



ชุมทางสาร Tungsong Municipality

เอกสารประชาสัมพันธ์ สำนักงานเทศบาลเมืองทุ่งสง ฉบับที่ ๓๕/๖๑

เทศบาลเมืองทุ่งสง ขอเชิญร่วมโครงการคัดกรองความดันเบาหวาน และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมประชาชน ๓๕ ปี ประจำปี ๒๕๖๑

ปัญหาโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ซึ่งได้แก่ โรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูง เป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญระดับประเทศ ซึ่งนับวันจะทวีความรุนแรงขึ้น เนื่องจากความเจริญทางด้านเทคโนโลยี และสภาพแวดล้อมที่ส่งผลต่อวิถีชีวิตและก่อให้เกิดพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสมสำหรับกลุ่มประชาชนอายุ ตั้งแต่ ๓๕ ปีขึ้นไป ซึ่งมีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูง จึงควรได้รับการตรวจคัดกรองโรคเบาหวาน และวัดความดันโลหิตสูงทุกปี เพื่อให้ ประชาชนได้รู้สถานะสุขภาพและโอกาสที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคของตนเอง เพื่อป้องกันและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงให้ถูกต้อง เพื่อลดอัตราการเกิดโรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูงที่อาจจะเกิดขึ้นได้

โรคความดันโลหิตสูง เกิดจากพฤติกรรมในการดำเนินชีวิต เช่น การรับประทานอาหารที่มีรสเค็ม ซึ่งมีส่วนประกอบของ โซเดียม (เกลือ) และไขมันสูง การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการสูบบุหรี่ อาการในระยะเบื้องต้น จะไม่มีความผิดปกติให้สังเกตเห็น จนกระทั่งมีอาการปวดศีรษะบริเวณท้ายทอยในตอนเช้า คลื่นไส้ อาเจียน ตามัว อ่อนเพลียและใจสั่น ถ้ามีอาการมาก ผู้ป่วยจะรู้สึกแน่นหน้าอก เหนื่อยง่าย นอนราบไม่ได้ หายใจลำบาก หัวใจเต้นผิดปกติ และอาจถึงขั้นเสียชีวิตเฉียบพลัน

โรคเบาหวาน เป็นโรคที่ถ่ายทอดทางพันธุกรรม แต่ยังมีพฤติกรรมเสี่ยงที่จะทำให้เกิดโรคเบาหวานได้อีก เช่น เป็นโรคอ้วนที่มีน้ำหนักเกินมาตรฐาน ไม่ออกกำลังกาย หรือเป็นคนที่มีไขมันในเลือดสูง ซึ่งกลุ่มคนเหล่านี้มีความเสี่ยงในการเป็นโรคเบาหวานได้เช่นกัน ผู้ที่เป็นโรคเบาหวานร่างกายจะไม่สามารถนำน้ำตาลไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ผลที่เกิดขึ้นจึงทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงขึ้น ในระยะยาวจึงอาจมีผลในการทำลายหลอดเลือด และหากไม่ได้รับการรักษาอย่างเหมาะสม ก็อาจนำไปสู่สภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรงได้ อาการที่พบส่วนใหญ่ คือ กระหายน้ำมาก ปากแห้ง ปัสสาวะบ่อย หิวบ่อย น้ำหนักลดหรือเพิ่มผิดปกติ สายตาพร่ามัว เห็นภาพไม่ชัด รู้สึกเหนื่อยง่าย มีอาการชา โดยเฉพาะมือและขา บาดแผลหายยาก เป็นต้น

ในการนี้ เทศบาลเมืองทุ่งสง โดยศูนย์บริการสาธารณสุข จึงได้จัดทำโครงการตรวจคัดกรองความเสี่ยงโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงแก่ประชาชนอายุ ๓๕ ปีขึ้นไป ที่ไม่เป็นโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวานขึ้น เพื่อดำเนินงานตรวจคัดกรองความเสี่ยงต่อโรคเรื้อรังแก่ประชาชนในเขตเทศบาลเมืองทุ่งสง ทั้ง ๒๐ ชุมชน ดังนี้

วัน/เดือน/ปี	เวลา	ชุมชน
๒๗ เม.ย. ๖๑	๐๘.๓๐น. – ๑๒.๐๐น.	เขาปรีดี
๔ พ.ค. ๖๑	๐๘.๓๐น. – ๑๒.๐๐น.	ประชาอุทิศ
๑๑ พ.ค. ๖๑	๐๘.๓๐น. – ๑๒.๐๐น.	หมู่บ้านพัฒนา
๑๘ พ.ค. ๖๑	๐๘.๓๐น. – ๑๒.๐๐น.	บ้านโนนหวัง
๒๕ พ.ค. ๖๑	๐๘.๓๐น. – ๑๒.๐๐น.	เสริมชาติ
๑ มิ.ย. ๖๑	๐๘.๓๐น. – ๑๒.๐๐น.	ท่าแพเหนือ
๘ มิ.ย. ๖๑	๐๘.๓๐น. – ๑๒.๐๐น.	หลังโรงพยาบาล
๑๕ มิ.ย. ๖๑	๐๘.๓๐น. – ๑๒.๐๐น.	ตลาดสด
๒๒ มิ.ย. ๖๑	๐๘.๓๐น. – ๑๒.๐๐น.	ทุ่งสง – นาบอน
๒๙ มิ.ย. ๖๑	๐๘.๓๐น. – ๑๒.๐๐น.	ตลาดใน
๖ ก.ค. ๖๑	๐๘.๓๐น. – ๑๒.๐๐น.	หัวสะพานเหล็ก
๑๓ ก.ค. ๖๑	๐๘.๓๐น. – ๑๒.๐๐น.	ยุทธศาสตร์
๒๐ ก.ค. ๖๑	๐๘.๓๐น. – ๑๒.๐๐น.	ตะวันออกวัดชัยชุมพล
๓ ส.ค. ๖๑	๐๘.๓๐น. – ๑๒.๐๐น.	ท่าแพใต้
๑๐ ส.ค. ๖๑	๐๘.๓๐น. – ๑๒.๐๐น.	บ้านนาเหนือ
๑๗ ส.ค. ๖๑	๐๘.๓๐น. – ๑๒.๐๐น.	โดมทองธานี
๒๔ ส.ค. ๖๑	๐๘.๓๐น. – ๑๒.๐๐น.	เปรมประชา
๓๑ ส.ค. ๖๑	๐๘.๓๐น. – ๑๒.๐๐น.	บ้านพักรถไฟ
๗ ก.ย. ๖๑	๐๘.๓๐น. – ๑๒.๐๐น.	ทุ่งสง – ห้วยยอด
๑๔ ก.ย. ๖๑	๐๘.๓๐น. – ๑๒.๐๐น.	ราชบริพัตร
๒๑ ก.ย. ๖๑	๐๘.๓๐น. – ๑๒.๐๐น.	ย่านการค้า

เทศบาลเมืองทุ่งสง จึงขอประชาสัมพันธ์ไปยังพี่น้องประชาชนชาวทุ่งสงทุกท่านได้รับทราบ และเข้าร่วมโครงการตรวจคัดกรองโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน เพื่อลดอัตราผู้ป่วยรายใหม่ในเขตเทศบาลเมืองทุ่งสง และเชิญชวนประชาชนชาวทุ่งสงทุกท่าน เข้ารับการตรวจสุขภาพอย่างน้อยปีละหนึ่งครั้ง ควบคู่กับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่จะส่งผลกระทบต่อสุขภาพ เช่น หมั่นออกกำลังกาย ลดการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ งดการสูบบุหรี่ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ไม่ทานอาหารรสจัด เค็มจัด หวานจัด มาร่วมกันเป็นส่วนหนึ่งในการร่วมสร้างเมืองทุ่งสง ให้เป็นเมืองที่ประชาชนมีความสุข ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ ด้วยปรารถนาดีจากเทศบาลเมืองทุ่งสง

งานประชาสัมพันธ์ เทศบาลเมืองทุ่งสง

๒๕ เมษายน ๒๕๖๑

