



ห้องผ่าตัดอุบัติเหตุ  
โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า

# Heat Stroke



โรคลมแดด เกิดจากการได้รับความร้อนมากเกินไป ร่างกายไม่สามารถปรับตัวกับความร้อนที่เกิดขึ้น จนเกิดภาวะวิกฤต ความผิดปกติที่รุนแรงมากที่สุด คือทำให้สมองไม่ทำงานไม่สามารถควบคุมการทำงานของอวัยวะต่างๆ เช่น ระบบประสาทส่วนกลาง การทำงานของตับและไต รวมทั้งสูญเสียความสามารถในการควบคุมอุณหภูมิในร่างกาย

**\*หากไม่ได้รับการรักษาอย่างทันถ่วงทีอาจเสียชีวิตได้\***

## เมื่อพบผู้ที่มีอาการสงสัยว่าเป็นโรคลมร้อน

- สับสน ไม่รู้สึกตัว หรือหมดสติ
- ปวดท้องหรือแน่นหน้าอก
- ไม่สามารถดื่มน้ำได้อย่างเพียงพอ
- อุณหภูมิมากกว่า 40 องศาเซลเซียส
- อุณหภูมิไม่ลดแม้ว่าจะให้การดูแลในเบื้องต้น
- ผู้ป่วยมีโรคประจำตัว

## ช่วยเหลือเบื้องต้น ดังนี้

- พาเข้าที่ร่ม
- นอนราบ
- ยกขาสูง
- ถอดเสื้อผ้า
- ประคบเย็น
- พัดลมเป่า
- น้ำเย็นราดตัว

**นำส่งร.พ.ให้เร็วที่สุด**



## แนวทางการป้องกัน

- ดื่มน้ำให้เพียงพอวันละ 2 ลิตร
- หลีกเสี่ยงอากาศร้อน ถ่ายเทไม่สะดวก
- ไม่ควรออกกำลังกายหักโหม
- ควรอบอุ่นร่างกายก่อน-หลังออกกำลังกาย
- สวมเสื้อผ้าที่ระบายความร้อนได้ดี
- หากต้องทำงานกลางแจ้งควรสวมหมวกป้องกัน
- หลีกเสี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์หรือยาบางชนิด ที่เพิ่มความร้อนให้ร่างกาย