

กรมนามัย ห่วงสูงวัยล้มล้ม เสี่ยงอันตราย แนะนำ 4 จุดภายในบ้าน



นายแพทย์สุวรรณชัย วัฒนายิ่งเจริญชัย อธิบดีกรมอนามัย กล่าวว่า การหกล้มเป็นอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นบ่อยในผู้สูงอายุโดยเฉพาะช่วงหน้าฝน ส่งผลให้ผู้สูงอายุบาดเจ็บ ทูพพลภาพ หรืออาจถึงขั้นเสียชีวิต เนื่องจากผู้สูงอายุเป็นช่วงวัยที่มีความเสื่อมถอยของสภาพร่างกาย รวมทั้งผู้สูงอายุอาจมีโรคประจำตัว เช่น โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ที่เมื่อหกล้มแล้วจะเกิดอันตรายเพิ่มขึ้นได้ กรมอนามัยจึงขอให้ครอบครัวที่มีผู้สูงอายุอยู่ภายในบ้านควรจัดการสภาพแวดล้อมรอบตัวผู้สูงอายุให้สะอาดปลอดภัยได้ และเฝ้าระวังการดำเนินชีวิตประจำวัน รวมทั้งตรวจสุขภาพ 4 จุดสำคัญภายในบ้าน คือ

- 1) พื้นบ้าน พื้นบ้านที่ลื่น ด้วยสาเหตุเพราะเปียกน้ำ หรือพื้นมันวาว เป็นอุบัติเหตุส่วนใหญ่ของผู้สูงอายุ ดังนั้นจึงควรเลือกพื้นกระเบื้องเรียบ ที่ไม่ลื่น ไม่มันวาว มีความหยาบ เพื่อป้องกันการหกล้มรวมทั้งเมื่อฝนตก หรือมีน้ำหกบริเวณพื้นบ้าน อย่าปล่อยให้แห้งเด็ดขาด ให้รีบหาผ้ามาเช็ดทำความสะอาดให้แห้งทันที ระมัดระวังพื้นบ้าน

ต่างระดับ และควรจัดวางของให้เป็นระเบียบ เพื่อให้ผู้สูงอายุไม่สะดุดและเดินได้สะดวก 2) พื้นห้องครัว ห้องครัวเป็นบริเวณบ้านที่ผู้สูงอายุจะเข้าไปบ่อย เพราะเป็นพื้นที่สำหรับประกอบอาหาร ทำให้พื้นกระเบื้องมีความมันและเสี่ยงต่อการลื่นล้มได้ง่าย จึงควรหมั่นทำความสะอาดคราบมันบริเวณพื้นกระเบื้องให้สะอาด ที่สำคัญควรเก็บของมีคมให้อยู่ในที่ปลอดภัย

- 3) บันได หากห้องนอนของผู้สูงอายุอยู่ชั้น 2 หรือต้องเดินขึ้นลงบันไดอยู่ตลอดเวลา บันไดควรติดราวกันลื่นที่ขอบบันไดเพื่อถ่วงน้ำหนัก ปิดมุมแหลมคมๆ ของบันได และมีราวจับบันไดทุกชั้น ควรเพิ่มแสงสว่างบริเวณบันไดหรือพื้นที่ต่างระดับ ให้มองเห็นได้ชัด แต่ควรจัดห้องนอนผู้สูงอายุไว้ชั้นล่างเพื่อสะดวกในการใช้ชีวิตและไม่ต้องขึ้นลงบันได 4) ห้องน้ำ หากพื้นห้องน้ำเปียกอยู่ตลอดเวลา หรือมีคราบแชมพู ครีมนวด อาจทำให้เสี่ยงต่อการลื่นล้มควรดูแลความสะอาดและเลือก

พื้นกระเบื้องที่ไม่ลื่น หรือแบ่งโซนห้องน้ำเป็น 2 โซน คือ โซนเปียกและโซนแห้งโดยทำพื้นที่เรียบเสมอกัน ไม่มีพื้นต่างระดับ ประตูห้องน้ำควรเป็นแบบเลื่อนง่ายต่อการเปิดปิด และควรติดราวจับเอาไว้ในห้องน้ำเพื่อให้ผู้สูงอายุเอาไว้พยุงเดินจะได้ไม่เกิดการลื่นล้ม ที่สำคัญครอบครัวที่มีผู้สูงอายุ ลูกหลานควรดูแลอย่างใกล้ชิด เพื่อป้องกันการเกิดอุบัติเหตุลื่นล้ม หรือพลัดตกหกล้มที่อาจทำให้ผู้สูงอายุบาดเจ็บ ทูพพลภาพหรือเสียชีวิตได้ ” อธิบดีกรมอนามัย กล่าว

karma
A Better Wheelchair, A Better Fit

3 August 2023

Re: Invitation of 4/2023 Extra Ordinary Meeting of the Shareholders

To: The Shareholders of Karma Mobility Company Limited

According to the resolution of the Board of Directors of Karma Mobility Company Limited, the Board of Directors agreed to call for Extra Ordinary Shareholders Meeting No. 4/2023 on 15 August 2023, 10.00 am, at the office of Karma Mobility Company Limited, 30 Moo 7 Tambol Khamtaleso, Amphur Khamtaleso, Nakhonratchasima Province 30280, Thailand. List of agenda of the Meeting will be as follows:

1. Approval of dividend payment
2. Other (if any)

Please attend the 4/2023 Extra Ordinary Shareholders Meeting of Karma Mobility Company Limited based on the above date, time and venue.

Yours respectfully,



Director

Karma Mobility Co., Ltd., 30 Moo 7 Tambol Khamtaleso, Amphur Khamtaleso
Nakhonratchasima (KORAT) 30280 Thailand Tel: +66(0)44-300957-963, Fax: +66(0)44-300954
www.karma.co.th, E-mail: info@karma.co.th, karma@karma.co.th

ทางออกจากทุกข์นั้นคือ ต้องรับรู้ความจริงต้องป้องกันมิให้กล้ำ
ลึกลงไปในทางแห่งทุกข์ คือควบคุม ตัณหามียอมให้หลุดชักใจไปได้ และถ้า
กล้ำใจลงไปแล้วต้องพยายามถอนใจขึ้นให้จงได้ด้วยปัญญา เพราะเมื่อ
ทุกข์เกิดขึ้นที่จิตใจ ก็ต้องดับจากจิตใจ และจิตใจของทุกคนอาจสมมติ
กล่าวได้ว่าเป็นธรรมชาติกายสิทธิ์ ไม่มีอะไรจะมา ทำลายได้ นอกจาก
จะยอมจนใจของตัวเองเท่านั้น ถ้าทำใจให้เข้มแข็งก็จะเกิดพลังใจขึ้นจน
สามารถต่อสู้ต่างๆ ขจัดขับไล่ตัณหาออก ไปเสียก่อน ความทุกข์ต่างๆ
ก็จะออกไป พร้อมกัน



แบบ พ.๒

หนังสือสำคัญแสดงการจดทะเบียน
ตามพระราชบัญญัติจดทะเบียน พุทธศักราช ๒๕๕๐

เลขทะเบียน **สส๖๖๒/ชธ๖๒**

หนังสือสำคัญนี้ออกให้ไว้เพื่อแสดงว่า สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เลขประจำตัวประชาชน ๓ ๑๐๐๕ ๐๑๐๕๘ ๗๔ ๙ เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย อายุ ๓๗ ปี อาชีพ นักธุรกิจ

ถิ่นที่อยู่บ้านเลขที่ ๗๔๓/๓๗ หมู่ที่ - ซอย ซอย ซอยสิทธิ์ ๒ ถนน เลียบบ้างเหนือ

แขวง / ตำบล หนองแขม เขต / อำเภอ หนองแขม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

เป็น เจ้าของ หนังสือพิมพ์ชื่อ 249 สื่อออนไลน์

มีวัตถุประสงค์ เพื่อลงประกาศข่าวงานราชการและประกาศโฆษณาด้านธุรกิจและกฎหมาย รวมถึงเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารด้านธุรกิจและกฎหมาย และข้อมูลข่าวสารทั่วไปทุกจังหวัด

ภาษาที่หนังสือพิมพ์จะออก ภาษาไทย

ชนิดของหนังสือพิมพ์ที่ออก เป็นแผ่น

ระยะเวลาที่ออกหนังสือพิมพ์ รายวัน

ชื่อสำนักงานของหนังสือพิมพ์ -

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

ชื่อสำนักงานของผู้โฆษณา -

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

ชื่อโรงพิมพ์ที่พิมพ์ บริษัท ๒๔๙ สื่อออนไลน์ จำกัด

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

หนังสือพิมพ์ฉบับนี้

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เป็นผู้พิมพ์

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เป็นผู้โฆษณา

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เป็นบรรณาธิการ

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เป็นเจ้าของกิจการหนังสือพิมพ์

ออกให้ตั้งแต่วันที่ ๗ เดือน กุมภาพันธ์ พุทธศักราช ๒๕๖๒

(ลงชื่อ)

นางสาว กนกอร ศักดาเดช

(นางสาวกนกอร ศักดาเดช)

ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดแห่งชาติ

พนักงานเจ้าหน้าที่จดทะเบียนการพิมพ์สำหรับจังหวัด กรุงเทพมหานคร

