดรอให้รถออกตัวไปก่อน ไม่เดินตัดหน้ารถเพื่อรีบข้ามถนน

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

กรมการขนส่งทางบก โทร. Call Center ๑๕๘๔



สอนเด็กๆ

ขึ้น-ลง รถโดยสาร

อย่างปลอดภัย



ยืนรอให้ห่างจากถนน
ระมัดระวังรถ
ที่กำลังเคลื่อนที่เข้ามา

รอให้รถหยุดสนิท จึงขึ้นรถ
เดินอย่างระมัดระวังไปยังที่นั่ง
หากไม่มีที่นั่งว่างบนรถให้รีบเดินไปยัง
ที่ยืนโดยสารและจับที่ยึดจับที่กำหนดไว้

อย่ายืนพิงประตู
หลีกเลี่ยงการยืนใกล้ประตู
และควรเก็บสัมภาระไม่ให้กีดขวาง
ทางเดินหรือผู้โดยสารอื่น

• เมื่ออยู่บนรถ ไม่ยืนศีรษะ ยื่นแขนออกนอกตัวรถ •

✕ ไม่รบกวนผู้ขับขี่และผู้โดยสารท่านอื่น เช่น ส่งเสียงดัง เล่นหยอกล้อกัน





• การลงจากรถ ลงเมื่อรถหยุดสนิท

ไม่ยืนอยู่ใกล้บริเวณรอบตัวรถ
ซึ่งเป็นพื้นที่จุดบอด ผู้ขับรถจะมองไม่เห็นก่อนออกรถ
ควรหยุดรอให้รถออกตัวไปก่อน ไม่เดินตัดหน้ารถเพื่อรับข้ามถนน

ขึ้นปลอดภัย by DLT  safedrivedlt.com  safedrivedlt  ขึ้นปลอดภัย by DLT  @safedrivedlt  @Safedrivedlt

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๓๐ / ๒๕๖๗ วันที่ ๖ สิงหาคม ๒๕๖๗

กระทรวง : กระทรวงมหาดไทย

กรม / หน่วยงาน : กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง : กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย

ช่องทางการติดต่อ : กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย โทรศัพท์ : สายด่วน ๑๙๙๔

๑) หัวข้อเรื่อง : ๗ เชื้อคลิสต์ เตรียมพร้อมป้องกันอุบัติเหตุจากไฟฟ้าช่วงหน้าฝน

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง : ๗ เชื้อคลิสต์ เตรียมพร้อมป้องกันอุบัติเหตุจากไฟฟ้าช่วงหน้าฝน

๑. เลือกใช้งานเครื่องใช้ไฟฟ้า และปลั๊กพ่วงที่ได้มาตรฐาน และได้รับเครื่องหมายรับรองมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม (มอก.)

๒. ตรวจสอบสายไฟ และอุปกรณ์เครื่องใช้ไฟฟ้าให้อยู่ในสภาพพร้อมใช้งานอย่างปลอดภัย หากพบมีการชำรุดเสียหายควรรีบซ่อมแซมในทันที

๓. หลีกเลี่ยงการใช้งานเครื่องใช้ไฟฟ้าทุกชนิด ในขณะที่เกิดฝนฟ้าคะนอง เพื่อป้องกันเครื่องใช้ไฟฟ้าเสียหาย และป้องกันการได้รับอันตรายจากฟ้าผ่า ที่อาจทำให้เกิดไฟฟ้าลัดวงจรได้

๔. ไม่สัมผัสเครื่องใช้ไฟฟ้า หรือปลั๊กไฟในขณะที่ตัวเปียก เพราะอาจทำให้เสี่ยงต่อการโดนไฟช็อต หรือไฟดูดที่อันตรายถึงชีวิต

๕. ติดตั้งอุปกรณ์ตัดกระแสไฟฟ้าอัตโนมัติ และเบรกเกอร์ควบคุมไฟ เพื่อป้องกันอันตรายจากไฟรั่ว ไฟดูด และไฟฟ้าลัดวงจร

๖. เก็บเครื่องใช้ไฟฟ้า และสายไฟให้มิดชิด ให้พ้นจากบริเวณที่เสี่ยงต่อการโดนฝนสาดหรือน้ำท่วมถึง เพื่อป้องกันไม่ให้เครื่องใช้ไฟฟ้าเสียหายจากน้ำและความชื้น

๗. ไม่นำเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ชำรุดมาใช้งาน โดยเฉพาะเครื่องใช้ไฟฟ้าที่เสียหายจากการโดนน้ำท่วม เพราะความชื้นที่หลงเหลืออยู่ในเครื่องใช้ไฟฟ้าอาจทำให้เกิดไฟช็อตหรือไฟฟ้าลัดวงจร

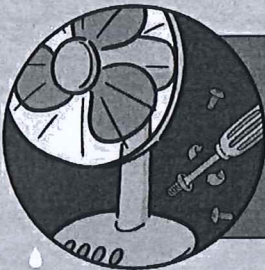
สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย โทร. สายด่วน ๑๙๙๔

7 เช็คลิสต์

เตรียมพร้อมป้องกัน
อุบัติเหตุจากไฟฟ้า

ช่วงหน้าฝน



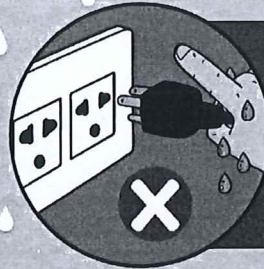
ตรวจสอบสายไฟ
และอุปกรณ์เครื่องใช้ไฟฟ้า
ให้อยู่ในสภาพพร้อมใช้งาน

หากพบว่ามีอาการชำรุดเสียหาย
ควรรีบซ่อมแซมทันที



เลือกใช้งานเครื่องใช้ไฟฟ้า
และปลั๊กพ่วงที่ได้มาตรฐาน

และได้รับเครื่องหมายรับรองมาตรฐาน
ผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม (มอก.)



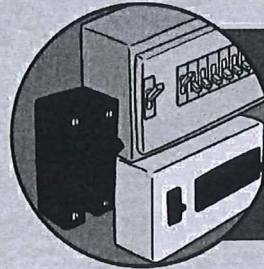
หลีกเลี่ยงการใช้งาน
เครื่องใช้ไฟฟ้าทุกชนิด
ในขณะที่เกิดฝนฟ้าคะนอง

เพื่อป้องกันเครื่องใช้ไฟฟ้าเสียหาย
และป้องกันการได้รับอันตรายจากฟ้าผ่า
ที่อาจทำให้เกิดไฟฟ้าลัดวงจรได้



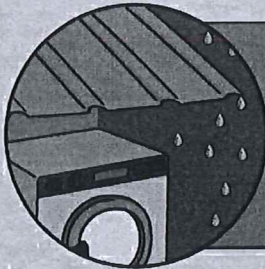
ไม่สัมผัสเครื่องใช้ไฟฟ้า
หรือปลั๊กไฟในขณะที่ตัวเปียก

เพราะอาจทำให้เกิดการโดนไฟช็อต
หรือไฟดูดที่อันตรายถึงชีวิต



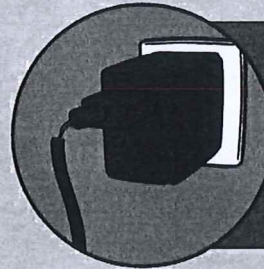
ติดตั้งอุปกรณ์
ตัดกระแสไฟฟ้าอัตโนมัติ
และเบรกเกอร์ควบคุมไฟ

เพื่อป้องกันอันตราย
จากไฟรั่ว ไฟดูด และไฟฟ้าลัดวงจร



เก็บเครื่องใช้ไฟฟ้า
และสายไฟให้มิดชิด

ให้พ้นจากบริเวณที่เสี่ยงต่อ
การโดนฝนสาดหรือน้ำท่วมถึง
เพื่อป้องกันไม่ให้อุปกรณ์เครื่องใช้ไฟฟ้า
เสียหายจากน้ำและความชื้น



ไม่นำเครื่องใช้ไฟฟ้า
ที่ชำรุดมาใช้งาน

โดยเฉพาะเครื่องใช้ไฟฟ้าที่เสียหาย
จากการโดนน้ำท่วม เพราะความชื้น
ที่หลงเหลืออยู่ในเครื่องใช้ไฟฟ้าอาจ
ทำให้เกิดไฟช็อตหรือไฟฟ้าลัดวงจร



กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย
กระทรวงมหาดไทย

โทร 1784DDPM

Twitter @DDPMNews

Facebook กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย DDPM

Website www.disaster.go.th

สายด่วนนิรภัย
1784

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๓๐ / ๒๕๖๗ วันที่ ๖ สิงหาคม ๒๕๖๗

กระทรวง : กระทรวงยุติธรรม

กรม / หน่วยงาน : สำนักงานปลัดกระทรวงยุติธรรม

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง : กองกลาง สำนักงานปลัดกระทรวงยุติธรรม

ช่องทางการติดต่อ : กลุ่มงานประชาสัมพันธ์ กองกลาง สำนักงานปลัดกระทรวงยุติธรรม โทร ๐๘ ๓๐๔๕ ๕๓๑๓

๑) หัวข้อเรื่อง : จัดการคนนอกใจ โดยการเรียกค่าทดแทน

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง : จัดการคนนอกใจ โดยการเรียกค่าทดแทน

ตามประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา ๑๕๒๓ มีหลักการว่า เมื่อศาลพิพากษาให้หย่ากัน เพราะเหตุสามีหรือภริยาอุปการะเลี้ยงดูหรือยกย่องผู้อื่นฉ้นภริยาหรือสามี เป็นชู้หรือมีชู้ หรือร่วมประเวณีกับผู้อื่นเป็นอาจฉน ภริยา หรือสามี มีสิทธิได้รับค่าทดแทนจากสามีหรือภริยา และจากผู้ซึ่งได้รับอุปการะเลี้ยงดูหรือยกย่อง หรือผู้ซึ่งเป็นเหตุแห่งการหย่าฉน แต่ถ้ามามีหรือภริยาฉนยอม หรือรู้เห็นเป็นใจให้อีกฝ่ายกระทำการดังกล่าว สามีหรือภริยาฉนจะเรียกค่าทดแทนไม่ได้ ทั้งนี้ ค่าทดแทนจะเป็นจำนวนเท่าใดฉนให้ศาลวินิจฉัยตามควรแก่พฤติการณ์ โดยศาลจะสั่งให้ชำระครั้งเดียวหรือแบ่งชำระเป็นงวดๆ มีกำหนดเวลาตามทีศาลจะเห็นสมควร

หลักพิจารณาในการกำหนดค่าทดแทน ได้แก่

- ฐานะทางสังคม อาชีพการงาน การศึกษาของทุกฝ่าย ทั้งคู่สมรส และตัวชู้ ซึ่งหากมีฐานะทางสังคมสูง การศึกษาสูง หน้าที่การงานดี ก็ย่อมมีค่าทดแทนสูงตามไปด้วย
- ระยะเวลาที่แต่งงานใช้ชีวิตร่วมกัน ยิ่งนานยิ่งมีค่าทดแทนสูง
- มีการจัดงานแต่งงานหรือไม่
- การมีบุตรร่วมกัน
- ลักษณะความสัมพันธ์ในครอบครัวก่อนเกิดเหตุการณ์มีชู้
- ความเปิดเผยในการเป็นชู้
- ระยะเวลาเป็นชู้
- ผู้เป็นชู้ รู้หรือไม่ที่กำลังเป็นชู้
- ความสำนึกผิดหลังถูกจับได้ว่าคบชู้
- มีการฟ้องหย่า เพื่อเรียกทรัพย์สินจากอีกฝ่ายร่วมด้วยหรือไม่

โดยศาลจะพิจารณาจากองค์ประกอบเหล่านี้ เพื่อกำหนดค่าทดแทน ว่าการคบชู้ฉน ก่อให้เกิดความเสียหายต่อชื่อเสียง และครอบครัวมากน้อยแค่ไหน และหากดำเนินการฟ้องชู้ โดยไม่ประสงค์ฟ้องหย่า จะไม่สามารถเรียกค่าทดแทนจากคู่สมรสทีคบชู้ได้

การฟ้องชู้ ถือเป็นคดีแพ่ง ต้องพิจารณาคดีทีศาลเยาวชนและครอบครัว โดยกระบวนการพิจารณา จะเน้นการไกล่เกลี่ยประนีประนอมยอมความกัน มากกว่าการจะต่อสู้คดีให้ถึงที่สุด

ทั้งนี้ ประชาชนทั่วไปสามารถขอรับคำปรึกษาด้านกฎหมาย บริการด้านงานยุติธรรมต่าง ๆ ได้ที่

๑. สายด่วนยุติธรรม ๑๑๑๑ กด ๗๗ ฟรีตลอด ๒๔ ชั่วโมง

๒. จดหมาย : ตู้ไปรษณีย์ ๓ หลักลี กทม. ๑๐๒๑๐

๓. เว็บไซต์ : <https://www.moj.go.th/> และระบบให้บริการประชาชน <http://mind.moj.go.th>

๔. อีเมล : complainingcenter@moj.go.th

๕. แอปพลิเคชันไลน์ Lind ID : s.center10

๖. เฟซบุ๊ก : ศูนย์บริการร่วมกระทรวงยุติธรรม และกระทรวงยุติธรรม Ministry Of Justice, Thailand

๗. แอปพลิเคชัน Justice Care : บริการรับเรื่องยุติธรรมสร้างสุข

๘. สำนักงานยุติธรรมจังหวัดทั่วประเทศ

๙. กองทุนยุติธรรม โทร. ๐๖๓-๒๖๙๗๐๕๖ หรือ Facebook: กองทุนยุติธรรม กระทรวงยุติธรรม

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

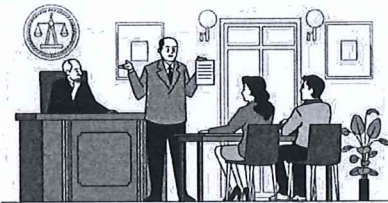
สำนักงานปลัดกระทรวงยุติธรรม โทร ๐๘ ๓๐๔๕ ๕๓๑๓

จัดการคนนอก

โดยการเรียกค่าทดแทน



ตามประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา 1523 มีหลักการว่า เมื่อศาลพิพากษาให้หย่ากัน เพราะเหตุสามีหรือภริยาอุปการะเลี้ยงดูหรือยกย่องผู้อื่นฉ้นภริยาหรือสามี เป็นชู้หรือมีชู้ หรือร่วมประเวณี กับผู้อื่นเป็นอาจฉน ภริยา หรือสามี มีสิทธิได้รับค่าทดแทนจากสามีหรือภริยา และจากผู้ซึ่งได้รับอุปการะ เลี้ยงดูหรือยกย่อง หรือผู้ซึ่งเป็นเหตุแห่งการหย่าฉน แต่ฉ้าสามีหรือภริยาศินยอม หรือรู้เห็นเป็นใจให้อีกฝ่าย



กระทำการดังกล่าว สามีหรือภริยาศินจะเรียกค่าทดแทนไม่ได้ ทั้งนี้ ค่าทดแทนจะเป็นจำนวนเท่าใดฉน ให้ศาลวินิจฉัยตามควร แก่พฤติการณ์ โดยศาลจะสั่งให้ชำระครั้งเดียวหรือแบ่งชำระเป็นงวดๆ มีกำหนดเวลาตามที่ศาลจะเห็นสมควร

หลักพิจารณาในการกำหนดค่าทดแทน ได้แก่

- สถานะทางสังคม อาชีพการงาน การศึกษาของทุกฝ่าย ทั้งคู่สมรสและตัวชู้ ซึ่งหากมีฐานะทางสังคมสูง การศึกษาสูง หน้าที่การงานดี ก็ย่อมมีค่าทดแทนสูงตามไปด้วย
- ระยะเวลาที่แต่งงานใช้ชีวิตร่วมกัน ยิ่งนานยิ่งมีค่าทดแทนสูง
- มีการจัดงานแต่งงานหรือไม่
- การมีบุตรร่วมกัน
- ลักษณะความสัมพันธ์ในครอบครัวก่อนเกิดเหตุการณ์มีชู้
- ความเปิดเผยในการเป็นชู้
- ระยะเวลาเป็นชู้
- ผู้เป็นชู้ รู้หรือไม่ฉ้ากำลังเป็นชู้
- ความสำนึกผิดหลังถูกจับได้ว่าคบชู้
- มีการฟ้องหย่า เพื่อเรียกทรัพย์สินจากอีกฝ่ายร่วมด้วยหรือไม่

โดยศาลจะพิจารณาจากองค์ประกอบเหล่านี้ เพื่อกำหนดค่าทดแทน ว่าการคบชู้ฉนั้นก่อให้เกิด ความเสียหายต่อชื่อเสียง และครอบครัวมากน้อยแค่ไหน และหากดำเนินการฟ้องชู้โดยไม่ประสงค์ฟ้องหย่า จะไม่สามารถเรียกค่าทดแทนจากคู่สมรสที่คบชู้ได้

การฟ้องชู้ ถือเป็นคดีแพ่ง ต้องพิจารณาคดี ที่ศาลเยาวชนและครอบครัว โดยกระบวนการ จะเน้นการไกล่เกลี่ยประนีประนอมยอมความกัน มากกว่าการจะต่อสู้คดีให้ถึงที่สุด



ที่มา : ประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา 1516 มาตรา 1523 มาตรา 1525
จัดทำโดย : กลุ่มงานประชาสัมพันธ์ กองกลาง สำนักงานปลัดกระทรวงยุติธรรม

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๓๐ / ๒๕๖๗ วันที่ ๖ สิงหาคม ๒๕๖๗

กระทรวง : กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม

กรม / หน่วยงาน : ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอม ประเทศไทย

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง : ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอม ประเทศไทย

ช่องทางการติดต่อ : ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอม ประเทศไทย โทร. สายด่วน ๑๑๑๑ ต่อ ๘๗

๑) หัวข้อเรื่อง : อุปกรณ์ไอที ใช้อย่างไรให้ปลอดภัย?

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง : อุปกรณ์ไอที ใช้อย่างไรให้ปลอดภัย?

เพื่อป้องกันไม่ให้ข้อมูลสูญหาย หรือเสียหาย ป้องกันการถูกขโมยข้อมูล และป้องกันการถูก
ดักรับข้อมูล ควรใช้วิธีการดังต่อไปนี้เพื่อป้องกันข้อมูล

๑. สำรองข้อมูลไว้ใน Flash Drive หรือ SD Card
๒. อัปเดตซอฟต์แวร์ให้เป็นเวอร์ชันล่าสุด
๓. ไม่เชื่อมต่อ Wi-Fi สาธารณะ หากจำเป็นต้องใช้ควรเชื่อมต่อผ่าน VPN
๔. ระวังตัวเอง และหมั่นสังเกตท่าทีของคนรอบข้างอยู่เสมอ
๕. เข้ารหัสลับข้อมูลทุกอุปกรณ์ และไฟล์ที่สำคัญด้วยรหัสผ่านที่คาดเดายาก
๖. เชื่อมต่อเว็บไซต์ผ่าน HTTPS หรือเว็บไซต์ที่เปิดใช้งานการยืนยันตัวตนแบบสองขั้นตอน
๗. ไม่วางอุปกรณ์ไอทีทิ้งไว้โดยไม่มีคนดูแล
๘. ใช้เทปปิดบังกล้องเว็บแคม หรือใช้ฟิล์มป้องกันการแอบมองหน้าจอ

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

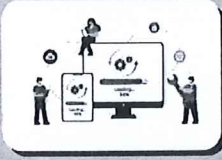
ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอม ประเทศไทย โทร. สายด่วน ๑๑๑๑ ต่อ ๘๗

อุปกรณ์ไอที

ใช้อย่างไรให้ปลอดภัย ?



สำรองข้อมูล
ไว้ใน Flash Drive
หรือ SD Card



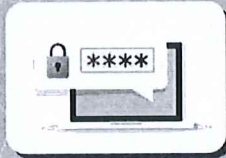
อัปเดตซอฟต์แวร์
ให้เป็นเวอร์ชันล่าสุด



ไม่เชื่อมต่อ Wi-Fi
สาธารณะ



หมั่นสังเกตท่าที
ของคนรอบข้าง



ใช้รหัสผ่าน
ที่คาดเดายาก



เชื่อมต่อเว็บไซต์ผ่าน HTTPS
หรือเว็บไซต์ที่เปิดใช้งาน
การยืนยันตัวตนแบบสองขั้นตอน



ไม่วางอุปกรณ์ไอทีทิ้งไว้
โดยไม่มีคนดูแล



ใช้เทปปิดบัง
กล้องเว็บแคม

ที่มา : ศูนย์ประสานการรักษาความมั่นคงปลอดภัยระบบคอมพิวเตอร์แห่งชาติ

ANTI-FAKE NEWS CENTER ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอม ประเทศไทย

Copyright © 2024, Anti-Fake News Center, All rights reserved

