****

**รพ.เมตาฯ แนะเล่นสงกรานต์อย่างไรให้ปลอดภัยดวงตา**

กรมการแพทย์โดยจักษุแพทย์ รพ.เมตตาฯ ร่วมเฉลิมฉลองเทศกาลสงกรานต์ที่กำลังใกล้จะถึงนี้และร่วมชื่นชมยินดีจากการได้รับการขึ้นทะเบียนจากองค์การยูเนสโกให้เป็น **"มรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ของมนุษยชาติ"**ใน **วันที่ 13-15 เมษายน 2568**นี้ โดยแนะนำ ให้เล่นน้ำสงกรานต์อย่างปลอดภัยและไม่ควรเล่นน้ำแบบวิธีการรุนแรง หรือนำน้ำใส่ถุงพลาสติกและนำมาขว้างปากัน เพราะอาจเกิดอุบัติเหตุตามมาได้ ควรใช้น้ำสะอาด เช่น น้ำประปา หลีกเลี่ยงการเล่นน้ำจากแหล่งน้ำที่ไม่สะอาดอาจมีเชื้อโรคปนเปื้อน เช่น น้ำคลอง หากน้ำไม่สะอาดเข้าตาควรล้างตาด้วยน้ำสะอาดให้มากที่สุดเพื่อล้างสิ่งสกปรกและลดเชื้อแบคทีเรีย เชื้อรา ไวรัส อะมีบา ที่ปนมากับน้ำที่อาจเป็นสาเหตุทำให้กระจกตาอักเสบได้ และปรึกษาจักษุแพทย์

**นายแพทย์ไพโรจน์ สุรัตนวนิช รองอธิบดีกรมการแพทย์** เปิดเผยว่า ประเพณีวันสงกรานต์นั้นมี**ความสำคัญ** เป็นช่วงเวลาที่ประชาชนส่วนมากนิยมเดินทางกลับภูมิลำเนาเพื่อพบปะกับสมาชิกในครอบครัว ถือเป็นโอกาสดีในการสานสัมพันธ์และใช้เวลาร่วมกันระหว่างบุคคลในครอบครัว รวมถึงกิจกรรมวันสงกรานต์ ยังมี**ความสำคัญต่อชุมชนและสังคมโดยรวม** เพราะเป็นโอกาสดีให้ผู้คนได้พบปะในงานรื่นเริง ทำบุญทำทาน บำเพ็ญสาธารณประโยชน์ รวมถึงช่วยกันสืบสานและอนุรักษ์วัฒนธรรมอันดีงามของไทยซึ่งมีข้อปฏิบัติที่สำคัญในการเล่นน้ำคือควรเป็นไปด้วยความสุภาพ หลีกเลี่ยงการผสมแป้งหรือสีเพราะจะทำให้ยากต่อการทำความสะอาด ควรคำนึงถึงความเหมาะสมและมารยาท ไม่ควรประแป้งผู้อื่นโดยไม่ได้รับอนุญาต

**นายแพทย์กิตติวัฒน์ มะโนจันทร์ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเมตตาประชารักษ์ (วัดไร่ขิง)**  กล่าวว่าการเล่นน้ำสงกรานต์ตามประเพณี เป็นการเล่นเพื่อความสนุกสนานไม่ควรเล่นรุนแรง ไม่ใช้น้ำไม่สะอาดมาเล่น สาดกัน ควรระมัดรวังการสำลักน้ำทั้งทางปากและจมูก ผู้ที่เปียกน้ำเป็นเวลานาน ๆ ควรห่วงใยสุขภาพของตนเอง และเส่นสงกรานต์อย่างมีวัฒนธรรมเพื่อความปลอดภันของทุกคนแม้ว่าในปัจจุบัน หลายประเทศทั่วโลก รวมถึงประเทศไทย จะถือเอาวันที่ 1 มกราคมเป็นวันขึ้นปีใหม่ตามประเพณีสากล แต่การฉลองวันสงกรานต์ ก็ยังถือเป็นธรรมเนียมปฏิบัติที่ได้รับความนิยมอย่างต่อเนื่องมาถึงปัจจุบัน

**แพทย์หญิงวงศ์ศิริ ทวีบรรจงสิน หัวหน้าศูนย์ส่งต่อทางจักษุวิทยา กล่าวเสริมว่า** การเล่นน้ำสงกรานต์เป็นประเพณีการรดน้ำขอพรผู้ใหญ่ ซึ่งถือเป็นการแสดงความเคารพและความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ สะท้อนถึงค่านิยมและวัฒนธรรมอันดีงามของไทยที่ปฏิบัติสืบเนื่องมาตั้งแต่ในอดีต แต่ในปัจจุบันการเล่นน้ำเปลี่ยนแปลงรูปแบบไปมากอาจทำให้เกิดความไม่ปลอดภัยได้ ฉะนั้นควรคำนึงถึงความปลอดภัย ควรใช้น้ำที่สะอาด หากใช้น้ำตามแม่น้ำ ลำคลองต้องดูค่อนข้างใส สะอาด และไหลเวียนดี หากใช้น้ำที่สกปรก เช่น น้ำคลำ น้ำตามคูคลอง หรือน้ำขังที่ไม่สะอาดไม่ควรนำมาเล่นกันเพราะน้ำที่ไม่สะอาดจะพบเชื้อโรคหลายชนิดทั้งแบคทีเรีย เชื้อรา ไวรัส รวมทั้งปรสิตต่างๆ หากน้ำที่มีเชื้อโรคเข้าสู่ร่างกาย เช่น ทางตา ถ้าน้ำไม่สะอาดเข้าตาควรล้างตาด้วยน้ำสะอาด เพื่อล้างสิ่งสกปรกและเชื้อแบคทีเรีย เชื้อรา ไวรัส อะมีบา ที่ปนมากับน้ำที่อาจทำให้กระจกตาอักเสบได้ หากเกิดอาการผิดปกติ เช่น ระคายเคืองตา แสบตา มีขี้ตามาก ควรพบจักษุแพทย์เพื่อทำการรักษา และหากน้ำสกปรกเข้าทางบาดแผลอาจทำให้ผิวหนังอักเสบ เป็นหนอง เป็นแผลเรื้อรัง และหากเข้าทางจมูกหรือการสำลัก อาจทำให้เกิดโรค เยื่อบุสมองอักเสบได้ และถ้าเข้าทางปาก เชื้อโรคจะเข้าไปอาศัยอยู่ในลำไส้ ทำให้เกิดท้องเสีย โรคอุจาระร่วง ถ่ายเป็นมูกปนเลือด เป็นต้น ดังนั้นควรเล่นน้ำสงกรานต์ให้ปลอดภัย ควรใช้น้ำสะอาด เช่นน้ำประปา หลีกเลี่ยงการเล่นน้ำจากแหล่งน้ำที่อาจมีเชื้อโรคปนเปื้อน เช่นน้ำคลอง เพื่อความปลอดภัยของดวงตาจากเชื้อโรคร้ายข้อปฏิบัติที่สำคัญคือการเล่นน้ำควรเป็นไปด้วยความสุภาพ ไม่ควรเล่นน้ำรุนแรงหรือนำน้ำใส่ถุงพลาสติกและขว้างปากัน เพราะอาจเกิดอุบัติเหตุตามมาได้และหลีกเลี่ยงการผสมแป้งหรือสีเพราะจะทำให้ยากต่อการทำความสะอาด ควรคำนึงถึงความเหมาะสมและมารยาท ไม่ควรประแป้งผู้อื่นโดยไม่ได้รับอนุญาต

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

#รพ.เมตตาฯ (วัดไร่ขิง) #เล่นน้ำสงกรานต์ #ระคายเคืองตา แสบตา ตาอักเสบ #ความปลอดภัย

-ขอขอบคุณ-

13 เมษายน 2568

แพทย์หญิงวงศ์ศิริ ทวีบรรจงสิน

 หัวหน้าศูนย์ส่งต่อทางจักษุวิทยา