



# ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๑๔/ ๒๕๖๖

ลำดับ	เรื่อง	หน่วยงาน	เอกสารประกอบ
<b>มาตรการด้านการปรับสมดุลและพัฒนาระบบการบริหารจัดการภาครัฐ</b>			
๑.	การเรียกหลักฐานอันเป็นต้นฉบับประกอบการจดทะเบียนสิทธิและนิติกรรมและธุรกรรมอันเกี่ยวกับอสังหาริมทรัพย์	กระทรวงมหาดไทย	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
<b>มาตรการด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์</b>			
๒.	รัฐบาลแจงไม่มีการตัดสิทธิ ยกเลิกสิทธิบัตรทองขอประชาชนอย่าหลงเชื่อข้อความแจ้งอัปเดตข้อมูล	สำนักนายกรัฐมนตรี	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๓.	กรมบัญชีกลางเตือน ผู้ได้รับสิทธิบัตรสวัสดิการแห่งรัฐอย่าหลงเชื่อการเชิญชวนให้ยกเลิกสิทธิบัตรสวัสดิการแห่งรัฐ	กระทรวงการคลัง	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๔.	กรณีข้อมูลส่วนบุคคล ถูกเผยแพร่และเป็นผู้เสียหายต้องทำอะไร	กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๕.	รู้ก่อนติดตั้ง Solar cell มีกี่ระบบ อะไรบ้าง	กระทรวงพลังงาน	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๖.	๙ วิธี ประหยัดน้ำยังไง ให้รอดหน้าแล้ง	กระทรวงมหาดไทย	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๗.	กระทรวงยุติธรรม เสริมสร้างการรับรู้ด้านกฎหมายที่เกี่ยวข้องในชีวิตประจำวันแก่ประชาชน ตอน โปสเตอร์ภาพวาบหวิว อาจถูกจับ-ปรับ	กระทรวงยุติธรรม	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๘.	วธ.ร่วมแสดงความยินดี “โนรา” เผยแพร่ทั่วโลก UNESCO โขว์ภาพบนเฟสบุ๊คสร้างการรับรู้ระดับนานาชาติ ขณะที่นิตยสาร TIME เลือกภาคอีสาน- ภูเก็ต ติด ๑ ใน ๕๐ สุดยอดสถานที่ของโลกปี ๒๐๒๓	กระทรวงวัฒนธรรม	รูปภาพประกอบ ๑ ชุด
๙.	ทำความรู้จัก ซีเซียม-๑๓๗	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๑๐.	รับมือโรคฤดูร้อน ด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๑๑.	ระวัง โรคลมร้อน หรือ ฮีทสโตรก	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด

## หมายเหตุ

- ข้อมูลดังกล่าวเป็นข้อมูลเพื่อการสร้างการรับรู้ที่มาจากทุกกระทรวงตามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือการบูรณาการเสริมสร้างการรับรู้สู่ชุมชน จังหวัดสามารถหาข้อมูลเพิ่มเติมหรือขยายความข้อมูลที่ใช้นเฉพาะพื้นที่ได้ตามความถูกต้องและเหมาะสม
- ให้จังหวัดนำข้อมูลเพื่อสร้างการรับรู้ตามแนวทางที่กำหนด ตามหนังสือกระทรวงมหาดไทย ด่วนที่สุด ที่ มท ๐๒๐๖.๒/ว ๑๔๔๙ ลงวันที่ ๕ มีนาคม ๒๕๖๒ เรื่อง แนวทางการสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
- จังหวัดสามารถดาวน์โหลดข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชนได้ที่ ช่องทางไลน์ (Line) กลุ่ม “ข้อมูลข่าวสารเพื่อการสร้างการรับรู้” และเว็บไซต์กองสารนิเทศ สป. หัวข้อ “การสร้างการรับรู้สู่ชุมชน”

\*\*\*\*\*

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน  
ครั้งที่ ๑๔ / ๒๕๖๖ วันที่ ๑๑ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงมหาดไทย

กรม / หน่วยงาน กรมที่ดิน

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมที่ดิน

ช่องทางการติดต่อ กรมที่ดิน call center กรมที่ดิน ๐ ๒๑๔๑ ๕๕๕๕

- ๑) หัวข้อเรื่อง การเรียกหลักฐานอันเป็นต้นฉบับประกอบการจดทะเบียนสิทธิและนิติกรรมและธุรกรรมอันเกี่ยวกับอสังหาริมทรัพย์
- ๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

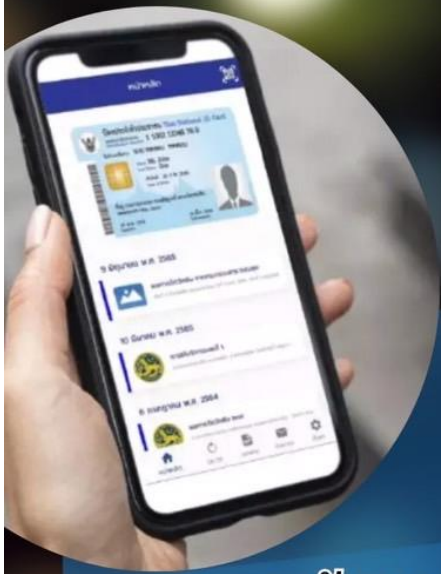
**เรื่อง การเรียกหลักฐานอันเป็นต้นฉบับประกอบการจดทะเบียนสิทธิและนิติกรรมและธุรกรรม  
อันเกี่ยวกับอสังหาริมทรัพย์**

กระทรวงมหาดไทย โดยกรมที่ดิน แจ้งประชาสัมพันธ์ การเรียกหลักฐานอันเป็นต้นฉบับประกอบการจดทะเบียนสิทธิและนิติกรรมและธุรกรรมอันเกี่ยวกับอสังหาริมทรัพย์ พนักงานเจ้าหน้าที่สามารถเรียกหลักฐานบัตรประจำตัวประชาชนหรือให้ผู้ขอแสดงข้อมูลจากสมาร์ทโฟนที่ได้รับการพิสูจน์และยืนยันตัวตนทางดิจิทัล (DOPA-Digital ID) ผ่านแอปพลิเคชัน ThaiD แสดงแทนการใช้บัตรประจำตัวประชาชนเพื่อใช้เป็นหลักฐานประกอบการพิจารณาตัวบุคคลตามอำนาจหน้าที่ได้

ทั้งนี้ สามารถติดต่อสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ call center กรมที่ดิน ๐ ๒๑๔๑ ๕๕๕๕

\*\*\*\*\*

# การเรียกหลักฐานอันเป็นต้นฉบับ ประกอบการจดทะเบียนสิทธิและนิติกรรม และธุรกรรมอันเกี่ยวกับอสังหาริมทรัพย์



พนักงานเจ้าหน้าที่สามารถเรียกหลักฐาน  
บัตรประจำตัวประชาชน หรือ ให้ผู้ขอแสดงข้อมูลจากสมาร์ทโฟน  
ที่ได้รับการพิสูจน์และยืนยันตัวตนทางดิจิทัล

**(DOPA-Digital ID)**

ผ่านแอปพลิเคชัน ThaiID แสดงแทนการใช้บัตรประจำตัวประชาชน  
เพื่อใช้เป็นหลักฐานประกอบการพิจารณาตัวบุคคลตามอำนาจหน้าที่ได้

ตามหนังสือกรมที่ดิน ที่ มท ๐๕๐๕.๑/ว ๖๔๔๙ ลงวันที่ ๓๑ มีนาคม ๒๕๖๖



กรมที่ดิน Fanpage



กรมที่ดิน



กรมที่ดิน Channel



DOL - PR



@SmartLands



สำนักมาตรฐานการทะเบียนที่ดิน  
กรมที่ดิน กระทรวงมหาดไทย

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน  
ครั้งที่ ๑๔ / ๒๕๖๖ วันที่ ๑๑ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวง สำนักงานรัฐมนตรี

กรม / หน่วยงาน สำนักงานรัฐมนตรี

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ

ช่องทางการติดต่อ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ โทร. ๑๓๓๐

- ๑) หัวข้อเรื่อง รัฐบาลแจงไม่มีการตัดสิทธิ ยกเลิกสิทธิบัตรทอง ขอประชาชนอย่าหลงเชื่อข้อความแจ้งอัปเดตข้อมูล
- ๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

**เรื่อง รัฐบาลแจงไม่มีการตัดสิทธิ ยกเลิกสิทธิบัตรทอง ขอประชาชนอย่าหลงเชื่อ  
ข้อความแจ้งอัปเดตข้อมูล**

นางสาวรัชดา ธนาดิเรก รองโฆษกประจำสำนักนายกรัฐมนตรี ย้ำเตือน!! ประชาชนอย่าหลงเชื่อข่าวลือในสื่อออนไลน์ กรณีมีการเผยแพร่ลอกหลวงประชาชนโดยส่งข้อความ SMS ความว่า **“แจ้งอัปเดตข้อมูลบัตรประกันสุขภาพถ้วนหน้า หรือบัตรทองให้เป็นข้อมูลปัจจุบัน มิฉะนั้นจะถูกตัดสิทธิทันที”** ซึ่งจากการตรวจสอบไปยังสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.) พบว่าข้อมูลดังกล่าวเป็นข้อมูลเท็จ

สปสช. ไม่มีนโยบายโทรหรือส่ง SMS สอบถามข้อมูลส่วนบุคคลแต่อย่างใด SMS เหล่านี้ไม่ได้ส่งจาก สปสช. แต่เป็นการแอบอ้างชื่อเพื่อลอกให้เปิดเผยข้อมูลส่วนบุคคลแก่กลุ่มมิจฉาชีพ โปรดอย่าหลงเชื่อคลิกลิงก์ที่แนบมาด้วย เพราะมีความเสี่ยงที่อาจจะถูกแฮ็กข้อมูลส่วนบุคคลและข้อมูลทางการเงิน หรืออาจถูกลอกด้วยวิธีการต่าง ๆ สิทธิบัตรทองนั้น เป็นสิทธิการรักษาพื้นฐานสำหรับคนไทยทุกคน ไม่มีการตัดสิทธิใด ๆ ทั้งสิ้น ประชาชนอย่าหลงเชื่อข้อมูลดังกล่าว อย่าคลิกลิงก์ที่แนบมากับข้อความ และ ขอความร่วมมือไม่ส่งหรือแชร์ข้อมูลดังกล่าวต่อในช่องทางสื่อสังคมออนไลน์ต่าง ๆ

ทั้งนี้ สามารถติดตามข้อมูลที่เว็บไซต์ [www.nhso.go.th](http://www.nhso.go.th) หรือ สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ โทร. ๑๓๓๐





**NNT**

**บัตรประกันสุขภาพถ้วน**

เลขที่บัตร 8911111111 สิทธิหลักประกันสุขภาพถ้วน

ที่อยู่ หมู่ ๘ ต. ทดองศาล อ. ศรีสำโรง จ. สุโขทัย

ชื่อ นาย - -

เลขประจำตัวประชาชน 9-9999-99999-99-9 วันเกิด ๐

หน่วยบริการปฐมภูมิประจำครอบครัว(1) / หน่วยบริการประจำ(รับ

[1] รพท. ศรีสังว

[2] รพท. ศรีสังว

วันออกบัตร 15 เม.ย. 2552

วันหมดสิทธิ 31 ธ.ค. 2563

นายวิชา แก้วกร  
รัฐมนตรีว่าการกระทรวง

# ไม่ตัดสิทธิ ไม่ยกเลิกสิทธิบัตรทอง ประชาชนอย่าหลงเชื่อ!!

[thainews.prd.go.th](http://thainews.prd.go.th) สำนักข่าว นรมประชาสัมพันธ์ [nnt\\_hotnews](#) [nnt\\_thainews](#)

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน  
ครั้งที่ ๑๔ / ๒๕๖๖ วันที่ ๑๑ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงการคลัง

กรม / หน่วยงาน กรมบัญชีกลาง

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมบัญชีกลาง

ช่องทางการติดต่อ กรมบัญชีกลาง โทรศัพท์ : ๐ ๒๒๗๐ ๖๔๐๐

- ๑) หัวข้อเรื่อง กรมบัญชีกลางเตือน ผู้ได้รับสิทธิบัตรสวัสดิการแห่งรัฐ อย่าหลงเชื่อการเชิญชวนให้ยกเลิกสิทธิบัตรสวัสดิการแห่งรัฐ
- ๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

**เรื่อง กรมบัญชีกลางเตือน ผู้ได้รับสิทธิบัตรสวัสดิการแห่งรัฐ อย่าหลงเชื่อการเชิญชวน  
ให้ยกเลิกสิทธิบัตรสวัสดิการแห่งรัฐ**

นางสาววารีย์ แวนแก้ว รองอธิบดีกรมบัญชีกลาง ในฐานะโฆษกกรมบัญชีกลาง เปิดเผยว่า กรมบัญชีกลางได้รับแจ้งว่าขณะนี้มีผู้แอบอ้างและเชิญชวนให้ประชาชนที่ได้รับสิทธิตามโครงการลงทะเบียนเพื่อสวัสดิการแห่งรัฐ ปี ๒๕๖๕ มายกเลิกสิทธิสวัสดิการแห่งรัฐที่กรมบัญชีกลางหรือสำนักงานคลังจังหวัด และผู้แอบอ้างจะโอนเงินให้ผู้มีสิทธิเพื่อเป็นการตอบแทนด้วยจำนวนเงินต่างๆ ตามที่ผู้แอบอ้างเชิญชวนขอประชาชนผู้มีสิทธิอย่าหลงเชื่อและขอให้ตรวจสอบข้อมูลที่ถูกต้อก่อนการตัดสินใจยกเลิกสิทธิสวัสดิการแห่งรัฐ โดยสามารถตรวจสอบข้อมูลได้ที่ Call Center บัตรสวัสดิการแห่งรัฐ หมายเลข ๐ ๒๑๐๙ ๒๓๔๕ หรือ Call Center กรมบัญชีกลาง ๐ ๒๒๗๐ ๖๔๐๐ หากผู้มีสิทธิทำการยกเลิกสิทธิสวัสดิการแห่งรัฐแล้ว จะไม่สามารถขอคืนสิทธิได้

\*\*\*\*\*



**กรมบัญชีกลาง**  
**เตือน!**

“ผู้ไม่หวังดี เชิญชวนให้ยกเลิก  
ใช้สิทธิบัตรสวัสดิการแห่งรัฐ  
แล้วจะได้รับค่าตอบแทนจากการ  
ยกเลิกสิทธิ”

**อย่าหลงเชื่อ**

กรมบัญชีกลาง : The Comptroller General's Department      Call center : 0 2270 6400

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน  
ครั้งที่ ๑๔ / ๒๕๖๖ วันที่ ๑๑ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม  
กรม / หน่วยงาน กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม  
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม  
ช่องทางการติดต่อ กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม โทร. ๑๒๑๒

- ๑) หัวข้อเรื่อง กรณีข้อมูลส่วนบุคคลถูกเผยแพร่และเป็นผู้เสียหายต้องทำอย่างไร
- ๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

**เรื่อง กรณีข้อมูลส่วนบุคคลถูกเผยแพร่และเป็นผู้เสียหายต้องทำอย่างไร**

กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม มีข้อเสนอแนะ กรณีข้อมูลส่วนบุคคลถูกเผยแพร่และเป็นผู้เสียหายต้องทำอย่างไร ดังนี้

๑. หากรู้ว่าใครเผยแพร่ข้อมูลให้ติดต่อ และใช้สิทธิ์ตามกฎหมายคุ้มครองข้อมูลส่วนบุคคล เพื่อให้ผู้เผยแพร่ลบข้อมูลโดยเร็ว หากผู้เผยแพร่ไม่ดำเนินการสามารถติดต่อ ๐๒-๑๔๑๖๙๙๖ สำนักงานคณะกรรมการคุ้มครองข้อมูลส่วนบุคคล และหรือ หากมีข้อสงสัยสามารถสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ โทร. ๑๒๑๒

๒. หากไม่รู้ว่าใครเป็นผู้เผยแพร่ให้รีบแจ้งความได้ที่ [www.thaipoliceonline.com](http://www.thaipoliceonline.com) หรือ สถานีตำรวจทั่วประเทศหรือติดต่อ ๑๔๔๑ ตำรวจไซเบอร์

ทั้งนี้ การนำข้อมูลส่วนบุคคลที่เผยแพร่อย่างผิดกฎหมายไปใช้จะมีความผิด

\*\*\*\*\*





# กรณี ข้อมูลส่วนบุคคล



## ถูกเผยแพร่และเป็นผู้เสียหายต้องทำอย่างไร

1.

หากรู้ว่าใครเผยแพร่ข้อมูลให้ติดต่อ และใช้สิทธิ์ตามกฎหมายคุ้มครองข้อมูลส่วนบุคคลเพื่อให้ ผู้เผยแพร่ลบข้อมูลโดยเร็ว

หากผู้เผยแพร่ไม่ดำเนินการสามารถติดต่อ 02-1416996 สำนักงานคณะกรรมการคุ้มครองข้อมูลส่วนบุคคล

2.

หากไม่รู้ว่าใครเป็นผู้เผยแพร่ให้รีบแจ้งความได้ที่ [www.thaipoliceonline.com](http://www.thaipoliceonline.com) หรือสถานีตำรวจทั่วประเทศ หรือติดต่อ 1441 ตำรวจไซเบอร์



ทั้งนี้การนำข้อมูลส่วนบุคคลที่เผยแพร่อย่างผิดกฎหมายไปใช้จะมีความผิด



แจ้งปัญหาภัยออนไลน์  
ติดต่อได้ที่ **1212**  
สายด่วนกระทรวงดิจิทัลฯ



**ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน**  
ครั้งที่ ๑๔ / ๒๕๖๖ วันที่ ๑๑ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงพลังงาน

กรม / หน่วยงาน กระทรวงพลังงาน

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กระทรวงพลังงาน

ช่องทางการติดต่อ กระทรวงพลังงาน โทรศัพท์ : ๐-๒๑๔๐-๖๐๐๐

๑) หัวข้อเรื่อง รุก่อนติดตั้ง Solar cell มีกี่ระบบ อะไรบ้าง

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

**เรื่อง รุก่อนติดตั้ง Solar cell มีกี่ระบบ อะไรบ้าง**

“โซลาร์เซลล์” หนึ่งในพลังงานทางเลือกที่ได้รับความนิยมมากขึ้น และหลายคนก็ได้เริ่มใช้งานกันไปบ้างแล้ว รวมถึงกลุ่มโรงงานอุตสาหกรรมต่าง ๆ เพราะช่วยประหยัดต้นทุนค่าไฟ หลังจากที่ในปัจจุบันค่าไฟได้มีการปรับตัวเพิ่มสูงขึ้น วันนี้กระทรวงพลังงานขอแนะนำเสนอเกี่ยวกับ ระบบแผงโซลาร์เซลล์ ว่าแต่ระบบนั้นมีข้อแตกต่างกันอย่างไร เพื่อเป็นความรู้ประกอบการตัดสินใจให้กับผู้ที่ต้องการติดตั้ง เพราะในอนาคตเราอาจจำเป็นต้องใช้โซลาร์เซลล์อย่างจริงจัง โซลาร์เซลล์ (Solar Cell) คือพลังงานไฟฟ้าที่ผลิตมาจากแสงอาทิตย์ ผ่านการติดตั้งอุปกรณ์ที่เราเรียกว่า “แผงโซลาร์เซลล์” ซึ่งทำหน้าที่เปลี่ยนพลังงานแสงอาทิตย์มาเป็นพลังงานไฟฟ้า โดยระบบแผงโซลาร์เซลล์ แบ่งออกเป็น ๓ ระบบ ดังนี้

**๑. ระบบออนกริด (On-Grid) :** เป็นระบบที่เชื่อมต่อการไฟฟ้า และไฟฟ้าที่ผลิตได้จากแผงโซลาร์ เหมาะกับบ้านที่ใช้ไฟฟ้าในช่วงเวลากลางวัน ไม่มีแบตเตอรี่ สามารถผลิตไฟฟ้าแล้วใช้ได้เลย เป็นที่นิยม เพราะสามารถขายคืนให้การไฟฟ้าได้ ทั้งนี้ต้องมีการขออนุญาตการไฟฟ้าก่อนติดตั้งด้วย

**๒. ระบบออฟกริด (Off-Grid) :** การทำงานเหมือนกันกับระบบออนกริด แตกต่างคือไม่เชื่อมต่อการไฟฟ้า จึงไม่ต้องขออนุญาตติดตั้งจากการไฟฟ้า เหมาะกับสถานที่ที่ไฟฟ้าเข้าไม่ถึง และพื้นที่ห่างไกล

**๓. ระบบไฮบริด (Hybrid) :** มีข้อแตกต่างจากทั้งสองระบบคือ มีแบตเตอรี่มาสำรองพลังงาน ในกรณีที่แผงโซลาร์ผลิตกระแสไฟฟ้ามากเกินไปกว่าการใช้งาน และสามารถดึงมาใช้ในช่วงเวลากลางคืน หรือสามารถดึงเอาไฟฟ้าในแบตเตอรี่มาใช้งานได้ในเวลาที่ไฟฟ้าตก หรือดับได้ ซึ่งระบบนี้ไม่สามารถขายไฟฟ้าให้กับภาครัฐได้

ดวงอาทิตย์ เป็นแหล่งพลังงานที่ไม่มีวันดับและมีปริมาณไม่จำกัด ซึ่งแตกต่างอย่างเห็นได้ชัดจากพลังงานชนิดอื่นๆ ที่มีอยู่อย่างจำกัด และใช้แล้วหมดไปไม่ว่าจะเป็นก๊าซธรรมชาติ น้ำมัน ถ่านหิน เป็นต้น จึงทำให้โซลาร์เซลล์ ถูกเลือกเป็นอันดับต้น ๆ ในด้านพลังงานทางเลือกที่ยั่งยืน

ทั้งนี้ สามารถติดต่อสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ กระทรวงพลังงาน โทร. ๐-๒๑๔๐-๖๐๐๐

\*\*\*\*\*

# รู้ก่อนติดตั้ง Solar cell มีที่ระบบอะไรบ้าง?

## ระบบแผงโซลาร์เซลล์ แบ่งออกเป็น 3 ระบบ

**1 ON GRID**  
ระบบพลังงานแสงอาทิตย์ที่เชื่อมต่อกับระบบของการไฟฟ้า หากผลิตไฟเกินการใช้งานสามารถขายไฟคืนให้กับการไฟฟ้าได้

**2 OFF GRID**  
ระบบพลังงานที่ไม่จำเป็นต้องเชื่อมต่อการไฟฟ้า เหมาะสำหรับพื้นที่ห่างไกลที่การไฟฟ้าเข้าไม่ถึง

**3 HYBRID**  
เป็นการผสมระหว่าง 2 ระบบ ใช้ได้ทั้งกลางวันและกลางคืน และสามารถใช้เป็นไฟฉุกเฉินสำหรับเครื่องใช้ไฟฟ้าที่สำคัญ

ที่มา : EV Power Energy

กระทรวงพลังงาน  
MINISTRY OF ENERGY

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน  
ครั้งที่ ๑๔ / ๒๕๖๖ วันที่ ๑๑ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงมหาดไทย

กรม / หน่วยงาน การประปาส่วนภูมิภาค

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง การประปาส่วนภูมิภาค

ช่องทางการติดต่อ การประปาส่วนภูมิภาค โทร. ๑๖๖๒

๑) หัวข้อเรื่อง ๙ วิธี ประหยัดน้ำยังง ใ้รอดหน้าแล้ง

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

**เรื่อง ๙ วิธี ประหยัดน้ำยังง ใ้รอดหน้าแล้ง**

กระทรวงมหาดไทย โดยการประปาส่วนภูมิภาค มีข้อเสนอแนะ ๙ วิธี ประหยัดน้ำยังง ใ้รอดหน้าแล้ง ดังนี้

๑. ล้างภาชนะต่างๆ : เช็ดคราบสกปรกออกก่อน เพื่อให้ล้างง่ายยิ่งขึ้นและรองน้ำในอ่างล้างจานหรือกะละมังแล้วจึงค่อยล้างจะประหยัดกว่าการเปิดก๊อกน้ำตลอดเวลา

๒. ซักผ้า : รวบรวมปริมาณผ้าให้ได้มากพอต่อการซักแต่ละครั้ง และเหมาะสมกับการใช้ผงซักฟอก

๓. ล้างมือ : ระหว่างถูสบู่ล้างมือ ควรปิดก๊อกน้ำเพื่อไม่ให้น้ำเปลืองโดยเปล่าประโยชน์

๔. อาบน้ำ : ปิดฝักบัว/ก๊อกน้ำ ขณะสระผมหรือฟอกสบู่และกระชับเวลาการอาบน้ำให้สั้นลงจะช่วยประหยัดน้ำได้มากขึ้น

๕. แปรงฟัน : ใช้แก้วรองน้ำบ้วนปากและแปรงฟัน

๖. การทำความสะอาดพื้น : ควรใช้ภาชนะรองน้ำก่อนที่จะนำไปเช็ดถูแทนการใช้สายยางฉีดน้ำล้างทำความสะอาดพื้นโดยตรง

๗. ล้างรถ : รองน้ำใส่ถัง แล้วใช้ผ้าจุ่มน้ำเช็ดทำความสะอาดรถจะประหยัดน้ำกว่าการใช้สายยางฉีด

๘. รดน้ำต้นไม้ : ใช้ฝักบัวรดน้ำต้นไม้ประหยัดน้ำได้มากกว่าใช้สายยางฉีดน้ำ

๙. ล้างผัก ผลไม้ : ใช้ภาชนะรองน้ำจะประหยัดกว่าเปิดล้างจากก๊อกโดยตรงและน้ำที่ใช้แล้วสามารถนำไปรดน้ำต้นไม้ หรือใช้ประโยชน์อย่างอื่นต่ออีกได้

ทั้งนี้ สามารถติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ การประปาส่วนภูมิภาค โทร. ๑๖๖๒

\*\*\*\*\*



# 9 วิธี

## ประหยัดน้ำยังไ้ให้รอดหน้าแล้ง



### ล้างภาชนะต่าง ๆ

เช็ดคราบสกปรกออกก่อน เพื่อให้ล้างง่ายยิ่งขึ้น และร่อนน้ำในอ่างล้างจานหรือกะละมังแล้วจึงค่อยล้าง จะประหยัดกว่าการเปิดก๊อกน้ำตลอดเวลา



### ซักผ้า

รวบรวมปริมาณผ้าให้ได้มากที่สุด ต่อการซักแต่ละครั้ง และเหมาะสมกับการใช้ผงซักฟอก



### ล้างมือ

ระหว่างถูสบู่ล้างมือ ควรปิดก๊อกน้ำ เพื่อไม่ให้สิ้นเปลืองน้ำโดยเปล่าประโยชน์



### อาบน้ำ

ปิดฝักบัว/ก๊อกน้ำ ขณะสระผมหรือฟอกสบู่ และกระชับเวลาการอาบน้ำให้สั้นลง จะช่วยประหยัดน้ำได้มากขึ้น



### แปรงฟัน

ใช้แก้วร่อนน้ำวันปากและแปรงฟัน



### การทำมาสะอาดพื้น

ควรใช้ภาชนะรองน้ำก่อนที่จะนำไปเช็ดดู แทนการใช้สายยางฉีดน้ำล้างทำความสะอาดพื้นโดยตรง



### ล้างรถ

ร่อนน้ำใส่ถัง แล้วใช้ฟองน้ำเช็ด ทำความสะอาดรถจะประหยัดน้ำกว่าการใช้สายยางฉีด



### รดน้ำต้นไม้

ใช้ฝักบัวรดน้ำต้นไม้ ประหยัดน้ำได้มากกว่า ใช้สายยางฉีดน้ำ



### ล้างผัก ผลไม้

ใช้ภาชนะรองน้ำจะประหยัดกว่า เปิดล้างจากก๊อกโดยตรงและน้ำที่ไหลแล้ว สามารถนำไปรดต้นไม้ หรือใช้ประโยชน์อย่างอื่นต่ออีกได้

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน  
ครั้งที่ ๑๔ / ๒๕๖๖ วันที่ ๑๑ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงยุติธรรม

กรม / หน่วยงาน สำนักงานปลัดกระทรวงยุติธรรม

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กองกลาง สำนักงานปลัดกระทรวงยุติธรรม

ช่องทางการติดต่อ กลุ่มงานประชาสัมพันธ์ กองกลาง สำนักงานปลัดกระทรวงยุติธรรม โทร ๐๖ ๑๙๙๓ ๙๕๒๕

๑) หัวข้อเรื่อง กระทรวงยุติธรรม เสริมสร้างการรับรู้ด้านกฎหมายที่เกี่ยวข้องในชีวิตประจำวันแก่ประชาชน ตอน โปสต์ภาพวาทะ อัจฉริยะ-ปรับ

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

**เรื่อง กระทรวงยุติธรรม เสริมสร้างการรับรู้ด้านกฎหมายที่เกี่ยวข้องในชีวิตประจำวันแก่ประชาชน  
ตอน โปสต์ภาพวาทะ อัจฉริยะ-ปรับ**

การโพสต์ภาพไปเปลือย เปิดเผยเรือนร่าง หรือกระทำการลามกบนสื่อสังคมออนไลน์ เป็นกรณีนำเข้าสู่ข้อมูล คอมพิวเตอร์ใดๆ ที่มีลักษณะอันลามก เข้าสู่ระบบคอมพิวเตอร์และข้อมูลคอมพิวเตอร์นั้นประชาชนทั่วไปอาจเข้าถึงได้ มีความผิดตามพระราชบัญญัติว่าด้วยการกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ พ.ศ. ๒๕๕๐ และที่แก้ไขเพิ่มเติม มาตรา ๑๔ (๔) และ (๕) ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกิน ๕ ปี หรือปรับไม่เกิน ๑๐๐,๐๐๐ บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

นอกจากนี้ พฤติกรรมดังกล่าวยังเข้าข่ายความผิดอาญา เพราะเป็นการกระทำการอันควรขายหน้าต่อหน้าธารกำนัล โดยเปลือยหรือเปิดเผยร่างกายหรือกระทำการลามกอย่างอื่น ตามประมวลกฎหมายอาญา มาตรา ๓๘๘ ต้องระวางโทษปรับไม่เกิน ๕,๐๐๐ บาท อีกด้วย

คำว่า ธารกำนัล หมายถึง กระทำในลักษณะที่เปิดเผยให้บุคคลอื่นสามารถเห็นได้ ทั้งนี้แม้จะมีคนอื่นเห็นหรือไม่ก็ตาม ซึ่งสื่อออนไลน์มีลักษณะตามความหมายดังกล่าวที่บุคคลสามารถเข้าถึงได้

ข้อมูลจาก : ประมวลกฎหมายอาญามาตรา ๓๘๘, พระราชบัญญัติว่าด้วยการกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ พ.ศ. ๒๕๕๐ และที่แก้ไขเพิ่มเติม มาตรา ๑๔ (๔) และ (๕)

ทั้งนี้ ประชาชนทั่วไปสามารถขอรับคำปรึกษาด้านกฎหมาย บริการด้านงานยุติธรรมต่าง ๆ หรือสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่

๑. สายด่วนยุติธรรม ๑๑๑๑ กด ๗๗ ฟรีตลอด ๒๔ ชั่วโมง

๒. จดหมาย : ตู้ไปรษณีย์ ๓ หลักสี่ กทม. ๑๐๒๑๐

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

๔. อีเมลล์ : [complainingcenter@moj.go.th](mailto:complainingcenter@moj.go.th)

๕. แอปพลิเคชันไลน์ Lind id : Svlo๐๗

๖. เฟซบุ๊ก : ศูนย์บริการร่วมกระทรวงยุติธรรม และกระทรวงยุติธรรม Ministry Of Justice, Thailand

๗. แอปพลิเคชัน Justice Care : บริการรับเรื่องยุติธรรมสร้างสุข

๘. สำนักงานยุติธรรมจังหวัดทั่วประเทศ

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

\*\*\*\*\*





# โพสต์ภาพวาบหวาม อาจถูกจับ-ปรับ

การโพสต์ภาพโป๊เปลือย เปิดเผยเรือนร่าง  
หรือกระทำความกบนสื่อสังคมออนไลน์  
เป็นกรณีนำเข้าสู่ข้อมูลคอมพิวเตอร์ใดๆ  
ที่มีลักษณะอันลามก เข้าสู่ระบบคอมพิวเตอร์  
และข้อมูลคอมพิวเตอร์นั้นประชาชนทั่วไปอาจเข้าถึงได้



มีความผิดตามพระราชบัญญัติ  
ว่าด้วยการกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ พ.ศ. 2550  
และที่แก้ไขเพิ่มเติม มาตรา 14 (4) และ (5)

**ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกิน 5 ปี หรือปรับไม่เกิน 100,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ**

นอกจากนี้ พฤติกรรมดังกล่าวยังเข้าข่ายความผิดอาญา  
เพราะเป็นการกระทำการอันควรขายหน้าต่อหน้าธารกำนัล  
โดยเปลือยหรือเปิดเผยร่างกายหรือกระทำการลามกอย่างอื่น  
ตามประมวลกฎหมายอาญา มาตรา 388

**ต้องระวางโทษปรับไม่เกิน 5,000 บาท อีกด้วย**



คำว่า **ธารกำนัล** หมายถึง กระทำในลักษณะที่เปิดเผยให้บุคคลอื่นสามารถเห็นได้  
ทั้งนี้แม้จะมีคนอื่นเห็นหรือไม่ก็ตามซึ่งสื่อออนไลน์มีลักษณะตามความหมายดังกล่าวที่บุคคลสามารถเข้าถึงได้

ข้อมูลจาก : ประมวลกฎหมายอาญามาตรา 388  
พระราชบัญญัติว่าด้วยการกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์  
พ.ศ. 2550 และที่แก้ไขเพิ่มเติม มาตรา 14 (4) และ (5)

จัดทำโดย กลุ่มงานประชาสัมพันธ์ กองกลาง สำนักงานปลัดกระทรวงยุติธรรม



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน  
ครั้งที่ ๑๔ / ๒๕๖๖ วันที่ ๑๑ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงวัฒนธรรม

กรม / หน่วยงาน กระทรวงวัฒนธรรม

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กระทรวงวัฒนธรรม

ช่องทางการติดต่อ กระทรวงวัฒนธรรม

- ๑) หัวข้อเรื่อง วธ.ร่วมแสดงความยินดี “โนรา” เผยแพร่ทั่วโลก UNESCO โชว์ภาพบนเฟสบุ๊กสร้างการรับรู้ระดับนานาชาติ ขณะที่นิตยสาร TIME เลือกภาคอีสาน- ภูเก็ต ติด ๑ ใน ๕๐ สุดยอดสถานที่ของโลกปี ๒๐๒๓
- ๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

**เรื่อง วธ.ร่วมแสดงความยินดี “โนรา” เผยแพร่ทั่วโลก UNESCO โชว์ภาพบนเฟสบุ๊กสร้างการรับรู้ระดับนานาชาติ ขณะที่นิตยสาร TIME เลือกภาคอีสาน- ภูเก็ต ติด ๑ ใน ๕๐ สุดยอดสถานที่ของโลกปี ๒๐๒๓**

นายอิทธิพล คุณปลื้ม รัฐมนตรีว่าการกระทรวงวัฒนธรรม เปิดเผยว่า จากการที่การแสดง “โนรา” ของไทยได้ประกาศขึ้นทะเบียนโนรา จากองค์การเพื่อการศึกษา วิทยาศาสตร์ และวัฒนธรรมแห่งสหประชาชาติ หรือ ยูเนสโก (UNESCO) ให้เป็นรายการตัวแทนมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ของมนุษยชาติ อย่างเป็นทางการเมื่อปี ๒๕๖๔ เป็นที่น่ายินดีที่ขณะนี้ UNESCO ได้ร่วมเผยแพร่รูปภาพโนราของไทยพร้อมติดแฮชแท็ก We are #LivingHeritage ขึ้นเผยแพร่บนหน้าเฟซบุ๊กของ UNESCO (<https://www.facebook.com/unesco>) ประชาสัมพันธ์สร้างการรับรู้ไปทั่วโลก สร้างความภาคภูมิใจให้คนไทยทั่วประเทศเป็นอย่างมาก “โนรา” เป็นศิลปวัฒนธรรมของไทย ศิลปะการแสดงที่มีลักษณะเฉพาะของท้องถิ่นภาคใต้ ผสมผสานในเรื่องความเชื่อ พิธีกรรม ศิลปะการแสดงเพื่อความบันเทิง ตลอดจนเครื่องแต่งกายอันเป็นเอกลักษณ์สวยงาม โดยภาพโนรา ในเฟซบุ๊กของ UNESCO มีชาวไทยและชาวต่างประเทศเข้าไปร่วมชื่นชมแสดงความยินดี แล้วร่วมกันเผยแพร่ภาพดังกล่าวด้วย

ทั้งนี้ เมื่อปี ๒๕๖๔ “โนรา” ได้ประกาศขึ้นทะเบียนโนรา จาก UNESCO ให้เป็นรายการตัวแทนมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ของมนุษยชาติ อย่างเป็นทางการ ณ กรุงปารีส สาธารณรัฐฝรั่งเศส ซึ่งเป็นการประกาศขึ้นทะเบียนลำดับที่ ๓ จาก โขน และ นวดไทย อีกทั้ง “โนรา” ถือเป็น Soft Power ที่ไทยมุ่งผลักดันให้เกิดการต่อยอดและขับเคลื่อนในเชิงมิติของวัฒนธรรม ที่ผ่านมา วธ. ร่วมบูรณาการกับหน่วยงานต่างๆ จัดกิจกรรมโครงการส่งเสริม “โนรา” ทั้งการยกย่องเชิดชูเกียรติศิลปินโนราในฐานะศิลปินแห่งชาติ จัดให้มีเวทีการแสดงและถ่ายทอดภูมิปัญญาโนราในระดับท้องถิ่น ระดับชาติ และระดับนานาชาติ

รัฐมนตรีว่าการกระทรวงวัฒนธรรม กล่าวต่อไปว่า นอกจากนี้อีกหนึ่งล่าสุด “นิตยสาร TIME” <https://time.com/collection/worlds-greatest-places-2023> สื่อดังระดับโลกได้มีการจัดอันดับ World's Greatest Places 2023 หรือ “สุดยอดสถานที่ของโลก” ประจำปี ๒๐๒๓ เป็นการเสนอชื่อสถานที่ที่ได้จากเครือข่ายในแวดวงการท่องเที่ยว ทั้งผู้สื่อข่าวและผู้สนับสนุนในประเทศต่างๆ ผลปรากฏว่า มีสถานที่ในประเทศไทยก็ติดอันดับในลิสต์มา ๒ แห่งจากทั้งหมด ๕๐ แห่ง ได้แก่ ๑. ภาคอีสาน (ไม่ได้เจาะจงจังหวัด) โดย นิตยสาร TIME ได้อธิบายถึงเหตุผลพอสังเขปว่า เป็นภูมิภาคขนาดใหญ่ที่สุดในไทย โดยตั้งอยู่ในทิศตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศ มีเมนูอร่อยสุดคลาสสิกอย่าง “ส้มตำ” และ “ลาบ” เป็นอาหารรสเปรี้ยวเผ็ดและหอมอบอวลไปด้วยสมุนไพร นอกจากนี้มีสถานที่ท่องเที่ยวที่น่าดึงดูดใจอย่าง “ปราสาทเขาพนมรุ้ง” เป็นต้น

๒. เกาะภูเก็ต นิตยสาร TIME ได้อธิบายเหตุผลว่า เป็นจังหวัดท่องเที่ยวของไทยที่นักท่องเที่ยวจากทั่วโลก มุ่งหน้าไปเยือนมากที่สุด ซึ่งเหมาะกับทุกคนในครอบครัว นอกจากจะมีทะเลและชายหาดที่สวยงามระดับโลกแล้ว ภูเก็ตยังเต็มไปด้วยวัฒนธรรมที่เฉพาะตัว อาหาร ที่พักหลากหลายกลมกลืนกับสภาพแวดล้อม แหล่งท่องเที่ยว ในเมืองเก่าที่นำเสนอเทศกาลดั้งเดิมและงานตลาดนัดที่พบเจอได้ทั่วเกาะ โดยสถานที่ ๒ แห่งของไทยเป็น ๕๐ “สุดยอดสถานที่ของโลก” ประจำปี ๒๐๒๓ ร่วมกับ ประเทศโดมินีกา ,เมืองบาร์เซโลนา สเปน , อุทยาน แห่งชาติตอร์เรส เดล ปาย์เน (Torres del Paine) ชิลี, ลาดักห์ (Ladakh ) อินเดีย ,เมืองเซอร์ซิลล์ (Churchill) Manitoba แคนาดา , เมืองออร์ฮูส (Aarhus) เดนมาร์ก และ เมืองเกียวโต ญี่ปุ่น เป็นต้น

\*\*\*\*\*



UNESCO ได้อัปเดตรูปภาพ

หน้าปก

2 วัน · 🌐



👍 ถูกใจ

💬 แสดงความคิดเห็น

➦ แชร์

👍❤️ 997

World's Greatest Places 2023 | TIME



TIME



Isan, Thailand  
*Unique culinary capital*

World's Greatest Places 2023 | TIME



TIME



Phuket, Thailand  
*Family thrills*



TIME



THE WORLD'S GREATEST PLACES OF 2023

50 extraordinary destinations to explore

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน  
ครั้งที่ ๑๔ / ๒๕๖๖ วันที่ ๑๑ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงสาธารณสุข

กรม / หน่วยงาน กรมควบคุมโรค

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักสารนิเทศ กระทรวงสาธารณสุข

ช่องทางการติดต่อ กลุ่มภารกิจด้านข่าวและสื่อมวลชนสัมพันธ์ โทรศัพท์ : ๐-๒๕๕๐-๑๔๐๑-๒

๑) หัวข้อเรื่อง ทำความรู้จัก ซีเซียม-๑๓๗

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

**เรื่อง ทำความรู้จัก ซีเซียม-๑๓๗**

กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข มีข้อแนะนำทำความรู้จัก ซีเซียม-๑๓๗ ดังนี้

**ซีเซียม-๑๓๗ (Cesium)** เป็น “วัสดุกัมมันตรังสี” มีลักษณะเป็นของแข็ง คล้ายผงเกลือ สามารถฟุ้งกระจายได้เมื่อแตกออก อาจมีผลกระทบต่อสุขภาพเมื่อรับสัมผัส

- **ช่องทางการสัมผัส** ได้แก่ ทางผิวหนัง ทางการหายใจ ทางปาก
- **ลักษณะอาการ** เช่น คล้ายรอยแผลไหม้จากสารเคมี คลื่นไส้/อาเจียน ท้องเสีย เวียนศีรษะ
- **การป้องกัน** ควรหลีกเลี่ยงการรับสัมผัส ทำความสะอาดร่างกาย ติดตามข้อมูล

สถานการณ์ และหากมีอาการให้รีบพบแพทย์

ทั้งนี้ สามารถติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ กรมควบคุมโรค โทร. ๑๔๒๒

\*\*\*\*\*



  
กรมควบคุมโรค  
กระทรวงสาธารณสุข  
กระทรวงสาธารณสุข  
กระทรวงสาธารณสุข

**ทำความรู้จัก** 

# ซีเซียม-137 (Cesium-137)

**☣ วัสดุกัมมันตรังสี ☣** มีลักษณะเป็นของแข็ง คล้ายผงเกลือ สามารถ  
ฟุ้งกระจายได้เมื่อแตกออก อาจมีผลกระทบต่อสุขภาพเมื่อรับสัมผัส

## ช่องทางการรับสัมผัส

 **ทางผิวหนัง**  **ทางการหายใจ**  **ทางปาก**

## ลักษณะอาการ (ความอันตรายขึ้นอยู่กับปริมาณที่ได้รับ)

 **คล้ายรอยแผล  
ไหม้จากสารเคมี**  **คลื่นไส้/อาเจียน**  **ท้องเสีย**  **เวียนศีรษะ**

**# หากสัมผัสในปริมาณสูงและยาวนาน เกิดฟุ้งฟัดที่ปอด มะเร็งเม็ดเลือดขาว กดไขกระดูก ระบบประสาท ชักเกร็ง และเสียชีวิต**

## การป้องกัน

 **หลีกเลี่ยงการรับสัมผัส**  **ทำความสะอาดร่างกาย**  **ติดตามข้อมูลสถานการณ์**  **หากมีอาการให้รีบพบแพทย์**



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน  
ครั้งที่ ๑๔ / ๒๕๖๖ วันที่ ๑๑ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงสาธารณสุข

กรม / หน่วยงาน กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักสารนิเทศ กระทรวงสาธารณสุข

ช่องทางการติดต่อ กลุ่มภารกิจด้านข่าวและสื่อมวลชนสัมพันธ์ โทรศัพท์ : ๐-๒๕๕๐-๑๔๐๑-๒

๑) หัวข้อเรื่อง รับมือโรคฤดูร้อน ด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

**เรื่อง รับมือโรคฤดูร้อน ด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย**

กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข มีข้อเสนอแนะรับมือโรคฤดูร้อนด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย ดังนี้

**โรคลมแดด (Heatstroke) ลักษณะอาการ :** เช่น วิงเวียนศีรษะ อ่อนแรง คลื่นไส้  
ยาสมุนไพรที่แนะนำ ได้แก่ ยาหอมเทพจิตร ยาหอมทิพโอสถ ยาหอมนวโกฐ

**โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน ลักษณะอาการ :** เช่น ถ่ายเหลวหรือถ่ายเป็นน้ำตั้งแต่ ๓ ครั้งขึ้นไป  
ใน ๒๔ ชั่วโมง ยาสมุนไพรที่แนะนำ ได้แก่ ยาเหลืองปิดสมุทร ยาธาตุบรรจบ กลัวยน้ำว่าติบหรือห้าม และ  
ฟ้าทะลายโจร

**โรคผิวหนัง ลักษณะอาการ :** ผด ผื่น คัน ผิวไหม้จากแดด ยาสมุนไพรที่แนะนำ ได้แก่  
คาลาไมน์พญาหอ ว่านหางจระเข้ แดงกวา บัวบก

**เครื่องดื่มสมุนไพรแนะนำ** เช่น น้ำตรีผลา น้ำกระเจียว น้ำบัวบก น้ำใบเตย

**เมนูอาหารแนะนำ** เช่น แกงเลียงกุ้ง แกงจืดมะระยัดไส้ แกงจืดผัก

ทั้งนี้ สามารถติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ กรมการแพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือก  
โทร. ๐-๒๕๕๑-๗๐๐๗



กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก  
Department of Thai Traditional and Alternative Medicine

# รับมือโรค ฤดูร้อน ด้วยศาสตร์ การแพทย์แผนไทย



## 1 โรคลมแดด (Heatstroke)

ลักษณะอาการ :  
วิงเวียนศีรษะ อ่อนแรง คลื่นไส้

## ยาสมุนไพรที่แนะนำ

- ยาหอมเทพจิตร
- ยาหอมทิพโอสถ
- ยาหอมนวโคฐ



## 2 โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน

ลักษณะอาการ :  
ถ่ายเหลวหรือถ่ายเป็นน้ำ  
ตั้งแต่ 3 ครั้งขึ้นไปใน 24 ชม.

- ยาเหลืองปิดสมุทร
- ยารัตนบรรจบ
- กลัวยน้ำว่าติบหรือห้าม
- ฟ้าทะลายโจร



## 3 โรคผิวน้ำ

ลักษณะอาการ :  
ผด ผื่น คัน ผิวน้ำจากแดด

- คาลาไมน์พญาขอ
- วานหางจระเข้
- แดงกวา
- บัวบก



## เครื่องดื่มสมุนไพรแนะนำ



น้ำตรีผลา



น้ำใบย่านาง



น้ำกระเจียว



น้ำบัวบก



น้ำใบเตย

## เมนูอาหารแนะนำ



แกงเลียงกุ้ง



แกงจืดมะระยัดไส้



แกงจืดผัก



www.dtam.moph.go.th  
Call Center 02 591 7007



กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก



ผลิตและเผยแพร่โดย  
กลุ่มงานสื่อสารองค์กร

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน  
ครั้งที่ ๑๔ / ๒๕๖๖ วันที่ ๑๑ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงสาธารณสุข

กรม / หน่วยงาน กรมอนามัย

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักสารนิเทศ กระทรวงสาธารณสุข

ช่องทางการติดต่อ กลุ่มภารกิจด้านข่าวและสื่อมวลชนสัมพันธ์ โทรศัพท์ : ๐-๒๕๕๐-๑๔๐๑-๒

๑) หัวข้อเรื่อง ระวัง โรคลมร้อน หรือ ฮีทสโตรก

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

**เรื่อง ระวัง โรคลมร้อน หรือ ฮีทสโตรก**

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข มีข้อแนะนำเกี่ยวกับโรคลมร้อน หรือ ฮีทสโตรก ดังนี้

**โรคลมร้อน หรือ โรคลมฮีทสโตรก (Heatstroke)** เป็นโรคที่รุนแรงที่สุดของโรคที่เกิดจากความร้อน เกิดขึ้นเมื่อร่างกายสัมผัสกับอากาศที่ร้อนจัดแล้วไม่สามารถปรับตัวได้ทำให้อุณหภูมิภายในร่างกายสูงขึ้นเรื่อยๆ

**ลักษณะอาการ :** ตัวร้อนจัด ผิวงหน้าแดงและแห้ง เหงื่อไม่ออก สับสน มึนงง หากผู้ป่วยไม่ได้รับการปฐมพยาบาลทันทีอาจทำให้เสียชีวิตได้

**๖ กลุ่มเสี่ยงควรระวัง :** เด็กเล็ก อายุต่ำกว่า ๕ ปี, ผู้สูงอายุ, หญิงมีครรภ์, ผู้ป่วยหรือผู้ที่มีโรคประจำตัว, ผู้ที่ต้องทำงานกลางแจ้งเป็นเวลานาน และผู้มีพฤติกรรมเสี่ยง เช่น ดื่มน้ำ ออกกำลังกายกลางแจ้ง

**วิธีปฐมพยาบาล :** รีบพาผู้ป่วยไปพบแพทย์โดยรถปรับอากาศ หรือเปิดหน้าต่างรถให้อากาศถ่ายเท หรือ โทร. ๑๖๖๙ และพาผู้ป่วยเข้าที่ร่ม หรือ ห้องที่มีความเย็น โดยจัดผู้ป่วยให้นอนราบ ยกเท้าและสะโพกสูง ถอดเสื้อผ้าออกใช้ผ้าชุบน้ำเย็นเช็ดตามตัว หรือวางถุงน้ำแข็งที่ คอ รักแร้ และขาหนีบ หากผู้ป่วยหมดสติให้จับนอนตะแคงและนำส่งโรงพยาบาลโดยเร็ว

ทั้งนี้ สามารถติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ สายด่วนกรมอนามัย โทร. ๑๔๗๖



# HEAT STROKE

## โรคลมร้อน หรือ โรควัทธิสโตรก

เป็นโรคที่รุนแรงที่สุดของโรคที่เกิดจากความร้อน เกิดขึ้นเมื่อร่างกายสัมผัสกับอากาศที่ร้อนจัดแล้วไม่สามารถปรับตัวได้ ทำให้อุณหภูมิภายในร่างกายสูงขึ้นเรื่อย ๆ

### อาการ



-  ตัวร้อนจัด
-  ผิวหนึ่งแดงและแห้ง
-  เหงื่อไม่ออก
-  สับสน มึนงง

หากไม่ได้รับการปฐมพยาบาลทันทีอาจทำให้เสียชีวิตได้

### 6 กลุ่มเสี่ยงควรระวัง!

-  เด็กเล็ก อายุต่ำกว่า 5 ปี
-  ผู้สูงอายุ
-  หญิงตั้งครรภ์
-  ผู้ป่วยหรือผู้ที่มีโรคประจำตัว
-  ผู้ที่ต้องทำงานกลางแจ้งเป็นเวลานาน
-  ผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยง เช่น ดื่มสุรา ออกกำลังกายกลางแจ้ง

### วิธีปฐมพยาบาล



- รีบพาผู้ป่วยไปพบแพทย์ โดยรถปรับอากาศ หรือเปิดหน้าต่างรถให้อากาศถ่ายเท หรือ
- โทร 1669 และพาผู้ป่วยเข้าที่ร่ม หรือห้องที่มีความเย็น จัดให้นอนราบ ยกเท้าและสะโพกสูง ถอดเสื้อผ้าออก ใช้ผ้าชุบน้ำเย็นเช็ดตามตัว หรือวางถุงน้ำแข็งที่คอ รักแร้ และขาหนีบ หากผู้ป่วยหมดสติ ให้จับนอนตะแคง และนำส่งโรงพยาบาลโดยเร็ว

**ข้อมูลความรู้โดย :** กองประเมินผลกระทบสุขภาพ  
องค์กรเพื่อสังคมไทย : กองส่งเสริมความรอบรู้และสื่อสารสุขภาพ  
จัดทำเมื่อ : มีนาคม 2566

**สายด่วนกรมอนามัย**  
1 4 7 8  
กรมอนามัยแห่งกระทรวงสาธารณสุข

ติดตามสาระความรู้สุขภาพ ได้ที่  
**AnamaiMedia**  
สังคมดี เด็ดกรมนามัย

