

19 ສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານ

ໃນພາກນີ້ແມ່ນເວົ້າກ່ຽວກັບ:

ໜ້າທີ

ບັນຫາສຸຂະພາບທີ່ເກີດຈາກສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານ	516
ບົດເລື່ອງນາງຊານກູ	519
ບັນຫາຕ່າງໆຂອງການຈູດຂີ້ເຫຍື້ອ	519
ການປ້ອງກັນອັນຕະລາຍຈາກສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານ	520
ການຫຼຸດຜ່ອນສິ່ງເສດເຫຼືອ	521
ການແຍກຖິ້ມຂີ້ເຫຍື້ອໃສ່ຖັງບັນຈຸທີ່ມີສີແຕກຕ່າງກັນ	522
ການເກັບມ້ຽນ ແລະ ຂົນສົ່ງຂີ້ເຫຍື້ອ	523
ທ່ານສາມາດປ້ອງກັນອັນຕະລາຍເວລາຈັດການກັບຂີ້ເຫຍື້ອດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້	524
ການຂ້າເຊື້ອໂລກຈາກສິ່ງເສດເຫຼືອ	525
ການຂ້າເຊື້ອໂລກດ້ວຍການໃຊ້ສານເຄມີ	526
ການຂ້າເຊື້ອໂລກດ້ວຍສານຟອກຂາວ	528
ການຂ້າເຊື້ອດ້ວຍຄວາມຮ້ອນ	530
ການບຳບັດ ແລະ ກຳຈັດສິ່ງຂອງແຫຼມຄົມ	533
ການກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ກໍ່ໃຫ້ເກີດການຕິດເຊື້ອໂລກ	536
ໂຄງການສັກຢາປ້ອງກັນພະຍາດ	537
ການຝັງສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານ	538
ວິທີກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ມີສານເຄມີຢ່າງປອດໄພ	541
ການປະເມີນສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານ	545
ການແກ້ໄຂບັນຫາຂອງຊຸມຊົນ	549

ສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານ



ທ່ານໝໍ ແລະ ພະຍາບານໄດ້ປະຕິບັດໜ້າທີ່ທີ່ສຸດ ເພື່ອເຮັດໃຫ້ປະຊາຊົນມີສຸຂະພາບດີ. ແຕ່ຖ້າຫາກວ່າສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກການປິ່ນປົວບໍ່ໄດ້ຈັດການຢ່າງປອດໄພ, ຈະເຮັດໃຫ້ເຊື້ອໂລກແຜລາມໄປຫາທ່ານໝໍ, ພະຍາບານ ແລະ ຊຸມຊົນໃກ້ຄຽງ.

ສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານປະກອບມີສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກຄູນິກ, ໂຮງພະຍາບານ, ຫ້ອງທົດລອງ, ທະນາຄານເລືອດ, ຄູນິກປົວແຂວ, ສູນປະສູດເດັກ ແລະ ໂຮງໝໍປິ່ນປົວສັດ. ນອກຈາກນີ້ ສິ່ງເສດເຫຼືອດັ່ງກ່າວຍັງເກີດມາຈາກໂຄງການສັກຢາປ້ອງກັນພະຍາດ (vaccination program), ການໄປປະຕິບັດໜ້າທີ່ຂອງແພດສະໜາມ ແລະ ການປິ່ນປົວຄົນເຈັບຕາມບ້ານ.

ສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານແມ່ນເປັນສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ໄປເຊັ່ນ: ເຈ້ຍ, ເຈ້ຍກະດາດແຂງ ແລະ ເສດອາຫານ. ແຕ່ຖ້າຫາກວ່າສິ່ງເສດເຫຼືອເຫຼົ່ານີ້ປົນເປື້ອນກັບເລືອດຫຼືຂອງແຫຼວຂອງຮ່າງກາຍ ອາດຈະເປັນການນຳເຊື້ອໂລກທີ່ອັນຕະລາຍ ແລະ ເປັນການແຜ່ເຊື້ອພະຍາດ. ເຂັມສັກຢາທີ່ໃຊ້ແລ້ວ ແລະ ຂອງມີຄົມອື່ນໆ (sharps) ສາມາດກໍ່ໃຫ້ເກີດບາດແຜ ແລະ ແຜ່ເຊື້ອພະຍາດ. ສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານປະເພດຢ່າງ ແມ່ນມີທາດເຄມີທີ່ເປັນພິດ. ເມື່ອສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ມີເຊື້ອໂລກທີ່ອັນຕະລາຍ ຫຼື ທາດເຄມີທີ່ເປັນພິດປະສົມກັບສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ໄປ ຈະກາຍເປັນໄພຄຸກຄາມຕໍ່ກັບພົດທຸກຄົນທີ່ສຳຜັດກັບສິ່ງເສດເຫຼືອເຫຼົ່ານີ້. ເພາະສະນັ້ນການທີ່ເຮົາມີການແຍກຂີ້ເຫຼື້ອຍຢູ່ໂຮງພະຍາບານເລີຍແມ່ນສຳຄັນດີ.

ການກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານຢ່າງປອດໄພແມ່ນນຳໃຊ້ວິທີດຽວກັນກັບການກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ເປັນຂອງແຫຼວອື່ນໆ (ເບິ່ງລາຍລະອຽດຢູ່ພາກທີ 18). ແຕ່ວ່າສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ປົນເປື້ອນກັບເລືອດ ແລະ ເຊື້ອພະຍາດຕ້ອງຖືກຂ້າເຊື້ອ ແລະ ກຳຈັດດ້ວຍວິທີທີ່ສາມາດປ້ອງກັນສຸຂະພາບຂອງຄົນ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມ.

ບັນຫາສຸຂະພາບທີ່ເກີດຈາກສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານ

ສິ່ງເສດເຫຼືອທຸກຊະນິດສາມາດກໍ່ໃຫ້ເກີດບັນຫາຕ່າງໆຕໍ່ກັບສຸຂະພາບ ຖ້າຫາກວ່າບໍ່ຖືກກຳຈັດຢ່າງລະມັດລະວັງ. ແຕ່ວ່າສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານສາມາດກໍ່ໃຫ້ເກີດເຊື້ອໂລກສະເພາະຕໍ່ກັບສຸຂະພາບ ເຊັ່ນວ່າ:

- ໂລກຕັບ B ແລະ C, ບາດທະຍັກ, ໂລກເອດ ແລະ ການຕິດເຊື້ອທາງ ຜິວໜັງທີ່ຮ້າຍແຮງ ຈາກການນຳໃຊ້ ເຂັມສັກຢາທີ່ໃຊ້ແລ້ວ ແລະ ອຸປະກອນມີຄົມອື່ນໆ.
- ໂລກພູມແພ້, ເກີດຕຸ່ມຕາມຜິວໜັງ, ອາການຄັນຕາ, ໂລກທອບຫຼີດ ແລະ ການຫັນໃຈບໍ່ສະດວກທີ່ເກີດຈາກການຫັນໃຈເອົານ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອພະຍາດ, ນ້ຳຢາຮັກສາຄວາມສະອາດ, ຢາປົວພະຍາດ ແລະ ທາດເຄມີໃນຫ້ອງທົດລອງ.
- ພະຍາດຊຳເຮື້ອ. ເມື່ອທ່ານໃຊ້ຢາຕ້ານເຊື້ອເລື້ອຍໆ, ຢາດັ່ງກ່າວນັ້ນອາດຈະບໍ່ໄດ້ກໍ່ປະໂຫຍດແກ່ທ່ານ.
- ໂລກມະເຮັງ, ບັນຫາຕ່າງໆກ່ຽວກັບການຫາຍໃຈ ແລະ ການເຈັບເປັນອື່ນໆທີ່ເກີດຈາກສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ປ່ອຍສານເຄມີທີ່ເປັນພິດ ເຊັ່ນ: ສານດາຍອັອກຊິນ ເມື່ອຖືກເຜົາໄໝ້.

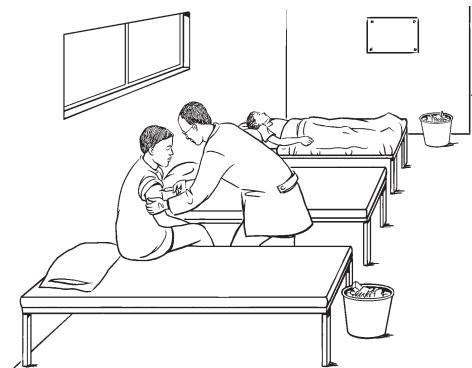
ຜູ້ທີ່ສ່ຽງຕໍ່ອັນຕະລາຍຈາກສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານແມ່ນບຸກຄົນດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້:



ຜູ້ທີ່ເຄື່ອນຍ້າຍສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານ ແລະ ຜູ້ທີ່ເກັບສິ່ງເສດເຫຼືອ, ນຳສິ່ງເສດເຫຼືອໃຫ້ຄົນຫຼືນຳສິ່ງເສດເຫຼືອໄປຂາຍ.



ຜູ້ທີ່ອາໄສຢູ່ໃກ້ກັບບ່ອນຖິ້ມສິ່ງເສດເຫຼືອ ຫຼື ບ່ອນຈູດສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານ.



ທ່ານໝໍ, ພະຍາບານ ແລະ ຄົນເຈັບໃນໂຮງພະຍາບານ.

ເລື່ອງນາງຊານກູ

ນາງ ຊານກູ ເກີດຢູ່ໃນບ້ານນ້ອຍແຫ່ງໜຶ່ງໃນປະເທດອິນເດຍ. ຍ້ອນເກີດໄພແຫ້ງແລ້ງ ແລະ ຜົນລະບູກເສຍຫາຍເປັນເວລາຫຼາຍປີ; ຊານກູ, ແມ່ ແລະ ນ້ອງນ້ອຍອີກຄົນໜຶ່ງ ໄດ້ຍ້າຍເຂົ້າມາຢູ່ໃນເມືອງ ເພື່ອຊອກຫາລ້ຽງຊີບທີ່ດີຂຶ້ນກວ່າເກົ່າ. ເຂົາເຈົ້າໄດ້ອາໄສຢູ່ກັບບ້ານຢູ່ໂນນພູສູງແຫ່ງໜຶ່ງໃກ້ກັບບ່ອນຖິ້ມຂີ້ເຫຍື້ອ. ພູຂອງຊານກູໄດ້ສອນລາວໃຫ້ຮູ້ກ່ຽວກັບການເລືອກເຟັ້ນເອົາຂີ້ເຫຍື້ອໄປຂາຍ. ກ່ອນຈະໄປໂຮງຮຽນທຸກໆເຊົ້າ, ລາວໄດ້ໄປເກັບເສດກະປ່ອງ, ຂວດແກ້ວ, ຢາງ ແລະ ສິ່ງຂອງອື່ນໆ ເພື່ອເອົາໄປຂາຍ. ຊານກູໄດ້ນຳເອົາເງິນ ທີ່ໄດ້ຈາກການຂາຍຂອງເສດເຫຼືອ ໄປຊື້ອາຫານທ່ຽງ ແລະ ນ້ຳຊາຮ້ອນ ຫຼັງຈາກເລີກຮຽນ.



ການດຳລົງຊີວິດພາຍໃນຕົວເມືອງແມ່ນພົບກັບຄວາມຫຍຸ້ງຍາກ ແລະ ອີກບໍ່ດົນຕໍ່ມາແມ່ຂອງລາວໄດ້ເດີນທາງໄປເຮັດວຽກຢູ່ຫ່າງໄກຈາກເຮືອນເປັນເວລາໝົດມື້. ນາງ ຊານກູ ຈຳຕ້ອງໄດ້ລ້ຽງດູນ້ອງ ແລະ ບໍ່ໄດ້ໄປໂຮງຮຽນຕື່ມອີກ. ທຸກໆມື້ລາວໄດ້ໃຊ້ເວລາຫຼາຍຊົ່ວໂມງໃຈແຍກຂີ້ເຫຍື້ອຢູ່ບ່ອນຖິ້ມຂີ້ເຫຍື້ອ ໂດຍທີ່ເຈ້ຍນ້ອງຢູ່ທີ່ຫຼັງ.

ບາງຄັ້ງຄາວນາງຊານກູໄດ້ພົບເຫັນຜ້າພັນບາດທີ່ມີເລືອດຕິດ, ເຂັມສັກຢາ ແລະ ສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງໝໍທີ່ປະປົນກັບຂີ້ເຫຍື້ອອື່ນໆ. ເກີບແຕະບາງໆຂອງນາງບໍ່ສາມາດປ້ອງກັນສິ່ງຂອງແຫຼມຄົມໃນກອງຂີ້ເຫຍື້ອ. ເສດແກ້ວແຕກ ແລະ ເຫຼັກເຂົ້າໝູ່ໆ ໄດ້ບາດຕີນ ແລະ ຫົວເຂົ້າຂອງລາວ. ມື້ໜຶ່ງລາວໄດ້ຢຽບເຂັມສະແລັງສັກຢາ ເຊິ່ງເຮັດໃຫ້ເຂັມຊອດເກີບ ແລະ ຊອດຮອດຕີນຂອງລາວ. ຫຼັງຈາກນັ້ນບໍ່ດົນ, ນາງ ຊານກູໄດ້ລົ້ມປ່ວຍຢ່າງໜັກ, ມີອາການເມື່ອຍ ແລະ ມີອາການຄໍບວມ.

ສອງສາມອາທິດຕໍ່ມາລາວຮູ້ສຶກດີຂຶ້ນ ແຕ່ວ່າຫຼາຍເດືອນຕໍ່ມາລາວເລີ່ມລົ້ມປ່ວຍຕື່ມອີກ. ລາວຮູ້ສຶກເມື່ອຍຕະ ຫຼອດເວລາ, ເປັນໄຂ້, ມີອາການເຈັບປາກ, ກິນເຂົ້າບໍ່ແຊບ ແລະ ຈ່ອຍລົງຫຼາຍ. ແມ່ ແລະ ຄອບຄົວເປັນຫວ່ງລາວຫຼາຍ, ແຕ່ວ່າເຂົາເຈົ້າບໍ່ມີເງິນທີ່ພາລາວໄປຫາໝໍ. ໃນທີ່ສຸດ, ແມ່ຂອງລາວໄດ້ຍື່ມເງິນຈາກພື້ນຖານ ແລະ ພາໄປຫາໂຮງໝໍ. ທ່ານໝໍໄດ້ຟັງເລື່ອງລາວຂອງ ນາງ ຊານກູ, ກວດເບິ່ງ ແລະ ເອົາເລືອດໄປກວດ.

ມື້ຕໍ່ມາ, ເຂົາເຈົ້າໄດ້ເອົາຜົນກວດ ແລະ ທ່ານໝໍບອກວ່ານາງຊານກູຕິດເຊື້ອ HIV. ລາວຕ້ອງໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວ, ແຕ່ວ່າແມ່ຂອງລາວບໍ່ມີເງິນທີ່ຈະພາລາວໄປໂຮງໝໍເພື່ອຮັບການປິ່ນປົວຕາມທີ່ທ່ານໝໍສັ່ງ. ດ້ວຍຄວາມໂສກເສົ້າທີ່ສຸດຊຶ່ງ, ແມ່ຂອງຊານກູໄດ້ພາລາວກັບມານອນພັກຜ່ອນທີ່ບ້ານ ໂດຍທີ່ທຸກຄົນຮູ້ວ່າລາວຈະບໍ່ສາມາດດີຂຶ້ນ. ສອງສາມເດືອນຕໍ່ມາ, ຊານກູໄດ້ເສຍຊີວິດ.

ເປັນຫຍັງນາງຊານກູຈິ່ງເສຍຊີວິດ?

ນາງຊານກູໄດ້ເສຍຊີວິດຈາກເຊື້ອ HIV/AIDS ຍ້ອນການຢຽບເຂັມສັກຢາທີ່ປົນເປື້ອນ. ອາການເຈັບ ແລະ ເສຍຊີວິດຂອງລາວແມ່ນເປັນສາເຫດມາຈາກບັນຫາສິ່ງແວດລ້ອມ: ການກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານທີ່ຊະຊາຍ ແລະ ບັນຫາທາງສັງຄົມ: ຄວາມທຸກຍາກ.

ມີຫຍັງແດ່ທີ່ຄວນຈະປ້ອງກັນການເສຍຊີວິດຂອງນາງຊານກູ?

ຍ້ອນບັນຫາທາງສັງຄົມຫຼາຍຢ່າງທີ່ແຕກຕ່າງກັນເປັນສາເຫດຂອງຄວາມທຸກຍາກ ເຊິ່ງການແກ້ໄຂບັນຫາຄວາມທຸກຍາກແມ່ນມີຄວາມຫຍຸ້ງຍາກ. ຄຳຖາມຕ່າງໆລຸ່ມນີ້ສະແດງໃຫ້ເຫັນບາງບັນຫາຂອງສັງຄົມ.



- ເປັນຫຍັງນາງຊານກູຈິ່ງບໍ່ໄດ້ເຂົ້າໂຮງຮຽນ?
- ເປັນຫຍັງນາງຊານກູຈຳເປັນຕ້ອງເກັບສິ່ງເສດເຫຼືອໄປຂາຍ?
- ເປັນຫຍັງນາງຊານກູ ຈິ່ງບໍ່ມີເກີບທີ່ມີຄຸນນະພາບດີທີ່ສາມາດປ້ອງກັນຕີນຂອງລາວ?
- ເປັນຫຍັງນາງຊານກູບໍ່ສາມາດໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວ?

ເກີບທີ່ບາງ, ບໍ່ມີເງິນຊື້ຢາ ຫຼື ບໍ່ໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວ ແລະ ຄວາມຈຳເປັນໃນການຫາເງິນທີ່ບໍ່ຄຳນຶງເຖິງຫຍັງໝົດ ລວມ ທັງກັບການຂາດອາຫານ ແລະ ບັນຫາອື່ນໆ ທີ່ເປັນສ່ວນໜຶ່ງຂອງຄວາມທຸກຍາກ ແມ່ນຄຳຕອບຂອງຄຳຖາມຂ້າງເທິງ. ການຊອກຫາການແກ້ໄຂບັນຫາຂອງສັງຄົມຄືແນວນີ້ອາດຈະໃຊ້ເວລາຍາວນານ.



ສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານໄດ້ສົ່ງຜົນກະທົບຕໍ່ຫຼາຍຄົນ ໂດຍສະເພາະຄົນທີ່ທຸກຍາກທີ່ບໍ່ສາມາດໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວ

ການແກ້ໄຂບັນຫາສິ່ງແວດລ້ອມໃນໄລຍະສັ້ນອາດຈະງ່າຍກວ່າ ເຊິ່ງພວກເຮົາສາມາດເລີ່ມຕົ້ນດ້ວຍການຕັ້ງຄຳຖາມດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້:

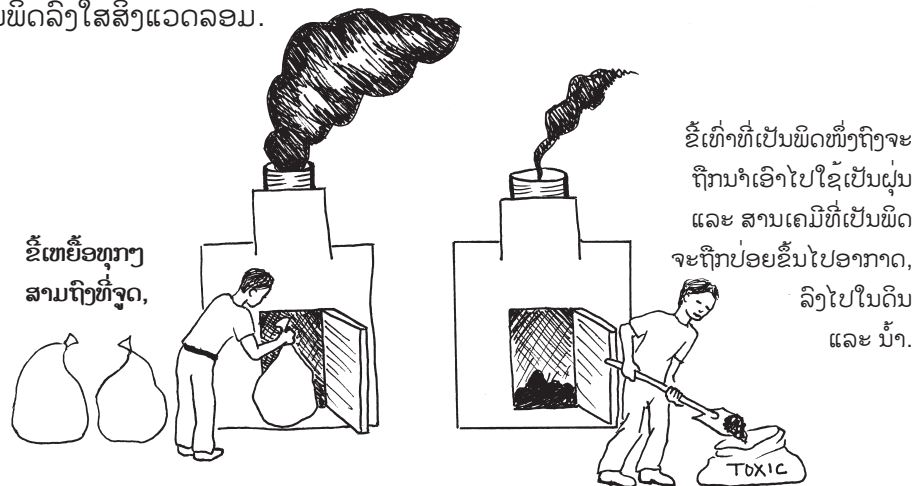
- ເປັນຫຍັງສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານທີ່ອັນຕະລາຍ ທີ່ປະປົນກັບກັບຂີ້ເຫຍື້ອອື່ນໆຈຶ່ງຖືກນຳໄປຜະລິດ ຫຼື ນຳໃຊ້ຄືນໃໝ່?
- ເປັນຫຍັງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ເປັນອັນຕະລາຍຈຳນວນຫຼາຍ ຈຶ່ງຖືກຖິ້ມໃນບໍລິເວນທີ່ເປີດແປນແທນທີ່ຈະຖືກກຳຈັດປອດໄພ?

ການຄວບຄຸມສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານຢ່າງມີຄວາມຮັບຜິດຊອບສາມາດປັບປຸງການດຳລົງຊີວິດຂອງທຸກໆຄົນ ໂດຍສະເພາະແມ່ນຜູ້ທີ່ທຸກຍາກທີ່ອາໄສລ້ຽງຊີບຈາກສິ່ງເສດເຫຼືອ.

ບັນຫາຕ່າງໆຂອງການຈູດຂີ້ເຫຍື້ອ

ເພື່ອທຳລາຍສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານ ແລະ ເຊື້ອພະຍາດພະຍາດທີ່ມານຳສິ່ງເສດເຫຼືອນັ້ນ, ຄູນິກ ແລະ ໂຮງພະຍາບານຫຼາຍແຫ່ງໄດ້ຈູດສິ່ງເສດເຫຼືອດັ່ງກ່າວໃນເຕົາເຜົາຂີ້ເຫຍື້ອ. ການຈູດສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານ ເບິ່ງຄືວ່າເປັນການແກ້ໄຂບັນຫາທີ່ງ່າຍດາຍເພາະວ່າຂີ້ເຫຍື້ອຕ່າງໆສາມາດເກັບໂຮມເຂົ້າກັນແລ້ວໂຍນຖິ້ມເຂົ້າໄປໃນເຕົາເຜົາຂີ້ເຫຍື້ອ. ແຕ່ວ່າການຈູດຂີ້ເຫຍື້ອຄືແນວນີ້ໄດ້ກໍ່ໃຫ້ເກີດບັນຫາສຸຂະພາບຫຼາຍກ່ວາການແກ້ໄຂບັນຫາ.

ການຈູດຂີ້ເຫຍື້ອບໍ່ວ່າຈະຈູດໃນກອງໄຟທີ່ເປີດແປນ ຫຼື ຈູດໃນເຕົາເຜົາຂີ້ເຫຍື້ອ ໄດ້ປ່ອຍຄ້ວນພິດເຄມີຂຶ້ນໄປໃນອາກາດ ແລະ ປ່ອຍຂີ້ເທົ່າທີ່ເປັນພິດລົງໃນດິນ ແລະ ບໍ່ນຳໄດ້ດິນ. ຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ບັນຈຸສານບາຫຼອດ, ສານກົວ ແລະ ໂລຫະໜັກອື່ນໆ ເມື່ອຖືກຈູດຈະປ່ອຍສານພິດລົງໃສ່ສິ່ງແວດລ້ອມ.



ຢ່າງທີ່ໃຊ້ຜະລິດເຄື່ອງໃສ່ນ້ຳທະເລຄົນເຈັບ, ຖືກບັນຈຸເລືອດ, ສາຍສິ່ງນ້ຳທະເລ ແລະ ສະແລັງສັກຢາ ເມື່ອເວລານຳໄປຈູດຈະກໍ່ໃຫ້ເກີດສານເຄມີທີ່ເປັນພິດໃນລະດັບສູງ ຮຽກວ່າ: ສານດາຍອັອກຊິນ (dioxins) ແລະ ສານເຟີແຣນ (furans). ສານເຄມີເຫຼົ່ານີ້ບໍ່ມີສີ, ບໍ່ມີກິ່ນ ເຊິ່ງສາມາດກໍ່ໃຫ້ເກີດໂລກມະເຮັງ, ເຮັດໃຫ້ຄົນເປັນໝັນໄດ້ ແລະ ນຳໄປສູ່ບັນຫາສຸຂະພາບອື່ນໆທີ່ຮ້າຍແຮງ (ລາຍລະອຽດ, ໃຫ້ເບິ່ງຢູ່ພາກທີ 16 ແລະ ພາກທີ 20).

ບາງຄັ້ງຄາວເຕົາເຜົາຂີ້ເຫຍື້ອໄຟໄໝ້ບໍ່ຮ້ອນພຽງພໍຫຼືບໍ່ໄດ້ໄໝ້ຂີ້ເຫຍື້ອຈົນໝົດກຸ້ງ. ເຕົາເຜົາຂີ້ເຫຍື້ອບາງແຫ່ງສ້າງຂຶ້ນເພື່ອຈູດຂີ້ເຫຍື້ອສະເພາະ ເຊັ່ນ: ສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຄງການສັກຢາປ້ອງກັນພະຍາດ, ແຕ່ວ່າໃນທີ່ສຸດແລ້ວແມ່ນໃຊ້ຈູດທັງຢາຮັກສາເຊື້ອໂລກ, ຢາປາບສັດຕູພິດ ແລະ ວັດຖຸອື່ນໆທີ່ເປັນພິດ.

ໂດຍປົກກະຕິແລ້ວ, ຂັ້ນຕອນທຳອິດໃນການກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານຢ່າງປອດໄພ ແມ່ນຕ້ອງແຍກວັດຖຸທີ່ນຳໄປຜະລິດຄືນ ຫຼື ນຳໄປໃຊ້ຄືນ, ຫຼັງຈາກນັ້ນ

ໃຫ້ຂ້າເຊື້ອສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ມີເຊື້ອພະຍາດ. ການນຳໃຊ້ທາງເລືອກທີ່ປອດໄພໃນການຈູດຂີ້ເຫຍື້ອ, ຄຳສາບານຂອງໝໍ ແລະ ພະຍາບານທີ່ເວົ້າວ່າ : ປະຕິບັດໂດຍບໍ່ມີໄພອັນຕະລາຍ “do no harm” ສາມາດນຳເອົາໄປໃຊ້ເຖິງແມ່ນວ່າຈະເປັນໜ້າທີ່ມີຄວາມຫຍຸ້ງຍາກໃນການກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອ.

ການປ້ອງກັນອັນຕະລາຍຈາກສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານ

ບໍ່ວ່າຢູ່ໃນສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບຂະໜາດນ້ອຍ, ຄລີນິກຂະໜາດໃຫຍ່ ຫຼື ພາຍໃນເຮືອນ, ເຄື່ອງມືໃນການປິ່ນປົວ ແລະ ສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານຕ້ອງຖືກຄວບຄຸມຢ່າງປອດໄພເພື່ອປ້ອງກັນອັນຕະລາຍ.

- ຫຼຸດຜ່ອນຈຳນວນສິ່ງເສດເຫຼືອດ້ວຍການເລືອກອຸປະກອນການແພດຢ່າງລະມັດລະວັງ.
- ແຍກສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກທີ່ມາຂອງສິ່ງເສດເຫຼືອ.
- ຂ້າເຊື້ອສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ມີເຊື້ອພະຍາດ.
- ປະຕິບັດຕໍ່ສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ເປັນພິດເພື່ອເຮັດໃຫ້ມີອັນຕະລາຍໜ້ອຍລົງ.
- ເກັບມ້ຽນ ແລະ ຂົນສົ່ງສິ່ງເສດເຫຼືອຢ່າງປອດໄພ.
- ກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານດ້ວຍວິທີທີ່ອັນຕະລາຍໜ້ອຍທີ່ສຸດ.
- ຝຶກອົບຮົມໃຫ້ທຸກໆຄົນ ທີ່ເຮັດວຽກກ່ຽວກັບສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານ ກ່ຽວກັບວິທີຕ່າງໆທີ່ປອດໄພ.



ບໍ່ວ່າວິທີໃດກໍຕາມທີ່ຄລີນິກ, ສູນປິ່ນປົວ ຫຼື ໂຮງພະຍາບານຂອງທ່ານນຳໃຊ້, ຕ້ອງແນ່ໃຈວ່າທຸກຄົນທີ່ເຮັດວຽກກ່ຽວກັບສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານ, ໂດຍສະເພາະແມ່ນພະນັກງານໃໝ່ຕ້ອງເຂົ້າໃຈສິ່ງຈຳເປັນທີ່ຈະຕ້ອງປະຕິບັດ ແລະ ເຫດຜົນທີ່ຕ້ອງປະຕິບັດ. ໂດຍປົກກະຕິແລ້ວ, ຄົນເຮົາຈະນຳແນວຄວາມຄິດໃໝ່ທີ່ສາມາດເຮັດໃຫ້ໜ້າວຽກງ່າຍຂຶ້ນກວ່າເກົ່າ ແລະ ປອດໄພກວ່າເກົ່າສຳລັບທຸກໆຄົນ. ຄລີນິກທາງແຫ່ງຈະມີທີມງານທີ່ຮັບຜິດຊອບໃນການຝຶກອົບຮົມພະນັກງານ ແລະ ກວດກາການປະຕິບັດໜ້າວຽກຢ່າງປອດໄພ (ລາຍລະອຽດ, ໃຫ້ເບິ່ງຢູ່ໜ້າ 545 ຫາ 548).

ການຫຼຸດຜ່ອນສິ່ງເສດເຫຼືອ

ການນຳໃຊ້ວັດສະດຸທີ່ອັນຕະລາຍໜ້ອຍລົງ ແລະ ຫຼຸດລົງຈະເປັນການຫຼຸດຜ່ອນຈຳນວນສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານ. ເມື່ອເລືອກວັດສະດຸມານຳໃຊ້ໃນຄລິນິກຂອງທ່ານ, ໃຫ້ພິຈາລະນາເບິ່ງວ່າຂີ້ເຫຍື້ອປະເພດທີ່ຈະເກີດຂຶ້ນ, ຈະມີອັນຕະລາຍຄືແນວໃດແດ່ ແລະ ຈະກຳຈັດດ້ວຍວິທີໃດແດ່. ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນຈຳນວນຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ເປັນອັນຕະລາຍໃຫ້ປະຕິບັດດັ່ງນີ້:

- ໃຫ້ຫຼີກເວັ້ນການນຳໃຊ້ວັດສະດຸທີ່ບໍ່ສາມາດກຳຈັດໄດ້ ຖ້າຫາກມີທາງເລືອກເພື່ອການນຳໃຊ້ທີ່ປອດໄພ. (ສະແລັງສັກຢາ ແລະ ເຂັມສັກຢາບໍ່ຄວນນຳມາໃຊ້ຄືນ, ລາຍລະອຽດເບິ່ງຢູ່ໜ້າ 534).
- ໃຫ້ນຳໃຊ້ບາຫຼອດທີ່ບໍ່ມີສານບາຫຼອດຖ້າມີ. ບາຫຼອດຊະນິດນີ້ອາດຈະມີລາຄາແພງ ແຕ່ວ່າມັນທົນທານ ແລະ ມີອັນຕະລາຍໜ້ອຍເວລາຕົກແຕກ.
- ບໍ່ໃຫ້ຊື້ຢາປົວພະຍາດເກີນຄວາມຕ້ອງການ ແລະ ໃຊ້ຢາປົວພະຍາດເມື່ອຈຳເປັນເທົ່ານັ້ນ.
- ໃຫ້ໃຊ້ຢາເມັດແທນການສັກຢາ.
- ໃຫ້ໃຊ້ວັດສະດຸທີ່ບໍ່ແມ່ນປາດສຕິກຖ້າຫາກເປັນໄປໄດ້.
- ໃຫ້ໃຊ້ຜະລິດຕະພັນທີ່ເປັນພິດໜ້ອຍທີ່ສຸດເພື່ອທຳຄວາມສະອາດ ແລະ ຂ້າເຊື້ອພະຍາດຖ້າຫາກເປັນໄປໄດ້ ເມື່ອໃດກໍ່ຕາມ.
- ໃຫ້ຊອກຊື້ຖົງນຳທະເລໃສ່ຄືນ ເຈັບ, ທໍ່ລົງນຳທະເລ ແລະ ວັດຖຸອື່ນໆ ທີ່ບໍ່ມີຢາງປາດສຕິກ PVC. ອຸປະກອນ ເຫຼົ່ານີ້ມີລາຄາຖືກ ແລະ ມີຈຳໜ່າຍຢູ່ຕາມຮ້ານທົ່ວໄປ, ແລະ ປອດໄພຕໍ່ກັບຄືນເຈັບ ແລະ ຊຸມຊົນສະເໝີ.



ການແຍກສິ່ງເສດເຫຼືອ

ການແຍກສິ່ງເສດເຫຼືອຂອງບ່ອນທີ່ມາແມ່ນຂັ້ນຕອນໜຶ່ງທີ່ສຳຄັນໃນການຈັດການກັບສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານ.

ການແຍກສິ່ງເສດເຫຼືອໄດ້ຫຼຸດຜ່ອນອັນຕະລາຍຂອງແພດ ແລະ ບຸກຄົນທີ່ເກັບ, ຂາຍ ແລະ ນຳເອົາສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານມາໃຊ້ຄືນຢ່າງຍິ່ງໃຫຍ່. ການແຍກສິ່ງເສດເຫຼືອຍັງຫຼຸດຜ່ອນຈຳນວນຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ຈະຖືກກຳຈັດ ຫຼື ນຳເອົາໄປຝັງ ແລະ ຫຼຸດຜ່ອນງົບປະມານການກຳຈັດຂີ້ເຫຍື້ອ.

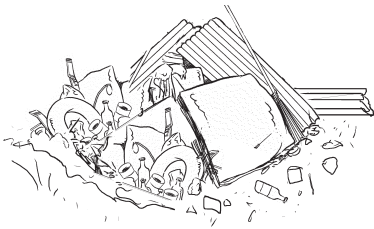


ສິ່ງເສດເຫຼືອອາຫານຈາກ
ສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບສາມາດ
ນຳມາບຳບັດ ແລະ ໃຊ້ເປັນ
ຝຸ່ນໃສ່ສວນ.

ການແຍກຖິ້ມຂີ້ເຫຍື້ອໃສ່ຖັງບັນຈຸທີ່ມີສີແຕກຕ່າງກັນ

ສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບຫຼາຍແຫ່ງໄດ້ແຍກການຖິ້ມຂີ້ເຫຍື້ອໃສ່ຖັງທີ່ມີສີແຕກຕ່າງກັນ. ການປະຕິບັດຄືດັ່ງກ່າວນີ້ເປັນວິທີທີ່ມີປະໂຫຍດ ເຊິ່ງເຮັດໃຫ້ທຸກຄົນໃນສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບຈຳເປັນຕ້ອງເຂົ້າໃຈຂີ້ເຫຍື້ອອັນໃດຄວນຈະຖິ້ມໃສ່ຖັງໃສ່ຂີ້ເຫຍື້ອສີໃດ. ປະເທດຕ່າງໆນຳໃຊ້ສີທີ່ແຕກຕ່າງກັນສຳລັບຂີ້ເຫຍື້ອແຕ່ລະປະເພດ. ຕົວຢ່າງ: ຢູ່ບາງປະເທດສີແດງໝາຍເຖິງອັນຕະລາຍ “danger”. ສະນັ້ນ, ຖັງໃສ່ຂີ້ເຫຍື້ອສຳລັບເຂັມສັກຢາທີ່ໃຊ້ແລ້ວ, ສິ່ງຂອງມີຄືມ ແລະ ສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ອັນຕະລາຍ ແລະ ເປັນພິດອື່ນໆ ຈຶ່ງເປັນສີແດງ ຫຼື ໝາຍດ້ວຍນ້ຳສີແດງ, ມາກເກີສີແດງ ຫຼື ສະກັອດສີແດງ.

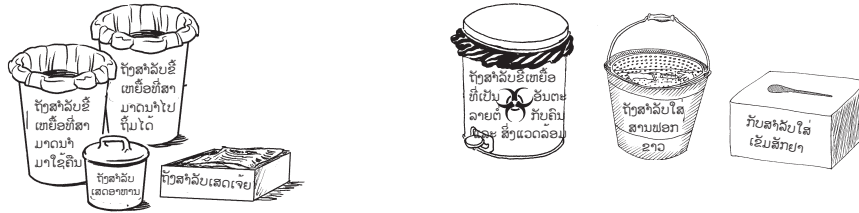
ຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມາຈາກສູນປິ່ນປົວຫຼາຍກວ່າເຄິ່ງໜຶ່ງແມ່ນຄ້າຍຄືຂີ້ເຫຍື້ອໃນເຮືອນຊານເຊັ່ນ: ເຈ້ຍ, ເຈ້ຍແຂງ, ຂວດແກ້ວ ແລະ ຂອງເສດເຫຼືອຈາກເຮືອນຄົວ. ເມື່ອຂີ້ເຫຍື້ອເຫຼົ່ານີ້ຖືກແຍກ, ການກຳຈັດຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ເປັນອັນຕະລາຍແມ່ນງ່າຍດາຍຂຶ້ນກວ່າເກົ່າ.



ຂີ້ເຫຍື້ອທົ່ວໄປສາມາດນຳເກັບໃສ່ຖັງ ແລະ
ຖັງເພື່ອນຳເອົາມາໃຊ້ຄືນເປັນປຸຍພັກ.



ຄວນແຍກ ແລະ ຈັດການກັບຂີ້ເຫຍື້ອ
ທີ່ອັນຕະລາຍຢ່າງລະມັດລະວັງ (ລາຍ
ລະອຽດໃຫ້ເບິ່ງແຜນວາດຢູ່ໜ້າ 536).



ການສ້າງຖັງໃສ່ຂີ້ເຫຍື້ອຄວນຈະປະຕິບັດດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້:

- ວາງໄວ້ໃກ້ກັບບ່ອນທີ່ມີຂີ້ເຫຍື້ອເກີດຂຶ້ນ.
- ໝາຍດ້ວຍສີ ແລະ ສັນຍາລັກຢ່າງຈະແຈ້ງ.
- ມີຄວາມແຂງແກ່ນພຽງພໍ ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ຮົ່ວ ຫຼື ແຕກ.
- ມີຄວາມງ່າຍດາຍໃນການອັດ ຫຼື ເປີດ ແລະ ຂົນສົ່ງໂດຍປາສະຈາກອັນຕະລາຍຈາກການລົ້ນ, ຮົ່ວ ຫຼື ແຕກ.
- ມີຂະໜາດໃຫຍ່ພຽງພໍທີ່ສາມາດບັນຈຸຂີ້ເຫຍື້ອໃຫ້ເຕັມພາຍໃນມື້ໜຶ່ງພຽງແຕ່ $\frac{3}{4}$ ເທົ່ານັ້ນ.

ການນຳໃຊ້ຖັງ ແລະ ຖັງໃສ່ຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ດີທີ່ສຸດແມ່ນການໃຊ້ສີຄືກັນກັບປະເພດຂອງຂີ້ເຫຍື້ອ. ຖ້າຫາກວ່າການນຳໃຊ້ສີເປັນໄປບໍ່ໄດ້, ໃຫ້ໝາຍຖັງຂີ້ເຫຍື້ອດ້ວຍສະກອດສີ ຫຼື ສີທາ. ການນຳໃຊ້ສີຄືກັນເປັນປະຈຳສາມາດຊ່ວຍໃຫ້ພະນັກງານຜູ້ທີ່ບໍ່ອ່ານ ແລະ ແມ່ນແຕ່ຜູ້ທີ່ອ່ານກໍສາມາດຈັດຖັງໃສ່ຂີ້ເຫຍື້ອອັນໃດສຳລັບຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ໄປ ແລະ ຖັງຂີ້ເຫຍື້ອອັນໃດສຳລັບຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ເປັນອັນຕະລາຍ.

ການເກັບມ້ຽນ ແລະ ຂົນສົ່ງຂີ້ເຫຍື້ອ

ທ່ານຈຳເປັນຕ້ອງເກັບມ້ຽນສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານຢ່າງລະມັດລະວັງຈົນກວ່າຈະຮອດຂັ້ນຕອນສຸດທ້າຍໃນການກຳຈັດ. ທ່ານຄວນວາງຖັງໃສ່ສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານໃກ້ກັບບ່ອນກຳເນີດຂີ້ເຫຍື້ອ ແລະ ບ່ອນຂ້າເຊື້ອໂລກ; ບໍ່ໃຫ້ວາງຖັງໄວ້ຕາມທາງຢ່າງຫ້ອງໂຖງ, ຫ້ອງນຳ ຫຼື ສະຖານທີ່ອື່ນໆທີ່ຜູ້ຄົນອາດຈະເຮັດໃຫ້ຂີ້ເຫຍື້ອຕົກເຮ່ຍ ຫຼື ອາດຈະຖິ້ມປົນກັບຂີ້ເຫຍື້ອອື່ນໆ.

ໃຫ້ປິດຖັງໃສ່ຂີ້ເຫຍື້ອ ແລະ ຖັງໃສ່ຂີ້ເຫຍື້ອເມື່ອເຫັນວ່າມັນເຕັມດ້ວຍຂະໜາດ $\frac{3}{4}$. ຖັງໃສ່ຂີ້ເຫຍື້ອ ແລະ ຖັງໃສ່ຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ເຕັມດ້ວຍຂະໜາດ $\frac{3}{4}$ ມີໂອກາດໜ້ອຍທີ່ຈະເຮ່ຍຫຼື ແຕກ ແລະ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນໂອກາດການໄດ້ຮັບບາດເຈັບຂອງພະນັກງານທຳຄວາມສະອາດ. ບໍ່ໃຫ້ເອົາເຂັມສັກຢາທີ່ໃຊ້ແລ້ວ ແລະ ຂອງມີຄືມອື່ນໆໃສ່ລົງໄປໃນຖັງໃສ່ຂີ້ເຫຍື້ອ (ລາຍລະອຽດ, ເບິ່ງຢູ່ໜ້າ 533). ຖ້າຫາກວ່າຖັງໃສ່ຂີ້ເຫຍື້ອແຕກ ຫຼື ຮົ່ວ, ໃຫ້ເອົາຖັງອື່ນມາຊ້ອນໃສ່. ໃຫ້ເກັບມ້ຽນຖັງໃສ່ຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ປິດແລ້ວ ໄວ້ໃນຫ້ອງທີ່ອັດປະຕູໄວ້ຈົນກວ່າຈະຖືກເຄື່ອນຍ້າຍໄປບ່ອນຖິ້ມຂີ້ເຫຍື້ອ. ຫ້ອງເກັບມ້ຽນຂີ້ເຫຍື້ອຄວນຈະມີຄວາມປອດໄພເພື່ອບໍ່ໃຫ້ບຸກຄົນທີ່

ເກັບຂີ້ເຫຍື້ອໄປຂາຍສາມາດເຂົ້າໄປໄດ້.

ທ່ານສາມາດເກັບມ້ຽນສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານຢ່າງປອດໄພພຽງແຕ່ໄລຍະສັ້ນເທົ່ານັ້ນ. ຖ້າປະໄວດົນມັນຈະສົ່ງກິ່ນເໝັນ ແລະ ສາມາດແຜ່ເຊື້ອໂລກໃນຂະນະທີ່ມັນເໝົາເປື້ອຍ. ດີທີ່ສຸດໃຫ້ທ່ານເອົາຂີ້ເຫຍື້ອໄປຖິ້ມ ທຸກໆມື້. ບໍ່ໃຫ້ເກັບມ້ຽນຂີ້ເຫຍື້ອໄວ້ຫຼາຍກວ່າສາມມື້. ດັ່ງຂອງທ່ານຈະບອກທ່ານເມື່ອທ່ານປະຊຶມຂີ້ເຫຍື້ອໄວ້ດົນໂພດ!

ໃຫ້ໃຊ້ລໍ້ເພື່ອສະດວກໃນການທຳຄວາມສະອາດ ແລະ ເຄື່ອນຍ້າຍຂີ້ເຫຍື້ອຈາກສູນປິ່ນປົວ. ວິທີທີ່ປອດໄພທີ່ສຸດທ່ານຄວນທຳຄວາມສະອາດລໍ້ທຸກຄັ້ງທີ່ໃຊ້ ແລະ ນຳໃຊ້ລໍ້ທີ່ບໍ່ມີຂອບແໜມຄົມທີ່ອາດຈະເຮັດໃຫ້ຖົງຂາດ ຫຼື ຮົ່ວໃນໄລຍະເວລາຂົນຂີ້ເຫຍື້ອຂຶ້ນລໍ້ ແລະ ຂົນຂີ້ເຫຍື້ອລົງລໍ້.



ທ່ານສາມາດປ້ອງກັນອັນຕະລາຍເວລາຈັດການກັບຂີ້ເຫຍື້ອດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້:

- ໃຫ້ສວມໃສ່ຊຸດປ້ອງກັນ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນອັນຕະລາຍຈາກເຂັມສັກຢາ, ຂອງມີຄົມອື່ນໆ, ເຊື້ອໂລກ, ຄາບເລືອດ, ທາດແຫຼວ ຫຼື ທາດເຄມີອື່ນໆ (ລາຍລະອຽດເບິ່ງເອກກະເພີ່ມເຕີມ A).
- ຫຼັງຈາກທີ່ໃຊ້ເຂັມສັກຢາ ແລະ ຂອງມີຄົມອື່ນໆທັນທີທັນໃດ, ໃຫ້ເກັບມ້ຽນໄວ້ໃນກ່ອງບັນຈຸສິ່ງຂອງແໝມຄົມ. ບໍ່ໃຫ້ເອົາຂອງມີຄົມໃສ່ຖົງປິ່ນກັບຂີ້ເຫຍື້ອອື່ນໆ.
- ໃຫ້ລ້າງມືທຸກຄັ້ງທີ່ຈັບບາຍຂີ້ເຫຍື້ອ ແລະ ໃຫ້ລ້າງມືທຸກຄັ້ງກ່ອນ ແລະ ຫຼັງທີ່ສຳພັດກັບຄືນເຈັບ.
- ບໍ່ໃຫ້ຈັບບາຍເຂັມສັກຢາທີ່ບໍ່ມີແນວປົກປິດ.
- ບໍ່ໃຫ້ຂີ້ເຫຍື້ອຖືກຜົວໜັງຂອງທ່ານ. ຖ້າຫາກວ່າຊຸດປ້ອງກັນຂອງທ່ານໄດ້ຮັບການປຸງກຊຸ່ມປົນເປື້ອນກັບຂີ້ເຫຍື້ອ, ໃຫ້ແກ້ອອກທັນທີທັນໃດ ແລະ ໃຫ້ອາບນ້ຳ ໃສ່ສະບູ ແລະ ລ້າງອອກຫຼາຍໆຄັ້ງ.
- ຊຸດປ້ອງກັນສາມາດປ້ອງກັນໄດ້ກໍ່ຕໍ່ເມື່ອມັນສະອາດເທົ່ານັ້ນ. ຫຼັງຈາກການໃຊ້ແຕ່ລະຄັ້ງຫຼືຕອນທ້າຍຂອງການປ່ຽນຜຽນກັນ, ໃຫ້ນຳຖົງມື, ຜ້າກັນເປື້ອນ, ແວ່ນຕາປ້ອງກັນ ແລະ ໜ້າກາກໄປຊັກ, ລ້າງ ຫຼື ຂ້າເຊື້ອ (ລາຍລະອຽດ ເບິ່ງຢູ່ໜ້າ 525). ການປະຕິບັດຄືດັ່ງກ່າວຈະຊ່ວຍປ້ອງກັນບຸກຄົນຕໍ່ໄປທີ່ຈະນຳໃຊ້ຊຸດປ້ອງກັນ ດັ່ງກ່າວ.

ຖ້າຫາກສູນປິ່ນປົວຂອງທ່ານບໍ່ມີຊຸດປ້ອງກັນ, ໃຫ້ນຳໃຊ້ອຸປະກອນທີ່ມີສຳລັບການປ້ອງກັນ. ຕົວຢ່າງ: ໃຫ້ນຳໃຊ້ຖົງຢາງເພື່ອໃຊ້ເປັນຜ້າກັນເປື້ອນ, ໂສງ, ໜ້າກາກ ແລະ ໝວກ. ການປ້ອງກັນບາງຢ່າງດີກວ່າບໍ່ປ້ອງກັນຫຍັງເລີຍ.

ການຂ້າເຊື້ອໂລກຈາກສິ່ງເສດເຫຼືອ

ການຂ້າເຊື້ອພະຍາດ ໝາຍເຖິງການຂ້າເຊື້ອພະຍາດ ທີ່ກໍ່ໃຫ້ເກີດການແຜ່ເຊື້ອໂລກ. ຖ້າ ທາກເປັນໄປໄດ້, ສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງງານພະຍາບານຄວນຈະຖືກຂ້າເຊື້ອຢູ່ບ່ອນດຽວ ກັນກັບທີ່ກຳເນີດຂີ້ເຫຍື້ອ. ວິທີທົ່ວໄປຫຼາຍທີ່ສຸດໃນການຂ້າເຊື້ອໂລກແມ່ນການນຳໃຊ້ສານ ເຄມີເຊັ່ນ: ສານຟອກຂາວຄໍຣິນ (chlorine), ສານຮາຍໂດຼເຈັນ ພີຣອກຊາຍ (hydrogen peroxide), ສານເຄມີອື່ນ ຫຼື ການໃຊ້ຄວາມດັນເຊັ່ນ: ການຕົ້ມ, ການໜັງ, ການໃຊ້ແຮງດັນ ຂອງອາຍນຳ, ຖັງບັນຈຸທີ່ໃຊ້ຄວາມດັນ ຫຼື ອຸນຫະພູມ ແລະ ເຕົາໄມໂຄເວບ.

ຫຼັງຈາກຂີ້ເຫຍື້ອຖືກຂ້າເຊື້ອໂລກແລ້ວ, ທ່ານສາມາດນຳເອົາໄປຝັງຖິ້ມໄດ້ຢ່າງ ປອດໄພ.

ການຂ້າເຊື້ອໂລກໃຫ້ຫາຍໝົດກຽງ ແລະ ການຂ້າເຊື້ອບໍ່ໃຫ້ແຜ່ລາມເປັນຄືແນວໃດ?

ຄູ່ມືໃນການຮັກສາສຸຂະພາບບາງເຫຼັ້ມມັກໃຊ້ການຂ້າເຊື້ອໃຫ້ຫາຍໝົດກຽງ (sterilizing) ຫຼາຍ ກວ່າການຂ້າເຊື້ອບໍ່ໃຫ້ແຜ່ລາມ (disinfecting). ການຂ້າເຊື້ອໃຫ້ຫາຍໝົດກຽງ ແລະ ການຂ້າ ເຊື້ອບໍ່ໃຫ້ແຜ່ລາມ ແມ່ນບໍ່ຄື ກັນ ເຊິ່ງເຮັດໃຫ້ຫຼາຍຄົນສັບສົນ.

ການຂ້າເຊື້ອໃຫ້ຫາຍໝົດກຽງ (sterilizing) ໝາຍເຖິງການຂ້າເຊື້ອໂລກທີ່ມີຢູ່ນຳອັນໃດອັນໜຶ່ງ ໃຫ້ຫາຍໝົດກຽງເຊິ່ງການປະຕິບັດຄືດັ່ງກ່າວແມ່ນເປັນໄປໄດ້ຍາກ.

ການຂ້າເຊື້ອບໍ່ໃຫ້ແຜ່ລາມ (disinfecting) ໝາຍເຖິງການຂ້າເຊື້ອໂລກທີ່ມີຢູ່ນຳອັນໃດອັນໜຶ່ງ ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ມັນແຜ່ລາມ.

ຫຼາຍຄົນໃຊ້ຄຳສັບການຂ້າເຊື້ອໃຫ້ຫາຍໝົດກຽງສຳລັບອຸປະກອນປິ່ນປົວສຸຂະພາບສະເພາະ, ສ່ວນຄຳສັບການຂ້າເຊື້ອບໍ່ໃຫ້ແຜ່ລາມແມ່ນເວົ້າເຖິງການທຳຄວາມສະອາດພື້ນ ຫຼື ພື້ນຜິວດ້ວຍ ການນຳໃຊ້ນຳຢາຂ້າເຊື້ອ. ແຕ່ວ່າການຂ້າເຊື້ອບໍ່ໃຫ້ແຜ່ລາມແມ່ນມີຫຼາຍລະດັບທີ່ແຕກຕ່າງ ກັນ.

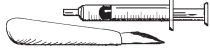
ການປິ່ນປົວຕ່າງໆທີ່ນຳສະເໜີໃນປຶ້ມຫົວນີ້ແມ່ນການຂ້າເຊື້ອໂລກໃນລະດັບສູງ “high-level disinfection” ເຊິ່ງໝາຍເຖິງການຂ້າເຊື້ອໂລກທີ່ມີຢູ່ນຳອັນໃດອັນໜຶ່ງໃຫ້ຫາຍໝົດກຽງ. ຕໍ່ກັບ ເຫດຜົນດັ່ງກ່າວ, ພວກເຮົາໃຊ້ຄຳວ່າການຂ້າເຊື້ອບໍ່ໃຫ້ແຜ່ລາມສຳລັບວິທີທັງໝົດທີ່ໃຊ້ໃນປຶ້ມ ຫົວນີ້.

ສິ່ງເສດເຫຼືອປະເພດໃດທີ່ຈຳເປັນຕ້ອງຂ້າເຊື້ອ?

ອຸປະກອນທຸກຊະນິດທີ່ໃຊ້ຢູ່ໃນສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບທີ່ປິ່ນເປື້ອນເລືອດ, ຂອງແຫຼວຈາກ ຮາງກາຍ, ອາຈິມ ຫຼື ສິ່ງຂອງຕ່າງໆທີ່ຢູ່ໃກ້ກັບຄົນທີ່ມີພະຍາດຕິດແປດຈຳເປັນຕ້ອງຂ້າເຊື້ອ ເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ເຊື້ອໂລກແຜ່ລາມ.

ສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ຈຳເປັນຕ້ອງຂ້າເຊື້ອ:

- ເຂັມສັກຢາ ແລະ ອຸປະກອນມີຄືມອື່ນໆທີ່ໃຊ້ແລ້ວ
- ເລືອດ ແລະ ຂອງ ແຫຼວ ຈາກຮ່າງກາຍ
- ຜ້າພັນບາດແຜ, ສຳລິ ແລະ ສິ່ງເສດເຫຼືອອື່ນໆທີ່ມີຂອງແຫຼວຈາກຮ່າງກາຍ
- ເຄື່ອງໃຊ້ອື່ນໆທີ່ປົນເປື້ອນເລືອດ, ຂອງແຫຼວຈາກຮ່າງກາຍ ຫຼື ອາຈິມ
- ອາຈິມຈາກຄົນທີ່ມີເຊື້ອໂລກ (ໂດຍສະເພາະແມ່ນໂລກອະຫິວາ)
- ເຄື່ອງນອນ ແລະ ຈັ່ງໆທີ່ໃຊ້ຮ່ວມກັນ



ສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງຂ້າເຊື້ອ:

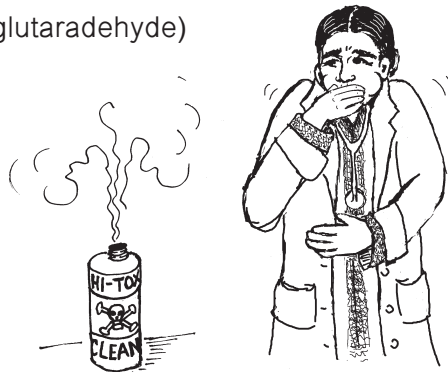
- ອະໄວຍະວະຕ່າງໆຂອງຮ່າງກາຍ
- ນ້ຳເສດຈາກການຂ້າເຊື້ອ ແລະ ທຳຄວາມສະອາດ
- ສານເຄມີຈາກການຂ້າເຊື້ອໂລກ, ການທຳຄວາມສະອາດ ແລະ ສານເຄມີຈາກຫ້ອງທົດລອງ
- ສິ່ງເສດເຫຼືອອາຫານ
- ອຸປະກອນທຸກຊະນິດ (ເຈ້ຍແຂງ, ເຈ້ຍ, ຢາງ, ແກ້ວ ຫຼື ໂລຫະ) ທີ່ບໍ່ປົນເປື້ອນເລືອດ ຫຼື ຂອງແຫຼວຈາກຮ່າງກາຍ.



ການຂ້າເຊື້ອໂລກດ້ວຍການໃຊ້ສານເຄມີ

ສານເຄມີທຸກຊະນິດທີ່ໃຊ້ໃນການຂ້າເຊື້ອໂລກສາມາດເປັນອັນຕະລາຍ ແລະ ຈຳເປັນຕ້ອງໄດ້ຂ້າເຊື້ອຢ່າງລະມັດລະວັງ. ສານເຄມີບາງຊະນິດທີ່ໄປທີ່ໃຊ້ຂ້າເຊື້ອໂລກປະກອບມີສານຮາຍໂດຼເຈນ ເພີຣ໌ອກຊາຍ (hydrogen peroxide) (6%), ສານຟອກຂາວໂຄຣລິນ (chlorine), ສານເອດຕາໂນນ (ethanol) (70%) ແລະ ເຫຼົ້າ 90 (isopropyl alcohol) (70% ຫາ 90%).

ຜະລິດຕະພັນທຳຄວາມສະອາດ ແລະ ຂ້າເຊື້ອຫຼາຍຊະນິດທີ່ໃຊ້ໂດຍທົ່ວໄປບັນຈຸສານກູຍຕາຣາດີຮາຍ (glutaraldehyde) ຫຼື ສານຟໍມໍດີຮາຍ (formaldehyde). ການສຳຜັດກັບສານກູຍຕາຣາດີຮາຍ ແລະ ສານຟໍມໍດີຮາຍ ສາມາດກໍ່ໃຫ້ເກີດໂລກມະເຮັງ ແລະ ເຖິງແກ່ຄວາມຕາຍໄດ້. ທ່ານບໍ່ຄວນໃຊ້ສານເຄມີເຫຼົ່ານີ້ (ລາຍລະອຽດ, ໃຫ້ເບິ່ງໜ້າ 528 ຫາ 531 ສຳລັບວິທີທີ່ປອດໄພໃນການຂ້າເຊື້ອໂລກດ້ວຍການໃຊ້ສານເຄມີ ແລະ ໜ້າ 541 ສຳລັບການກຳຈັດສານເຄມີທີ່ປອດໄພ).



ອາຍເຄມີສາມາດເປັນອັນຕະລາຍໄດ້!

ສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບຫຼາຍແຫ່ງຄວນຈະໃຊ້ຄຳແນະນຳຕໍ່ໄປນີ້ເພື່ອຄວາມປອດໄພ ເມື່ອເວລານຳໃຊ້ສານເຄມີຕ່າງໆ:

- ໃຫ້ໃຊ້ຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີສານເຄມີຢູ່ຂ້າງນອກ ຫຼື ໃນຫ້ອງທີ່ມີອາກາດລ່ວງດີ ເຊິ່ງມີພັດ ລົມດູດອາກາດດີ.
- ໃຫ້ໃຊ້ຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີສານເຄມີໃນຈຳນວນສະເພາະທີ່ຕ້ອງການ.
- ໃຫ້ສວມໃສ່ຖົງມື, ແວ່ນຕາທີ່ປອດໄພ, ໜ້າກາກ ແລະ ເຄື່ອງປ້ອງກັນເພື່ອປ້ອງ ກັນຜິວໜັງ, ຕາ ແລະ ການຫັນໃຈຂອງທ່ານເມື່ອເວລາໃຊ້ ຫຼື ກຳຈັດສານເຄມີ (ລາຍ ລະອຽດ ເບິ່ງຢູ່ເອກະສານເພີ່ມເຕີມ ກ).
- ໃຫ້ເກັບມ້ຽນສານເຄມີທີ່ໃຊ້ຂ້າເຊື້ອໂລກໄວ້ໃນພາຊະນະບັນຈຸສະເພາະ ແລະ ໃຫ້ຕິດ ສະຫຼາກໃສ່ພາຊະນະບັນຈຸນັ້ນ. ບໍ່ໃຫ້ນຳເອົາພາຊະນະບັນຈຸມາໃຊ້ຄືນຕື່ມອີກ.
- ບໍ່ໃຫ້ເກັບມ້ຽນ ຫຼື ປະສົມສານເຄມີໃນຄູໃສ່ນ້ຳ, ພາຊະນະບັນຈຸ, ຂວດແກ້ວ ເຊິ່ງອາດ ຈະຖືກນຳເອົາມາໃຊ້ ໃສ່ອາຫານ ຫຼື ເຄື່ອງດື່ມ.
- ໃຫ້ປິດພາຊະນະບັນຈຸໃຫ້ແໜ້ນໜາ ແລະ ວາງໄວ້ໃນລວງຕັ້ງ. ໃຫ້ກວດເບິ່ງພາຊະ ນະບັນຈຸວ່າແຕກ, ຮົ່ວ ແລະ ມີຈຸດອ່ອນຢູ່ບ່ອນໃດບ່ອນໜຶ່ງ ຫຼື ບໍ່?

ສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ບໍ່ຈຳເປັນຂ້າເຊື້ອໂລກດ້ວຍສານເຄມີ

ຄົນເຮົາມັກຈະຄິດສະເໝີວ່າ ພາກສ່ວນຕ່າງໆຂອງຮ່າງກາຍ ຈຳເປັນຕ້ອງໄດ້ຂ້າເຊື້ອສະ ເໝີ. ແຕ່ວ່າພາກສ່ວນຮ່າງກາຍ ເຊັ່ນ: ພິກລູກ (afterbirth) ແລະ ສາຍແຮ່ ສ່ວນຫຼາຍຈະ ກຳຈັດຖິ້ມແບບງ່າຍໆຄື: ຖິ້ມໃສ່ຫ້ອງສ້ວມ ຫຼື ຝັງເລິກໄວ້ໃຕ້ດິນ. ຢູ່ຊຸມຊົນຫຼາຍແຫ່ງ, ການຝັງພິກລູກເປັນພິທີການທາງສາສະໜາທີ່ສຳຄັນ. ແຕ່ຖ້າຫາກວ່າເປັນການຝັງທີ່ປອດ ໄພ, ກໍ່ຖືວ່າເປັນວິທີທີ່ດີເພື່ອປ້ອງກັນຊຸມຊົນຈາກເຊື້ອພະຍາດທີ່ອາດຈະເກີດຂຶ້ນກັບມິດລູກ ຫຼື ພາກສ່ວນຕ່າງໆຂອງຮ່າງກາຍ (ລາຍລະອຽດເບິ່ງຢູ່ໜ້າ 536 ຫາ 541 ສຳລັບວິທີທີ່ປອດ ໄພໃນການກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອ).

ການຂ້າເຊື້ອໂລກດ້ວຍການໃຊ້ສານເຄມີທີ່ປອດໄພ

ສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບບາງແຫ່ງ ໃຊ້ຜະລິດຕະພັນທຳຄວາມສະອາດທີ່ບັນຈຸສານເຄມີທີ່ເປັນ ອັນຕະລາຍຕໍ່ຮ່າງກາຍ ເຊັ່ນ: ສານກູຢຕາຣາດີຮາຍ (glutaraldehyde) ເພື່ອຂ້າເຊື້ອ ພະຍາດ ແລະ ທຳຄວາມສະອາດ (ລາຍລະອຽດເບິ່ງຢູ່ໜ້າ 541). ແຕ່ວ່າທ່ານສາມາດຮັກ ສາພື້ນຜິວຂອງສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບໃຫ້ຫ່າງໄກຈາກເຊື້ອໂລກດ້ວຍການໃຊ້ຜະລິດຕະພັນ ທຳຄວາມສະອາດທີ່ເປັນອັນຕະລາຍໜ້ອຍ ແລະ ລາຄາຖືກ ເຊັ່ນ: ນ້ຳຮ້ອນ ແລະ ສະບູ. ນ້ຳ ຮ້ອນ ແລະ ສະບູແມ່ນມີປະສິດທິພາບໃນການທຳຄວາມສະອາດປະຈຳວັນຂອງພື້ນ, ຝາ ແລະ ເຄື່ອງເພີ່ມເຈີຕ່າງໆ.

ຢູ່ໃນສະຖານທີ່ນັ້ນລູກຖ້າ ຫຼື ຮັບການປິ່ນປົວຂອງຄົນທີ່ມີພະຍາດຕິດແປດ, ການໃຊ້ຢາຂ້າເຊື້ອປະເພດແຮງແມ່ນມີຄວາມສຳຄັນເພື່ອປ້ອງກັນການແຜ່ລາມຂອງເຊື້ອໂລກ. ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອຮາຍໂດເຈນເພື່ອຮອກຊາຍທີ່ບັນຈຸນ້ຳມັນໝາກກຽງ ແລະ ນ້ຳມັນທຳມະຊາດອື່ນໆແມ່ນມີປະສິດທິພາບໃນການຂ້າເຊື້ອໂລກຕາມພື້ນ ແລະ ພື້ນຜິວຕ່າງໆ. ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອເຫຼົ່ານີ້ບໍ່ມີຜົນກະທົບຕໍ່ກັບສຸຂະພາບ ແລະ ບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງບຳບັດກ່ອນຈະນຳໄປຖິ້ມ. ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ປອດໄພສາມາດຜະລິດຈາກນ້ຳສົ້ມ ແລະ ສານຮາຍໂດເຈນເພື່ອຮອກຊາຍ.



ເມື່ອທ່ານເລືອກເອົາຜະລິດຕະພັນທຳຄວາມສະອາດໃດໜຶ່ງ, ໃຫ້ຖາມຕົວເອງເບິ່ງວ່າມັນອັນຕະລາຍບໍ່? ການກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອຢ່າງປອດໄພແມ່ນມີຄວາມຫຍຸ້ງຍາກບໍ່?

ວິທີຜະລິດນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອໂລກທີ່ປອດໄພ

ປະສົມນ້ຳສົ້ມຂາວ ແລະ ສານຮາຍໂດເຈນເພື່ອຮອກຊາຍເຂົ້າກັນໃນປະລິມານທີ່ເທົ່າທຽມກັນ (ນ້ຳຢາເພື່ອຮອກຊາຍໃນປະລິມານ 3% ແມ່ນໃຊ້ທົ່ວໄປ, ແຕ່ວ່າໃນປະລິມານ 6% ຈະດີກ່ວາ). ປະສົມໃນຈຳນວນປະລິມານທີ່ທ່ານຕ້ອງການໃຊ້ພຽງມື້ດຽວເທົ່ານັ້ນ. ໃຫ້ເກັບມ້ຽນໃນພາຊະນະບັນຈຸທີ່ອັດແຈບດີ.

ຖອກນ້ຳຢາທີ່ປະສົມແລ້ວໃນຈຳນວນປະລິມານໜ້ອຍໜຶ່ງໃສ່ຜ້າເຊັດ ແລະ ຕູ້ພື້ນບໍລິເວນທີ່ຕ້ອງການຂ້າເຊື້ອໂລກດ້ວຍການຮຸກຮູ້ແຮງໆ.

ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອຊະນິດນີ້ແມ່ນມີປະສິດທິພາບດີທີ່ສຸດສຳລັບທຳຄວາມສະອາດໜ້າໂຕະ, ຂອບຕຽງ ແລະ ພື້ນຜິວອື່ນໆ.



ການຂ້າເຊື້ອໂລກດ້ວຍສານຟອກຂາວ

ສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບຫຼາຍແຫ່ງໃຊ້ສານຟອກຂາວເພື່ອຂ້າເຊື້ອໂລກໃນບໍລິເວນພື້ນຜິວຕ່າງໆ ເຊັ່ນ: ຝາ, ພື້ນ ແລະ ໜ້າໂຕະ. ຕ້ອງມີຄວາມລະມັດລະວັງເວລາຂ້າເຊື້ອໂລກດ້ວຍສານຟອກຂາວ ເພາະວ່າສານດັ່ງກ່າວສາມາດກໍ່ໃຫ້ເກີດອັນຕະລາຍຕໍ່ກັບຜິວໜັງ ແລະ ຕາຂອງທ່ານເມື່ອເວລາມັນຟັງໃສ່ ແລະ ອາຍຂອງສານດັ່ງກ່າວຍັງເປັນອັນຕະລາຍຕໍ່ກັບການຫັນໃຈ. ການຕື່ມນ້ຳສົ້ມຂາວໃສ່ສານຟອກຂາວ ຈະເຮັດໃຫ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອມີປະສິດທິພາບດີຂຶ້ນກວ່າເກົ່າ.

ຜະລິດນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີປະລິມານສານຟອກຂາວ 5%



**ຖ້າຫາກວ່າສານ
ຟອກຂາວມີປະລິມານ:**

**ໃຊ້ສານຟອກຂາວ
ໃນປະລິມານ:**

ສານຄູ່ຮິນ 5%

ໜຶ່ງຈອກເທົ່ານັ້ນ



ສານຄູ່ຮິນ 10%

ຕື່ມນ້ຳ 1 ຈອກ

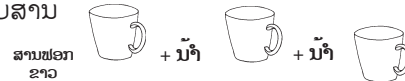
ປະສົມກັບສານຟອກຂາວ 1 ຈອກ



ສານຄູ່ຮິນ 15%

ຕື່ມນ້ຳ 2 ຈອກປະສົມກັບສານ

ຟອກຂາວ 1 ຈອກ



ຖ້າຫາກທ່ານຕື່ມນ້ຳລົ້ມຂາວ 1 ຈອກ ໃສ່ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີປະລິມານສານຟອກຂາວ 5%, ມັນຈະຂ້າເຊື້ອໄດ້ດີກວ່າເກົ່າ. ໃຫ້ປະສົມໃຫ້ພຽງພໍສຳລັບມື້ໜຶ່ງເທົ່ານັ້ນ ແລະ ບໍ່ໃຫ້ນຳເອົາໄປໃຊ້ອີກໃນມື້ຕໍ່ໄປເພາະວ່າມັນຈະບໍ່ມີປະສິດທິພາບພຽງພໍທີ່ຈະຂ້າເຊື້ອພະຍາດໄດ້ຕື່ມອີກ. ລາຍລະອຽດການກຳຈັດນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີປະລິມານສານຟອກຂາວທີ່ໃຊ້ແລ້ວ ເບິ່ງຢູ່ໜ້າ 539.

ການໃຊ້ຄູ່ສານຟອກຂາວ

ໃຫ້ນຳເອົາຄູ່ສານຟອກຂາວໄປທຸກບ່ອນທີ່ມີສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ມີເຊື້ອ ໂລກເຊັ່ນ: ຜ້າພັນບາດ, ຝ້າຍສຳລີ, ຖົງມື ແລະ ຖົງເລືອດທີ່ໃຊ້ແລ້ວ. ໃຫ້ກະກຽມຄູ່ສານຟອກຂາວທຸກໆມື້ ຫຼື ການປ່ຽນຜຽນແຕ່ລະຄັ້ງຖ້າຫາກທ່ານຜະລິດຂີ້ເຫຍື້ອຫຼາຍ. ທ່ານອາດຈະຕ້ອງການຄູ່ສານຟອກຂາວ 1 ຄູ່ສຳລັບສິ່ງເສດເຫຼືອ ແລະ ອີກຄູ່ໜຶ່ງຕ່າງຫາກສຳລັບຂ້າເຊື້ອອຸປະກອນ ແລະ ເຄື່ອງມືທີ່ຈະນຳມາໃຊ້ຄືນ. ຄູ່ດັ່ງກ່າວຄວນຈະບັນຈຸນ້ຳຢາຟອກຂາວພຽງພໍເພື່ອໃຫ້ຖວມວັດສະດຸທັງໝົດ. ວັດສະດຸທັງໝົດຕ້ອງປະໄວ້ໃນນ້ຳຢາຟອກຂາວຢ່າງໜ້ອຍ 10 ນາທີ. ໃຫ້ປິດຄູ່ສານຟອກຂາວໃຫ້ແໜ້ນໜາ ເພື່ອປ້ອງກັນການການລົ້ນອອກມາ ແລະ ໃຫ້ນ້ຳຢາຟອກຂາວເຂັ້ມຂຸ້ນພຽງພໍທີ່ຈະຂ້າເຊື້ອໂລກ. ຖ້າບໍ່ປິດຄູ່ໃຫ້ແໜ້ນໜາສານຄູ່ຮິນຈະປົວຫາຍໄປ. ຖົງມື, ລະແລັງສັກຢາ, ຖົງນ້ຳທະເລ ແລະ ສິ່ງອື່ນໆທີ່ຈະບໍ່ນຳມາໃຊ້ຄືນໃຫ້ຕັດເປັນສິ້ນສ່ວນນ້ອຍໆຫຼັງຈາກເອົາອອກຈາກຄູ່ສານຟອກຂາວ.

ວິທີຜະລິດຄູໃສ່ສານຟອກຂາວ

ວິທີໜຶ່ງທີ່ຈະຂ້າເຊື້ອໂລກດ້ວຍສານຟອກຂາວຢ່າງປອດໄພແມ່ນໃຫ້ໃຊ້ຄູໃສ່ສານຟອກຂາວ. ຄູໃສ່ສານຟອກຂາວໃຫມ່ມີ 2 ສ່ວນຄື: ຄູ ຫຼື ພາຊະນະບັນຈຸທີ່ໃຊ້ບັນຈຸນ້ຳຢາຟອກຂາວ ແລະ ພາຊະນະບັນຈຸ ຫຼື ຄູທີ່ເກັບໄວ້ຂ້າງໃນທີ່ມີຮູນ້ອຍໆ ຫຼາຍໆຮູ ຄ້າຍຄືເຄື່ອງກັ່ນຕອງ ຫຼື ຖົງຖັກຫຼົມໆ ເພື່ອບັນຈຸສິ່ງເສດເຫຼືອ. ນອກຈາກນີ້ຄູໃສ່ສານຟອກຂາວຕ້ອງມີຝາປິດທີ່ແໜ້ນໜາ. ການກະກຽມຄູໃສ່ສານຟອກຂາວໃຫ້ປະຕິບັດດັ່ງນີ້:

ເອົານ້ຳຢາຟອກຂາວ 5% (ເບິ່ງຕົວຢ່າງຢູ່ຂ້າງເທິງ). ຄຸນອກຄວນຈະບັນຈຸຢ່າງໜ້ອຍເຄິ່ງໜຶ່ງຂອງນ້ຳຢາຟອກຂາວ. ວາງພາຊະນະບັນຈຸ, ເຄື່ອງຕອງ ຫຼື ຄູນ້ອຍໃສ່ຂ້າງໃນຄຸນອກເພື່ອເຮັດໃຫ້ນ້ຳຢາຟອກຂາວໄຫຼຜ່ານຕາມຮູ. ຕ້ອງແນ່ໃຈວ່ານ້ຳຢາຟອກຂາວບໍ່ລົ້ນອອກຈາກພາຊະນະບັນຈຸຂ້າງໃນ, ແຕ່ວ່າໃຫ້ນ້ຳຢາຟອກຂາວໄຫຼຜ່ານຮູເພື່ອເຮັດໃຫ້ນ້ຳຢາສາມາດປົກຄຸມສິ່ງຂອງເສດເຫຼືອໄດ້ທັງໝົດ.



ສິ່ງທີ່ສໍາຄັນ: ບໍ່ຄວນເອົາສານຟອກຂາວປົນກັບສານເຄມີອື່ນໆ, ໂດຍສະເພາະແມ່ນແກັດເອັມໂມເນຍ. ເມື່ອເອົາສານຟອກຂາວປະສົມກັບແກັດເອັມໂມເນຍຈະກາຍເປັນແກັດໜຶ່ງທີ່ເປັນພິດ ເຊິ່ງເຮັດໃຫ້ເສຍຊີວິດໄດ້ຖ້າຫາກສູດດິມເອົາສານດັ່ງກ່າວ ແລະ ອາດຈະເກີດຄວາມຮ້ອນທີ່ອາດຈະລະເບີດໄດ້. ໃຫ້ລ້າງມືໃຫ້ສະອາດຫຼັງຈາກຈັບບາຍສານຟອກຂາວ.

ການຊັກຜ້າ

ໂຮງພະຍາບານຫຼາຍແຫ່ງໃນອະດີດ ໃຊ້ອາຊິດ ກາກໂບລິກ (carbolic acid) ເພື່ອຂ້າເຊື້ອໂລກຂອງຜ້າປູຕ່າງໆ. ແຕ່ວ່າວິທີດັ່ງກ່າວແມ່ນຈຳເປັນສຳລັບຜ້າປູຂອງຄົນທີ່ນຳເອົາໄປຈັດການເຜົາຖິ້ມ. ເພື່ອຢາກຂ້າເຊື້ອໂລກຂອງຜ້າປູ ແລະ ເສື້ອຜ້າ ໃຫ້ນຳເອົາຜ້າປູ ແລະ ເສື້ອຜ້າດັ່ງກ່າວໄປແຂ່ງໃນສານຟອກຂາວເປັນເວລາ 10 ນາທີ ກ່ອນຈະນຳໄປຊັກດ້ວຍນ້ຳຮ້ອນ ແລະ ສະບູ. ໃຫ້ໃຊ້ຖົງມືທຸກຄັ້ງເວລານຳເອົາເສື້ອຜ້າອອກຈາກສານຟອກຂາວ.

ການຂ້າເຊື້ອດ້ວຍຄວາມຮ້ອນ

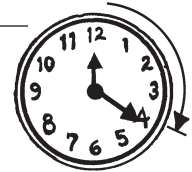
ສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບຫຼາຍແຫ່ງໃຊ້ເຕົາຂ້າເຊື້ອດ້ວຍອາຍນ້ຳ ແລະ ຄວາມຮ້ອນ ຫຼື ເຕົາໄມໂຄເວບ (ລາຍລະອຽດເບິ່ງຢູ່ໜ້າ 532) ເພື່ອຂ້າເຊື້ອໂລກໃນສະແລັງສັກຢາ, ອຸປະກອນການແພດ ແລະ ສິ່ງເສດເຫຼືອຈຳນວນໜຶ່ງ. ຖ້າຫາກທ່ານບໍ່ມີເຕົາຂ້າເຊື້ອດ້ວຍອາຍນ້ຳ ແລະ ຄວາມຮ້ອນ ຫຼື ເຕົາໄມໂຄເວບ, ໃຫ້ທ່ານຕົ້ມ, ໜັ່ງ ຫຼື ໃຊ້ເຄື່ອງມືທີ່ໃຊ້ແຮງດັນອາຍນ້ຳຢ່າງໜ້ອຍ 20 ນາທີ ຈະສາມາດຂ້າເຊື້ອໄດ້ ເຊັ່ນກັນ. ສິ່ງເສດເຫຼືອອື່ນໆທີ່ສາມາດກຳຈັດໄດ້ ບໍ່

ຄວນຂ້າເຊື້ອໂລກປົນກັບອຸປະກອນອື່ນໆທີ່ຈະນຳມາໃຊ້ອີກ ເພາະວ່າການເກັບມ້ຽນອຸປະກອນທີ່ຈະນຳມາໃຊ້ຄືນໃຫ້ສະອາດແມ່ນພົບກັບຄວາມຫຍຸ້ງຍາກ ເມື່ອທ່ານແຍກຫຼັງຈາກທີ່ຂ້າເຊື້ອແລ້ວ.

ໃຫ້ສວມໃສ່ຖົງມື ແລະ ໜ້າກາກເມື່ອເວລາຕັດວັດຖຸທີ່ເປັນປູດສະຕິກ ແລະ ແຜ່ນແພເປັນສິ່ນສ່ວນນ້ອຍ ເຊັ່ນ: ສາຍດູດນ້ຳຢູ່ງວ, ຖົງນ້ຳທະເລ, ທໍ່ສົ່ງນ້ຳທະເລ, ຜ້າພັນບາດ ແລະ ອື່ນໆ.

ວິທີທີ່ແນ່ໃຈເພື່ອທົດສອບວ່າສິ່ງຂອງຕ່າງໆຖືກຂ້າເຊື້ອ

ເວລາຕົ້ມ, ໜັ່ງ ແລະ ໃຊ້ຄວາມດັນຂອງອາຍ, ໃຫ້ເລີ່ມນັບເວລາຈົນຮອດ 20 ນາທີ ຫຼັງຈາກທີ່ນ້ຳຟົດເຕັມທີ່. ບໍ່ໃຫ້ນຳເອົາສິ່ງຂອງທີ່ຈະຂ້າເຊື້ອລົງໄປໃນໝໍ້ທີ່ທ່ານເລີ່ມຕົ້ນນັບເວລາ. ຫຼັງຈາກເວລາຜ່ານໄປ 20 ນາທີ ໃຫ້ມອດໄຟ ແລະ ປ່ອຍໃຫ້ມັນເຢັນ. ສິ່ງຂອງທີ່ຈະນຳມາໃຊ້ຄືນຫຼັງຈາກທີ່ຕົ້ມ ຫຼື ໜັ່ງແລ້ວ ຕ້ອງໄດ້ເອົາອອກດ້ວຍການໃຊ້ຖົງມື ຫຼື ເຫຼັກຄີບທີ່ບໍ່ມີເຊື້ອໂລກໃດໆ ແລະ ເກັບມ້ຽນໄວ້ຂ້າງໃນຂອງພາຊະນະບັນຈຸທີ່ຂ້າເຊື້ອແລ້ວ ແລະ ຕິດປ້າຍໄວ້. ນ້ຳທີ່ໃຊ້ຕົ້ມຂ້າເຊື້ອໂລກສາມາດຖອກຖິ້ມລົງທໍ່ລະບາຍນ້ຳໄດ້ຢ່າງປອດໄພ.



ການຂ້າເຊື້ອໂລກດ້ວຍການຕົ້ມ

ທ່ານສາມາດຂ້າເຊື້ອໂລກດ້ວຍເຄື່ອງມືທີ່ເປັນໂລຫະ, ຢາງ ຫຼື ຢາງປູດສະຕິກ ແລະ ແຜ່ນແພດ້ວຍການນຳເອົາໄປຕົ້ມ. ພາຍ ຫຼັງທີ່ທ່ານລ້າງເຄື່ອງມື ແລະ ສະເດັດນ້ຳອອກແລ້ວ, ໃຫ້ນຳເອົາໄປໃສ່ໝໍ້, ຖອກນ້ຳໃສ່ ແລະ ນຳໝໍ້ໄປຕົ້ມໃຫ້ຟົດເປັນເວລາ 20 ນາທີ.



ການຂ້າເຊື້ອໂລກດ້ວຍການໜັ່ງ ຫຼື ອົບ

ທ່ານສາມາດຂ້າເຊື້ອໂລກຖົງມື, ໜ້າກາກ ແລະ ເຄື່ອງມືອື່ນໆ ທີ່ຜະລິດຈາກໂລຫະ ຫຼື ປູດສະຕິກດ້ວຍການໜັ່ງ ຫຼື ອົບ. ທ່ານບໍ່ຈຳເປັນໃຫ້ນຳຖ້ວມເຄື່ອງມືຕ່າງໆພາຍໃນໝໍ້, ແຕ່ທ່ານຕ້ອງໃຫ້ນ້ຳພຽງພໍເພື່ອໃຫ້ອາຍພົ້ນຂຶ້ນມາເປັນເວລາ 20 ນາທີ. ໝໍ້ທີ່ໃຊ້ໜັ່ງ ຫຼື ອົບຄວນມີຝາປິດທີ່ແໜ້ນໜາ.

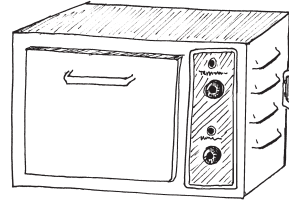
ການຂ້າເຊື້ອໂລກດ້ວຍການໃຊ້ຄວາມດັນຂອງອາຍ

ທ່ານສາມາດໃຊ້ຄວາມດັນຂອງອາຍເພື່ອຂ້າເຊື້ອໂລກຂອງໂລຫະ, ຢາງ, ຢາງປູດສະຕິກ ແລະ ແຜ່ນແພ. ໃຫ້ລ້າງອຸປະກອນ ແລະ ປະໂຫຍດສະເດັດນ້ຳ ອຸປະກອນທີ່ນຳມາຂ້າເຊື້ອ ແລະ ນຳເອົາໄປໃສ່ໃນເຕົາຄວາມດັນທີ່ໃຊ້ອາຍນ້ຳ. ປິດຝາໃຫ້ແໜ້ນນຳໄປຕົ້ມເທິງເຕົາໄຟ. ຫຼັງຈາກທີ່ນ້ຳຟົດແລ້ວ, ຕົ້ມໃຫ້ໄດ້ຄວາມດັນ 15 ຫາ 20 ປອນເປັນເວລາ 20 ນາທີ.



ການຂ້າເຊື້ອໂລກດ້ວຍການໃຊ້ເຕົາອົບອາຍນ້ຳພາຍໃຕ້ຄວາມດັນ

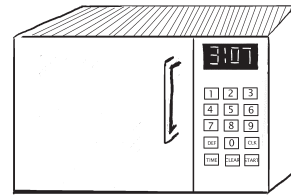
ເຕົາອົບອາຍນ້ຳພາຍໃຕ້ຄວາມດັນແມ່ນເຄື່ອງຈັກນ້ອຍຊະນິດໜຶ່ງທີ່ໃຊ້ຂ້າເຊື້ອສິ່ງຂອງຕ່າງໆດ້ວຍການໃຊ້ອາຍນ້ຳຮ້ອນ ແລະ ຄວາມດັນ. ເຕົາອົບດັ່ງກ່າວໄດ້ຖືກນຳໃຊ້ຂ້າເຊື້ອອຸປະກອນການແພດເປັນເວລາຫຼາຍປີແລ້ວ. ເຕົາດັ່ງກ່າວຖືກນຳໃຊ້ນັບມື້ນັບຫຼາຍຂຶ້ນເພື່ອກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອອື່ນໆຕື່ມອີກ.



ການໃຊ້ເຕົາສອງອັນທີ່ແຍກຈາກກັນແມ່ນປອດໄພທີ່ສຸດ - ເຕົາທີ່ໜຶ່ງແມ່ນສຳລັບເຄື່ອງມືທີ່ຈະນຳມາໃຊ້ອີກ ແລະ ອີກເຕົາໜຶ່ງສຳລັບສິ່ງເສດເຫຼືອ. ສຳລັບສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບທີ່ມີສິ່ງເສດເຫຼືອຈຳນວນໜ້ອຍທີ່ຈະນຳໄປຂ້າເຊື້ອ, ການໃຊ້ໝໍອາຍນ້ຳທີ່ໃຊ້ຄວາມດັນແມ່ນເໝາະສົມເພາະວ່າລາຄາບໍ່ແພງ ແລະ ໃຊ້ໄດ້ດີກັນກັບເຕົາອົບອາຍນ້ຳພາຍໃຕ້ຄວາມດັນ. ສຳລັບພື້ນທີ່ທີ່ບໍ່ມີໄຟຟ້າ, ຖ້າເປັນໄປໄດ້ໃຫ້ສ້າງເຕົາອົບອາຍນ້ຳພາຍໃຕ້ຄວາມດັນດ້ວຍການໃຊ້ແກັດ, ນ້ຳມັນກາດ ຫຼື ລະບົບພະລັງງານແສງອາທິດ.

ການຂ້າເຊື້ອໂລກດ້ວຍເຕົາໄມໂຄເວບ

ເຕົາອົບໄມໂຄເວບຈະເຮັດໃຫ້ວັດຖຸຕ່າງໆທີ່ມີຄວາມຊຸ່ມຮ້ອນເວລາເອົາເຂົ້າໄປໃນເຕົາອົບໄມໂຄເວບ. ເວລານຳເອົາ ວັດຖຸເຂົ້າໄປໃນເຕົາໄມໂຄເວບດ້ວຍການໃຊ້ຄວາມຮ້ອນບວກກັບເວລາໃດໜຶ່ງສາມາດນຳໄປສູ່ການຂ້າເຊື້ອໂລກໄດ້. ຍ້ອນວ່າເຕົາອົບໄມໂຄເວບມີຄວາມແຕກຕ່າງ



ທາງດ້ານພະລັງ, ໃຫ້ທ່ານໃຊ້ຢ່າງລະມັດລະວັງເມື່ອເວລາທ່ານຂ້າເຊື້ອໂລກດ້ວຍວິທີນີ້. ເພື່ອຄວາມໝັ້ນໃຈການຂ້າເຊື້ອໃຫ້ໄດ້ໃນລະດັບສູງໃຫ້ປະຕິບັດດັ່ງນີ້:

1. ໃຫ້ນຳເອົາສິ່ງເສດເຫຼືອເຂົ້າໄປໃນພາຊະນະບັນຈຸທີ່ບໍ່ແມ່ນໂລຫະດ້ວຍການໃຊ້ນ້ຳພຽງພໍທີ່ຈະຖ້ວມສິ່ງເສດເຫຼືອ.
2. ໃຫ້ເອົາຝາປິດທີ່ຫຼົມປົກທາງເທິງຂອງພາຊະນະບັນຈຸເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການແຫ້ງຂອງນ້ຳໃນເວລາອົບ.
3. ອົບສິ່ງເສດເຫຼືອໃນເຕົາໄມໂຄເວບຢ່າງໜ້ອຍ 20 ນາທີ.
4. ປ່ອຍໃຫ້ພາຊະນະບັນຈຸເຢັນກ່ອນຈະໄຂເຕົາ. ກຳຈັດຖິ້ມສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ເປັນທາດແຫຼວໃນເຕົາໄມໂຄເວບ ໄວ້ໃນຊຸມເກັບຂີ້ເຫຍື້ອ (ລາຍລະອຽດເບິ່ງຢູ່ໜ້າ 540) ຫຼືທ່ານສາມາດຖິ້ມລົງໄປໃນທໍລະບາຍນ້ຳເບື້ອນໄດ້ຢ່າງປອດໄພ.

ສິ່ງທີ່ລຳຄັນ: ບໍ່ໃຫ້ເອົາວັດຖຸທີ່ເປັນໂລຫະເຂົ້າໄປໃນເຕົາໄມໂຄເວບ ເພາະວ່າອາດຈະເຮັດໃຫ້ເຕົາເປ່ເພໄດ້.

ຫຼັງຈາກທີ່ຂ້າເຊື້ອໂລກແລ້ວ

ບໍ່ວ່າຈະເປັນການຂ້າເຊື້ອປະເພດໃດທີ່ທ່ານໃຊ້ (ສານເຄມີ ຫຼື ຄວາມຮ້ອນ), ສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ຖືກຂ້າເຊື້ອແລ້ວຄວນຈະຖືກເກັບມ້ຽນໄວ້ໃນຖົງຢ່າງປອດໄພຫຼືກຳຈັດຖິ້ມທັນທີທັນໃດ. ໃຫ້ເກັບມ້ຽນສິ່ງເສດເຫຼືອໃຫ້ຫ່າງໄກຄົນເຈັບ ແລະ ຕ້ອງແນ່ໃຈວ່າ ສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ຂ້າເຊື້ອແລ້ວບໍ່ປົນກັບສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ບໍ່ໄດ້ຂ້າເຊື້ອ.

ການບຳບັດ ແລະ ການກຳຈັດຂອງແຫຼມຄົມ

ບັນຫາສຸຂະພາບຕ່າງໆທີ່ເກີດຈາກສິ່ງເສດເຫຼືອຂອງໂຮງພະຍາບານແມ່ນເປັນສາເຫດມາຈາກສິ່ງຂອງແຫຼມຄົມ. ເຂັມສັກຢາ, ມີດລ່າມ, ມີດສອງຄົມທີ່ໃຊ້ໃນການຜ່າຕັດ ແລະ ອຸປະກອນມີຄົມອື່ນໆສາມາດກໍ່ໃຫ້ເກີດບາດແຜ ແລະ ຕິດເຊື້ອໄດ້ສະນັ້ນທ່ານຕ້ອງຈັດການກັບສິ່ງຂອງເຫຼົ່ານີ້ຢ່າງລະມັດລະວັງ. ຢູ່ຂ້າງນອກສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບ, ສິ່ງຂອງແຫຼມຄົມອາດຈະເຮັດໃຫ້ຄົນທີ່ເກັບສິ່ງເສດເຫຼືອ ແລະ ນຳສິ່ງເສດເຫຼືອໄປໃຊ້ຄືນໄດ້ຮັບອັນຕະລາຍ.

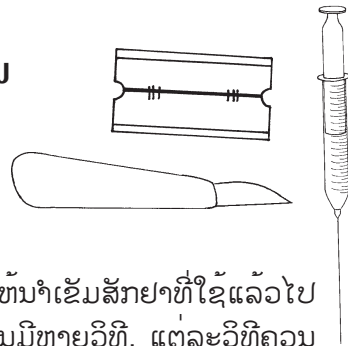
ເພື່ອຢາກຫຼຸດຜ່ອນສິ່ງຂອງເສດເຫຼືອທີ່ແຫຼມຄົມ, ໃຫ້ທ່ານໃຊ້ການສັກຢາເມື່ອເວລາຈຳເປັນເທົ່ານັ້ນ. (ສຳລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມກ່ຽວກັບເມື່ອໃດຄວນສັກຢາແລະເມື່ອໃດບໍ່ຄວນສັກຢາ, ໃຫ້ເບິ່ງປຶ້ມຢູ່ໄກແພດ ໜ້າ 65 ຫາ 74).

ການກຳຈັດເຂັມ ແລະ ສະແລັງສັກຢາທີ່ປອດໄພ

ຫຼັງຈາກທີ່ສັກຢາແລ້ວ, ທ່ານຄວນເອົາເຂັມສັກຢາອອກຈາກສະແລັງສັກຢາ ແລະ ເອົາມ້ຽນໄວ້ໃນພາຊະນະບັນຈຸເຂັມສັກຢາທັນທີທັນໃດ. ການເອົາຝາອັດໃສ່ເຂັມສັກຢາຄືນແມ່ນອັນຕະລາຍ ແລະ ທາງທີ່ດີທີ່ສຸດແມ່ນໃຫ້ຫຼີກເວັ້ນວິທີດັ່ງກ່າວ.

ຖ້າຫາກທ່ານບໍ່ໄດ້ໃຊ້ເຂັມສັກຢາທີ່ສາມາດນຳມາໃຊ້ຄືນ, ໃຫ້ນຳເຂັມສັກຢາທີ່ໃຊ້ແລ້ວໄປຖິ້ມສະເໝີ. ວິທີເອົາເຂັມສັກຢາອອກຈາກສະແລັງສັກຢາແມ່ນມີຫຼາຍວິທີ, ແຕ່ລະວິທີຄວນຈະປະຕິບັດດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້:

- ເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ເຂັມສັກຢາຕິດໃຫ້ທ່ານໃຊ້ມີພຽງເບື້ອງດຽວເທົ່ານັ້ນ.
- ຖິ້ມເຂັມສັກຢາໃນພາຊະນະບັນຈຸທີ່ແຂງເພື່ອບໍ່ໃຫ້ເຂັມແທງຊອດອອກມາ.
- ການໃຊ້ສະແລັງ ແລະ ເຂັມສັກຢາຄວນຈະງ່າຍ ແລະ ສະດວກສະບາຍສຳລັບທ່ານໝໍ ແລະ ພະຍາບານ.



ວິທີຜະລິດກ່ອງທີ່ມີຮູກະແຈສຳລັບເກັບມ້ຽນເຂັມສັກຢາ

ກ່ອງທີ່ມີຮູກະແຈແມ່ນກ່ອງໂລຫະທີ່ມີປ່ອງແຄບຍາວ ເຊິ່ງເບື້ອງໜຶ່ງກວ້າງ ແລະ ອີກເບື້ອງໜຶ່ງແຄບ. ທ່ານສາມາດຊື້ກ່ອງດັ່ງກ່າວ ຫຼື ຈ້າງໃຫ້ຮ້ານຈອດເຫຼັກເຮັດໃຫ້. ທ່ານສາມາດຜະລິດ ຈາກກະປອງກາເຟ ຫຼື ພາຊະນະບັນຈຸໂລຫະແຂງ. ສິ່ງສຳຄັນແມ່ນກ່ອງດັ່ງກ່າວສາມາດເຮັດໃຫ້ທ່ານເອົາເຂັມສັກຢາອອກຈາກສະແລັງສັກຢາໂດຍທີ່ບໍ່ຕ້ອງສຳຜັດເຂັມສັກຢາ.

1 ເມື່ອທ່ານໃຊ້ສະແລັງສັກຢາແລ້ວ, ໃຫ້ເອົາເຂັມສັກຢາປ່ອນເຂົ້າໄປໃນປ່ອງເກັບມ້ຽນສິ່ງຂອງແຫຼມຄົມ ແລະ ເລື່ອນເຂັມໄປທາງເບື້ອງທີ່ຮອມທີ່ສຸດ.

2 ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ດຶງສະແລັງສັກຢາຂຶ້ນ ແລະ ເຂັມຈະຕົກລົງໄປໃນກ່ອງ. ໃຫ້ນຳເອົາສະແລັງໄປເກັບມ້ຽນໄວ້ໃນພາຊະນະບັນຈຸຂີ້ເຫຍື້ອ.

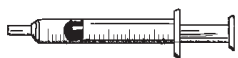
3 ເມື່ອພາຊະນະບັນຈຸສິ່ງຂອງແຫຼມຄົມເຕັມ 3/4, ໃຫ້ຕິດກ່ອງດ້ວຍສະກັອດ ແລະ ເອົາໄປຖິ້ມໃສ່ຊຸມສຳລັບສິ່ງຂອງແຫຼມຄົມຫຼືຖັງສຳລັບສິ່ງຂອງແຫຼມຄົມ. (ລາຍລະອຽດ ເບິ່ງຢູ່ໜ້າ 540 ສຳລັບການຝັງສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ແຫຼມຄົມທີ່ປອດໄພ).



ສະແລັງສັກຢາປະເພດຕ່າງໆ



ສະແລັງສັກຢາທີ່ສາມາດນຳມາໃຊ້ຄືນ ແມ່ນສະແລັງສັກຢາທີ່ສາມາດນຳມາໃຊ້ຄືນຫຼັງຈາກທີ່ໃຊ້ແລ້ວ. ສະແລັງສັກຢາທີ່ສາມາດນຳມາໃຊ້ຄືນເຮັດໃຫ້ຂີ້ເຫຍື້ອໜ້ອຍ ແລະ ສາມາດປະຍັດເງິນ, ແຕ່ວ່າທ່ານຕ້ອງທຳຄວາມສະອາດຢ່າງລະມັດລະວັງ ແລະ ຂ້າເຊື້ອທຸກໆຄັ້ງທີ່ໃຊ້. ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ໃຊ້ສະແລັງສັກຢາໂດຍທີ່ບໍ່ໄດ້ທຳຄວາມສະອາດ ແລະ ບໍ່ໄດ້ຂ້າເຊື້ອເສຍກ່ອນ. ເຊື້ອ HIV, ໂລກຕັບອັກເສບ ແລະ ພະຍາດອື່ນໆຈະແຜ່ລາມໄດ້ງ່າຍຖ້າຫາກວ່າເຂັມ ແລະ ສະແລັງສັກຢາບໍ່ໄດ້ຂ້າເຊື້ອຢ່າງລະມັດລະວັງໃນໄລຍະທີ່ໃຊ້.



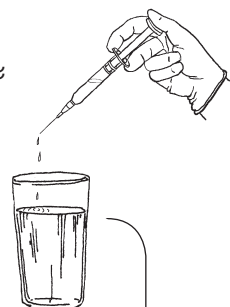
ສະແລັງສັກຢາທີ່ໃຊ້ແລ້ວຖິ້ມ ແມ່ນສະແລັງສັກຢາທີ່ໃຊ້ແລ້ວຖິ້ມໄດ້ເລີຍ ຫຼັງຈາກໃຊ້ພຽງເທື່ອດຽວ ໂດຍທີ່ມີເຂັມສັກຢາຍັງຄາຢູ່. ສະແລັງສັກຢາທີ່ໃຊ້ແລ້ວຖິ້ມບາງຊະນິດສາມາດເອົາເຂັມອອກ ແລ້ວນຳໄປຕົ້ມ, ໜັງ ຫຼື ອົບ ແລະ ນຳມາໃຊ້ຄືນຫຼາຍໆຄັ້ງ. ວິທີດັ່ງກ່າວແມ່ນບໍ່ຢາກແນະນຳໃຫ້ເຮັດ ເພາະວ່າຖ້າຫາກສະແລັງ

ຫຼື ເຂັມສັກຢາບໍ່ໄດ້ຮັບການຂ້າເຊື້ອຢ່າງລະອຽດຈະເຮັດໃຫ້ເຊື້ອພະຍາດແຜ່ລາມໄດ້.



ສະແລັງສັກຢາທີ່ໃຊ້ແລ້ວຖິ້ມແບບອັດຕະໂນມັດ ຈະລັອກ ຫຼື ຈະເຮັດໃຫ້ເຂັມສັກຢາຕົ້ນຫຼັງຈາກທີ່ທ່ານໃຊ້ສະແລັງ, ເພາະສະນັ້ນທ່ານບໍ່ສາມາດນຳເອົາສະແລັງດັ່ງກ່າວນຳມາໃຊ້ຄືນ. ແຕ່ວ່າສະແລັງສັກຢາທີ່ໃຊ້ແລ້ວຖິ້ມແບບອັດຕະໂນມັດແມ່ນຍັງມີເຂັມຄາຢູ່ ເຊິ່ງຍັງເປັນອັນຕະລາຍຂອງອຸປະຕິເຫດທີ່ມີເຂັມຕິດຢູ່ບໍ່ວ່າຈະຢູ່ໃນ ຫຼື ນອກສູນປິ່ນ ປົວສຸຂະພາບ. ສຳລັບວິທີກຳຈັດທີ່ປອດໄພ ເບິ່ງຢູ່ໜ້າ 539 ຫາ 540.

ສິ່ງທີ່ສຳຄັນ: ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ໃຊ້ສະແລັງແລະເຂັມສັກຢາໂດຍທີ່ບໍ່ໄດ້ທຳຄວາມສະອາດ ແລະ ບໍ່ໄດ້ຂ້າເຊື້ອເສຍກ່ອນ.



ວິທີທຳຄວາມສະອາດ ແລະ ຂ້າເຊື້ອສະແລັງສັກຢາ ແລະ ເຂັມສັກຢາທີ່ຈະນຳມາໃຊ້ຄືນ

ການໃຊ້ເຂັມສັກຢາຫຼາຍກວ່າໜຶ່ງຄັ້ງສາມາດເຮັດໃຫ້ຕິດເຊື້ອ HIV ຫຼື ພະຍາດອື່ນໆ ຖ້າຫາກທ່ານບໍ່ທຳຄວາມສະອາດ ແລະ ຂ້າເຊື້ອຢ່າງລະອຽດ. ສະນັ້ນ ວິທີທີ່ດີໃຫ້ຫຼີກເວັ້ນການກະທຳຄືດັ່ງກ່າວ. ແຕ່ວ່າຊຸມຊົນຫຼາຍແຫ່ງບໍ່ມີສະແລັງ ແລະ ເຂັມສັກຢາພຽງພໍທີ່ຈະຊອກຫາເອົາໃໝ່ຫຼັງຈາກທີ່ໃຊ້ພຽງເທື່ອດຽວເທົ່ານັ້ນ. ຕໍ່ກັບເຫດຜົນດັ່ງກ່າວ, ພວກເຮົາໄດ້ບັນຈຸຂໍ້ມູນຕ່າງໆ ກ່ຽວກັບວິທີທຳຄວາມສະອາດ ແລະ ຂ້າເຊື້ອສະແລັງ ແລະ ເຂັມສັກຢາທີ່ຈະນຳມາໃຊ້ຄືນ.

- ❶ ສວມໃສ່ຖົງມືທີ່ໜ້າເພື່ອປ້ອງກັນເຊື້ອພະຍາດ.
- ❷ ໃຊ້ເຂັມສັກຢາດູດເອົານ້ຳຢາຟອກຂາວດ້ວຍປະລິມານ 5% (ລາຍລະອຽດ ເບິ່ງຢູ່ໜ້າ 529) ຂຶ້ນໄປໃນສະແລັງສັກຢາ.
- ❸ ສືດນ້ຳຢາຟອກຂາວອອກມາ.
- ❹ ປະຕິບັດຄືດັ່ງກ່າວຫຼາຍໆຄັ້ງ. ໃຊ້ນ້ຳສະອາດລ້າງຫຼາຍຄັ້ງ.
- ❺ ປິດເຂັມອອກຈາກສະແລັງ ແລະ ນຳເອົາໄປຕົ້ມ, ໜັ່ງ ຫຼື ອີບ (ລາຍລະອຽດ ເບິ່ງຢູ່ໜ້າ 531).



ການກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ກໍ່ໃຫ້ເກີດການຕິດເຊື້ອໂລກ

ແຜນວາດຢູ່ຂ້າງລຸ່ມນີ້ສະແດງໃຫ້ເຫັນເຖິງເວລາ, ວິທີຂ້າເຊື້ອ ແລະ ກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ກໍ່ໃຫ້ເກີດຢູ່ຕາມສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບຂະໜາດນ້ອຍ. ສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບບາງແຫ່ງອາດຈະບໍ່ສາມາດນຳໃຊ້ວິທີທັງໝົດຂ້າງລຸ່ມນີ້ ຫຼື ອາດຈະບໍ່ມີອຸປະກອນເປັນຂອງຕົວເອງ ແລະ ບໍ່ມີວິທີໃນການບຳບັດສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ດີ. ສິ່ງສຳຄັນໃນການປ້ອງກັນການຕິດເຊື້ອໂລກໃຫ້ນຳໃຊ້ລະບົບໃດໜຶ່ງທີ່ທຸກໆຄົນຢູ່ໃນສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບສາມາດເຂົ້າໃຈ ແລະ ປະຕິບັດຕາມ.

ສິ່ງທີ່ສຳຄັນ: ໃຫ້ປະຕິບັດຕາມກົດລະບຽບຕ່າງໆກ່ຽວກັບການກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານ

→ ໃຫ້ແຍກຕາມ ປະເພດຂອງ ຂີ້ເຫຍື້ອ	ສິ່ງຂອງທີ່ມີຄືມ: ເຂັມສັກຢາ, ມີດລ່າມ, ມີດສອງຄືມທີ່ໃຊ້ຜ່າຕັດ, ແກ້ວແຕກ ແລະ ອຸປະ ກອນອື່ນໆທີ່ມີຄືມ.	ສິ່ງຂອງທີ່ປົນເປື້ອນກັບເລືອດຄົນ ຫຼື ທາດແຫຼວຈາກຮ່າງກາຍ: ຖົງເລືອດ, ຊຸດເຄື່ອງມື, ສະແລັງສັກຢາ, ຖົງມື, ໜ້າກາກ, ຜ້າພັນບາດ, ຝ້າຍສຳລິ ແລະ ຂີ້ເຫຍື້ອອື່ນໆ.	ເລືອດ, ຂອງແຫຼວ ຂອງຮ່າງກາຍ ແລະ ອາຈີມ: ເລືອດ, ຂອງແຫຼວຈາກ ການດູດ, ອາຈີມ ແລະ ສິ່ງເສດເຫຼືອຮ່າງກາຍ ທີ່ປົນເປື້ອນ.	ພາກສ່ວນຕ່າງໆ ຂອງຮ່າງກາຍ: ແຂນ, ຂາ, ເນື້ອ ເຍື່ອ ແລະ ຜິວໜັງ ທີ່ຖືກຕັດ.
ແຍກຂີ້ເຫຍື້ອ ດ້ວຍການໃຊ້ ພາຊະນະບັນຈຸສີ.	 ກັບສຳລັບໃສ່ເຂັມສັກຢາ: ພາຊະນະໃຫ້ບັນຈຸສຳລັບ ສິ່ງຂອງທີ່ມີຄືມ	 ຫຼື  ຖົງ ຫຼື ພາຊະນະ ບັນຈຸສິ່ງເສດເຫຼືອ ທີ່ມີສີ. ຕັດຂີ້ເຫຍື້ອເປັນ ຕ່ອນນ້ອຍໆ ແລ້ວ ເອົາລົງໄປໃນຄຸບັນ ຈຸສານຟອກຂາວ.	 ຖົງ ຫຼື ພາຊະນະ ບັນຈຸສິ່ງເສດເຫຼືອ ທີ່ມີສີ.	 ຖົງ ຫຼື ພາຊະນະ ບັນຈຸສິ່ງເສດເຫຼືອ ທີ່ມີສີໂດຍທີ່ປິດ ຝາໃຫ້ແໜ້ນໜາ.
ປິດຝາພາ ຊະນະບັນຈຸ.	ເມື່ອພາຊະນະບັນຈຸເຕັມ ດ້ວຍຂະໜາດ ¾ ໃຫ້ໃຊ້ ສະກັອດຕິດໃສ່ພາຊະ ນະບັນຈຸ.	ເມື່ອພາຊະນະ  ຫຼື  ບັນຈຸເຕັມດ້ວຍຂະ ໜາດ ¾ ໃຫ້ໃຊ້ສະ ກັອດຕິດໃສ່ພາຊະ ນະບັນຈຸ.	ປິດຖົງ ແລະ ພາ ຊະນະບັນຈຸດ້ວຍ ຝາປິດທີ່ແໜ້ນໜາ.	ເມື່ອພາຊະນະ ບັນຈຸເຕັມດ້ວຍ ຂະໜາດ ¾ ໃຫ້ ໃຊ້ສະກັອດຕິດ ໃສ່ພາຊະນະບັນຈຸ.
ການຂ້າເຊື້ອ ຫຼື ນຳໄປຝັງ ຢ່າງປອດໄພ.	 ຫຼື  ນຳໄປຖິ້ມ ໃສ່ຊຸມເກັບ ມັງນສິ່ງ ຂອງແຫຼມ ຄືມ. ນຳເອົາພາ ຊະນະບັນຈຸ ໄປຖິ້ມລົງ ຊຸມເກັບຂີ້ ເຫຍື້ອ	 ຫຼື  ຂ້າເຊື້ອດ້ວຍການ ໃຊ້ຄວາມຮ້ອນ. ປະໄວ້ໃນຄຸບັນ ຈຸສານຟອກຂາວ ຢ່າງໜ້ອຍ 10 ນາທີ, ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ນຳ ໄປຖິ້ມ.	ສວມໃສ່ເຄື່ອງປ້ອງ ກັນເວລາຕື່ມສານ ຟອກຂາວລົງໄປໃນ ພາຊະນະບັນຈຸຢ່າງ ລະມັດລະວັງ ແລະ ປະໄວ້ 10 ນາທີ.	ນຳໄປຖິ້ມໃນຊຸມ ຝັງຂີ້ເຫຍື້ອຢ່າງ ປອດໄພ, ເອົາປູນ ຂາວໃສ່ລົງໄປໃນ ຊຸມ ແລະ ປົກ ດວຍດິນ.

ການກຳຈັດ ຂັ້ນຕອນສຸດ ທ້າຍ.	ຫຼື ເມື່ອຂຸມເກັບ ຂີ້ເຫຍື້ອໃກ້ ຈະເຕັມ, ໃຫ້ ປິດຂຸມດັ່ງ ກ່າວດ້ວຍ ຊີມັງ. ເມື່ອຖັງບັນ ຈຸເຕັມດ້ວຍ ຂະໜາດ 1/4, ໃຫ້ເອົາຊີມັງ ປິດສ່ວນເທິງ ແລະ ນຳເອົາ ຖັງດັ່ງກ່າວ ໄປຝັງໄວ້ບໍລິ ເວນຖິ້ມຂີ້ ເຫຍື້ອ.	ຫຼື ນຳຂີ້ເຫຍື້ອໄປຖິ້ມ ໃສ່ຂຸມຢ່າງປອດໄພ ແລະ ເອົາດິນປົກໄວ້. ເມື່ອຂຸມໃກ້ຈະເຕັມ ໃຫ້ເອົາດິນປົກໄວ້ ແລະ ປິດດ້ວຍຊີມັງ. ນຳເອົາແກ້ວ, ໂລ ຫະ ແລະ ຢາງ ປາດສະຕິກໄປຕາກ ໃຫ້ແຫ້ງ ແລະ ນຳ ມາໃຊ້ຄືນ ຫຼື ນຳ ເອົາໄປຜະລິດເປັນ ແນວອື່ນ.	ເອົາຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ເປັນ ຂອງແຫຼວໄປໃສ່ໃນ ຂຸມທີ່ມີສານຟອກ ຂາວຢ່າງປອດໄພ ຫຼື ເອົາໄປຖິ້ມໃສ່ທໍລະ ບາຍນ້ຳເບື້ອນທີ່ສະ ອາດ ຫຼື ວິດຊິມ.	ເມື່ອຂຸມໃກ້ຈະເຕັມ ໃຫ້ເອົາດິນປົກ ແລະ ອັດດ້ວຍ ຊີມັງ.
ສຳລັບຂໍ້ມູນ ເພີ່ມເຕີມ.	ເບິ່ງຢູ່ໜ້າ 534 ຫາ 535 ກ່ຽວກັບການຈັດການກັບ ສິ່ງແພງຄືມ ແລະ ໜ້າ 540 ກ່ຽວກັບການຝັງສິ່ງ ຂອງແພງຄືມ.	ເບິ່ງຢູ່ໜ້າ 526 ຫາ 532 ກ່ຽວກັບວິທີ ຕ່າງໆໃນການຂ້າເຊື້ອໂລກດ້ວຍຄວາມ ຮ້ອນ ແລະ ສານເຄມີ.	ເບິ່ງຢູ່ໜ້າ 525 ກ່ຽວ ກັບການກຳຈັດອາຈິມ ແລະ ສິ່ງຂອງເສດ ເຫຼືອທາດແຫຼວຈາກ ຮ່າງກາຍ ແລະ ໜ້າ 540 ສຳລັບຂຸມຝັງຂີ້ ເຫຍື້ອ ແລະ ຂຸມໃສ່ ສານຟອກຂາວ.	ເບິ່ງຢູ່ໜ້າ 525 ກ່ຽວກັບການຈັດ ການສ່ວນຕ່າງໆ ຂອງຮ່າງກາຍ ແລະ ໜ້າ 540 ສຳລັບການຝັງສິ່ງ ຂອງເສດເຫຼືອທີ່ ປອດໄພ.

ໂຄງການສັກຢາປ້ອງກັນພະຍາດ

ປະຊາຊົນຈຳນວນຫຼວງຫຼາຍໃນທົ່ວໂລກໄດ້ຮັບການສັກຢາພິເສດໂດຍຜ່ານໂຄງການສັກຢາປ້ອງກັນພະຍາດ (immunization/vaccination programs) ເພື່ອປ້ອງກັນເຊື້ອໂລກເຊັ່ນ: ພະຍາດໝາກສຸກ, ບາດທະຍັກ ແລະ ພະຍາດເບ້ຍລອຍ. ໂດຍປົກກະຕິໂຄງການສັກຢາປ້ອງກັນພະຍາດນີ້ແມ່ນໄດ້ຈັດຂຶ້ນໂດຍໂຄງການລະຫວ່າງປະເທດເຊັ່ນ: ອົງການອະນາໄມໂລກ (WHO) ແລະ ອົງການກອງທຶນເພື່ອເດັກແຫ່ງສະຫະປະຊາຊາດ (UNICEF) ໂດຍການຮ່ວມມືກັບລັດຖະບານປະເທດຕ່າງໆ, ລັດຖະບານທ້ອງຖິ່ນ ແລະ ບໍລິສັດທີ່ຜະລິດ ແລະ ຂາຍຢາວັກຊີນ.

ປົກກະຕິໂຄງການດັ່ງກ່າວນີ້ ບໍ່ໄດ້ບັນຈຸແຜນການຕ່າງໆກ່ຽວກັບການກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອ. ໃນຫຼາຍໆກໍລະນີ, ເຂົາເຈົ້າໄດ້ປະຖິ້ມຂີ້ເຫຍື້ອໃຫ້ຂຸມຊົນທີ່ໄດ້ຮັບການສັກຢາປ້ອງ

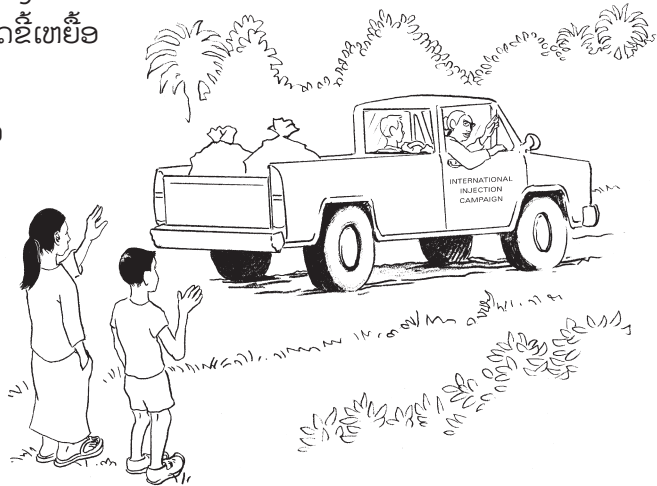


ກັນເຊື້ອໂລກເປັນຜູ້ກຳຈັດຂີ້ເຫຍື້ອດັ່ງກ່າວ. ບັນຫາດັ່ງກ່າວນີ້ໄດ້ນຳໄປສູ່ການຈູດຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ເປີດແປນເຊິ່ງກໍ່ໃຫ້ເກີດບັນຫາຕ່າງໆຕໍ່ກັບສຸຂະພາບຂອງຄົນ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມ.

ໂຄງການສັກຢາປ້ອງກັນພະຍາດຕ້ອງຮັບຜິດຊອບຕໍ່ກັບຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ເຂົາເຈົ້າສ້າງຂຶ້ນ

ໂຄງການປ້ອງກັນພະຍາດທີ່ມີການວາງແຜນ ແລະ ສະໜັບສະໜູນທີ່ພຽງພໍສາມາດກຳຈັດຂີ້ເຫຍື້ອຢ່າງປອດໄພດ້ວຍວິທີດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້:

- ໃຫ້ນຳໃຊ້ລົດບັນທຸກຄັນດຽວ ກັນກັບຄັນທີ່ຈັດສົ່ງອຸປະກອນສັກຢາ ແລະ ສິ່ງເສດເຫຼືອ ເພື່ອນຳເອົາມາບຳບັດ ແລະ ກຳຈັດຖິ້ມ. ແຕ່ຖ້າຫາກເປັນໂຄງການຢູ່ຫ່າງໄກ, ສູນບຳບັດຂີ້ເຫຍື້ອສູນກາງຄວນຈະສ້າງເຕົາທີ່ໃຊ້ຄວາມດັນອາຍ ແລະ ນຳໄປຖິ້ມໃນຊຸມຝັງຂີ້ເຫຍື້ອຢ່າງປອດໄພ.



- ໃຫ້ຊ່ວຍເຫຼືອຊຸມຊົນໃນການສ້າງລະບົບກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານ ທີ່ສາມາດໃຊ້ງານໄດ້ຍາວນານ ຫຼັງຈາກທີ່ໂຄງການສັກຢາປ້ອງກັນພະຍາດສິ້ນສຸດລົງ.
- ໃຫ້ນຳໃຊ້ເທັກໂນໂລຢີໃໝ່ ເຊັ່ນ: ກະບອກທີ່ໃຊ້ສັກຢາປ້ອງກັນພະຍາດ ເຊິ່ງຈະເຮັດໃຫ້ຂີ້ເຫຍື້ອໜ້ອຍລົງ ເພາະວ່າສິ່ງດັ່ງກ່າວບໍ່ໄດ້ໃຊ້ເຂັມ ແລະ ສະແລັງສັກຢາ.

ການຝັງສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານ

ຊຸມທີ່ໃຊ້ຝັງຂີ້ເຫຍື້ອແມ່ນມີຜົນປະໂຫຍດສຳລັບການກຳຈັດສິ່ງຂອງແຫຼມຄົມ, ສ່ວນຕ່າງຂອງຮ່າງກາຍ ແລະ ເຄື່ອງທີ່ພົດອາຍຸໃຊ້ງານ. ພະຍາຍາມບໍ່ໃຫ້ຖິ້ມສິ່ງຂອງທີ່ສາມາດປະສົມເປັນປຸຍໝັກໄດ້ (ເຊັ່ນ: ເສດອາຫານ) ລົງໄປໃນຊຸມຝັງຂີ້ເຫຍື້ອ, ບໍ່ໃຫ້ເອົາສິ່ງຂອງທີ່ສາມາດນຳມາໃຊ້ຄືນ (ເຊັ່ນ: ແກ້ວ ແລະ ຢາງບາງຊະນິດ) ຖິ້ມລົງໄປໃນສະຖານທີ່ຖິ້ມຂີ້ເຫຍື້ອພາຍຫຼັງທີ່ຂ້າເຊື້ອແລ້ວ ເຊັ່ນ: ຢາງ, ແຜນແພ ແລະ ຜ້າພັນບາດ.

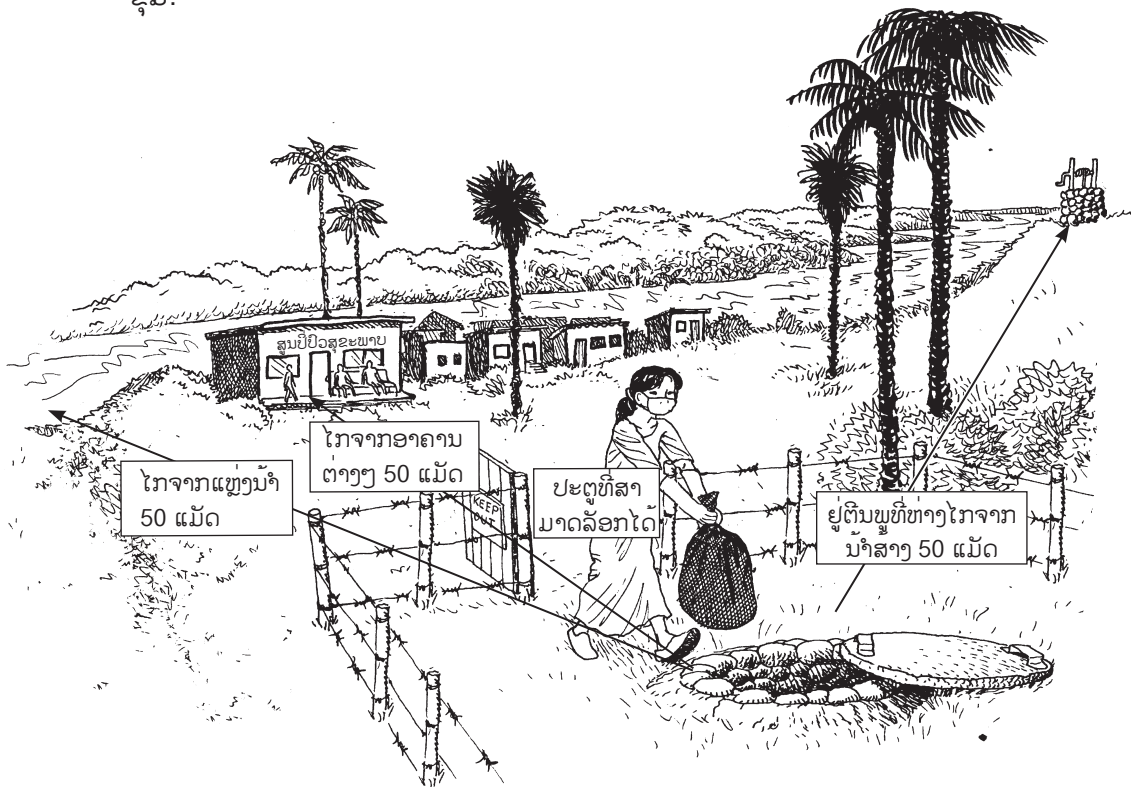
ຖ້າຫາກມີສະຖານທີ່ເກັບມ້ຽນຂີ້ເຫຍື້ອ ແລະ ບ່ອນຖິ້ມຂີ້ເຫຍື້ອຢູ່ໃກ້, ໃຫ້ທ່ານນຳເອົາຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ໃຊ້ແລ້ວມາທ້ອນໂຮມລວມກັນ ແລະ ນຳໄປຝັງຢູ່ທີ່ນັ້ນຢ່າງປອດໄພ. ຖ້າຫາກບໍ່ມີສະຖານທີ່ເກັບມ້ຽນຂີ້ເຫຍື້ອ ແລະ ບ່ອນຖິ້ມຂີ້ເຫຍື້ອຢູ່ໃກ້, ໃຫ້ທ່ານພິຈາລະນາກ່ຽວກັບ

ການສ້າງຊຸມເກັບຂີ້ເຫຍື້ອຂະໜາດນ້ອຍຢູ່ທີ່ສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບ ເພື່ອໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າຂີ້ເຫຍື້ອໄດ້ຝັງຖິ້ມຢ່າງປອດໄພ. ຍ້ອນວ່າສິ່ງຂອງແຫຼມຄົມຕ່າງໆແມ່ນເປັນສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ອັນຕະລາຍທີ່ສຸດ, ການຝັງເຂັມສັກຢາ ແລະ ອຸປະກອນອື່ນທີ່ແຫຼມຄົມໃນຊຸມຝັງທີ່ປອດໄພຢູ່ໃນສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບແມ່ນເປັນສິ່ງທີ່ດີທີ່ສຸດ.

ການຝັງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ປອດໄພທີ່ສຸດແມ່ນທຸກຄົນທີ່ຈັດການກັບສິ່ງເສດເຫຼືອຫາກເຂົາໃຈ ແລະ ປະຕິບັດຕາມຂະບວນການຕ່າງໆ.

ຊຸມຝັງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ປອດໄພ

ສຳລັບຊຸມຝັງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ປອດໄພ, ຄວນຈະຕັ້ງຢູ່ຕີນພູທີ່ຫ່າງໄກຈາກນ້ຳສ້າງ, ຢູ່ບໍລິເວນທີ່ມີບໍ່ນ້ຳໃຕ້ດິນບໍ່ຢູ່ໃນລະດັບດຽວກັບຊຸມຝັງຂີ້ເຫຍື້ອ, ໃຫ້ຫ່າງໄກຈາກແມ່ນ້ຳ, ຫວຍຮ່ອງ, ບໍ່ນ້ຳ ແລະ ແຫຼ່ງນ້ຳອື່ນໆຢ່າງໜ້ອຍ 50 ແມັດ. ຂອບຂອງຊຸມ ແລະ ພື້ນຂອງຊຸມຄວນຈະໂບກດ້ວຍດິນດາກເພື່ອປ້ອງກັນທາດແຫຼວອື່ນໆທີ່ຈະໄຫຼໄປສູ່ດິນ ແລະ ບໍ່ນ້ຳໃຕ້ດິນ. ຊຸມຝັງຂີ້ເຫຍື້ອຄວນມີເຄື່ອງໝາຍໃຫ້ດີ ແລະ ມີຮີວອ້ອມໄວ້ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ຄົນ ແລະ ສັດຕົກລົງໄປໃນຊຸມ.

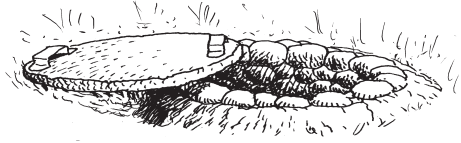


ໃຫ້ໃຊ້ຫຼັກການ 50 ແມັດ ເມື່ອທ່ານຂຸດຊຸມຝັງຂີ້ເຫຍື້ອ

ວິທີສ້າງຊຸມໃສ່ຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມີຝາປິດທີ່ເຮັດດ້ວຍຊີມັງ

ຊຸມເກັບຂີ້ເຫຍື້ອຊະນິດດັ່ງກ່າວນີ້ແມ່ນດີທີ່ສຸດສຳລັບຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມີເຊື້ອໂລກ ແລະ ບໍ່ສາມາດໃຊ້ກັບຂີ້ເຫຍື້ອໂດຍທົ່ວໄປ.

- ❶ ຊຸດຊຸມໃຫ້ກວ້າງ 1-2 ແມັດ ແລະ ເລິກ 2-5 ແມັດ. ພື້ນຂອງຊຸມຄວນຄວນຈະສູງກ່ວາລະດັບບໍ່ນຳໃຕ້ດິນຢ່າງໜ້ອຍ 1 ແມັດເຄິ່ງ.
- ❷ ໂບກພື້ນຊຸມດ້ວຍດິນດາກໃຫ້ໄດ້ຄວາມໜາຢ່າງໜ້ອຍ 30 ຊັງຕີແມັດ.
- ❸ ສ້າງຄູດິນອ້ອມຂ້າງທາງເທິງປາກຊຸມເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ນ້ຳໄຫຼລົງຊຸມ.

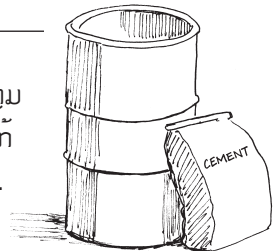


- ❹ ສ້າງຮົ່ວອ້ອມບໍລິເວນຊຸມໃສ່ຂີ້ເຫຍື້ອເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ເດັກນ້ອຍ ແລະ ສັດຕົກລົງໄປໃນຊຸມ. ທຸກຄັ້ງທີ່ເອົາຂີ້ເຫຍື້ອໄປຖິ້ມໃສ່ຊຸມ, ໃຫ້ເອົາດິນປົກໄວ້ດ້ວຍຄວາມໜາ 10 ຊັງຕີແມັດ ຫຼື ປະສົມກັນລະຫວ່າງດິນ ແລະ ປູນຂາວ. ປູນຂາວສາມາດຊ່ວຍຂ້າເຊື້ອໂລກໃນຂີ້ເຫຍື້ອ ແລະ ຈະເຮັດໃຫ້ແມງໄມ້ບໍ່ເຂົ້າມາໄກ້.

ເມື່ອຂີ້ເຫຍື້ອສູງຂຶ້ນຮອດເຄິ່ງແມັດໃຫ້ເອົາດິນປົກໄວ້ດ້ວຍຄວາມໜາເຄິ່ງແມັດເຊັ່ນກັນ ແລະ ປິດຊຸມເອົາໄວ້ດ້ວຍຊີມັງຫຼາຍຊັ້ນໃຫ້ໄດ້ຄວາມໜາ 10-30 ຊັງຕີແມັດ.

ວິທີປິດພາຊະນະບັນຈຸສິ່ງຂອງແຫຼມຄົມດ້ວຍຊີມັງ

ໃຫ້ທ່ານເອົາສິ່ງຂອງແຫຼມຄົມທີ່ຂ້າເຊື້ອແລ້ວ ແລະ ພາຊະນະບັນຈຸສິ່ງຂອງແຫຼມຄົມລົງໄປໃນພາຊະນະບັນຈຸທີ່ແຂງ ເຊັ່ນ: ຖັງໂລຫະ. ເມື່ອພາຊະນະບັນຈຸໄກ້ຈະເຕັມ ($\frac{3}{4}$), ໃຫ້ເອົາຊີມັງ 1 ສ່ວນ, ຊາຍ 4 ສ່ວນ ແລະ ນ້ຳ $\frac{1}{3}$ ຫາ $\frac{1}{2}$. ປູນຈະເຮັດໜ້າທີ່ຄືກັນກັບນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອອື່ນໆ ແລະ ມັນຍັງຊ່ວຍໃຫ້ຊີມັງໄຫຼຊຶມໄປຕາມບ່ອນຫວ່າງເພື່ອໄປຫາຂີ້ເຫຍື້ອທັງໝົດ. ປິດພາຊະນະບັນຈຸ ແລະ ນຳໄປຝັງໃນສະຖານທີ່ຖິ້ມຂີ້ເຫຍື້ອ ຫຼື ຊຸມໃຕ້ດິນ.

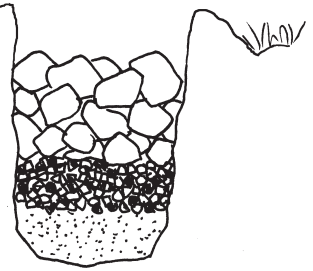


ການກຳຈັດຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ເປັນຂອງແຫຼວ

ສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບຫຼາຍແຫ່ງໄດ້ຖອກນ້ຳຢາຟອກຂາວ, ນ້ຳປິ່ນເບື້ອນ ຫຼື ທາດແຫຼວອື່ນໆ ລົງໄປໃນທໍ່ລະບາຍນ້ຳ. ວິທີດັ່ງກ່າວຈະປອດໄພກໍຕໍ່ເມື່ອທໍ່ລະບາຍນ້ຳບໍ່ໄດ້ໄຫຼລົງສູ່ຫ້ວຍ ຫຼື ແຫຼງນ້ຳອື່ນໆ. ເຮັດໃຫ້ທາດແຫຼວຈາກດ້ວຍການປະສົມນ້ຳຈຳນວນຫຼວງຫຼາຍກ່ອນຈະນຳໄປຖິ້ມ. ເພື່ອຢາກປ້ອງກັນແຫຼງນ້ຳ ໃຫ້ເອົາສານຟອກຂາວທີ່ໃຊ້ແລ້ວ ແລະ ທາດແຫຼວອື່ນໆ ລົງໄປໃນຊຸມໃສ່ສານຟອກຂາວທີ່ປອດໄພແມ່ນວິທີທີ່ດີກ່ວາ. ສານເຄມີ ເຊັ່ນ: ກູດຕາຣານດີຮາຍ ແລະ ພິມດີຮາຍຄວນ ຈະຖືກບຳບັດກ່ອນຈະນຳໄປຖິ້ມ (ລາຍລະອຽດເບິ່ງຢູ່ໜ້າ 541).

ວິທີສ້າງຊຸມໃສ່ສານຟອກຂາວ

ຢູ່ສະຖານທີ່ບ່ອນທີ່ພື້ນທີ່ບໍ່ຖືກນໍ້າຖ້ວມ ແລະ ຫ່າງໄກ ຈາກທາງນໍ້າ ແລະ ນໍ້າສ້າງ, ໃຫ້ຊຸດຊຸມເລິກເຄິ່ງແມັດ ຫາ 1 ແມັດ. ຢູ່ພື້ນຂອງຊຸມ, ໃຫ້ເອົາຊາຍຈຳນວນຫຼວງຫຼາຍໃສ່ໃຫ້ໜາ ປະມານສອງຫາສາມຊັງຕີແມັດ, ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ເອົາຫີນແຮ່ໃສ່ໃຫ້ໜາປະມານສອງຫາສາມຊັງຕີແມັດ ແລະ ເອົາຫີນໃສ່ທາງເທິງ. ເອົາແນວມາປົກປາກຊຸມເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ນໍ້າຝົນໄຫຼເຂົ້າໄປໃນຊຸມ.



ວິທີກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ມີສານເຄມີຢ່າງປອດໄພ

ສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບຫຼາຍແຫ່ງ ບໍ່ວ່ານ້ອຍ ຫຼື ໃຫຍ່ ທ້າຍທີ່ສຸດແລ້ວໄດ້ສ້າງສິ່ງເສດເຫຼືອສານເຄມີທີ່ຈຳເປັນຈະຕ້ອງມີການກຳຈັດຢ່າງປອດໄພ. ສ່ວນສູນປິ່ນປົວທີ່ໃຫຍ່ກວ່າ ອາດຈະມີສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກການ X-rays, ການປິ່ນປົວດ້ວຍຢາ ແລະ ການທົດລອງ. ໃນປັດຈຸບັນນີ້ ພວກເຮົາບໍ່ໄດ້ບັນຈຸວິທີຕ່າງໆ ໃນການກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອຊະນິດນີ້ ເພາະວ່າມັນສັບສົນຫຼາຍເກີນໄປ (ສຳລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມກ່ຽວກັບການຈັດການກັບຂີ້ເຫຍື້ອເຫຼົ່ານີ້, ເບິ່ງຢູ່ Source).

ສານເຄມີຕ່າງໆທີ່ໃຊ້ທຳຄວາມສະອາດ ແລະ ຂ້າເຊື້ອໂລກ

ທ່ານສາມາດເຮັດໃຫ້ນ້ຳຢາຟອກຂາວຈາກລົງໄດ້ ແລະ ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ເອົາໄປຖິ້ມໃນຊຸມສຳລັບຖິ້ມສານຟອກຂາວ (ລາຍລະອຽດເບິ່ງຢູ່ໜ້າ 540). ນ້ຳຢາຮາຍໂດເຈນ ເພີຣອກຊາຍ (hydrogen peroxide) ສາມາດເທຖິ້ມເລີຍ ໂດຍບໍ່ຕ້ອງໃຊ້ວິທີການຫຍັງເປັນພິເສດ. ມັນປອດໄພທີ່ຈະເທລົງອ່າງລ້າງມື ຫຼື ລົງວິດຖ່າຍກໍໄດ້.

ສານກູຍຕາລາເດຣາຍ ແລະ ພິມິເດຣາຍສາມາດກໍ່ໃຫ້ເກີດໂລກມະເຮັງ ແລະ ເຮັດໃຫ້ເສຍຊີວິດໄດ້. ຖ້າຫາກສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບຂອງທ່ານໃຊ້ສານດັ່ງກ່າວສຳລັບຂ້າເຊື້ອ ແລະ ທຳຄວາມສະອາດ, ຍັງມີຫຼາຍວິທີທີ່ຈະກຳຈັດສານເຫຼົ່ານີ້ຢ່າງປອດໄພ. ການກຳຈັດສານກູຍຕາລາເດຣາຍ ແລະ ພິມິເດຣາຍທີ່ຈະນຳໄປຖິ້ມ, ໃຫ້ເຕີມໂສດາທີ່ສາມາດເຮັດໃຫ້ລະລາຍໄດ້ (sodium hydroxide) ເພື່ອເຮັດໃຫ້ອາຊິດ pH ມີການປ່ຽນແປງ. ໃຫ້ວັດແທກອາຊິດ pH ດ້ວຍເຈ້ຍເຄມີລິມັດ (limus) ຫຼື ແມັດວັດແທກ pH. ໃຫ້ເອົາອາຊິດ pH ໄປຫາລະດັບ 12 ແລະ ປະໄວ້ຢ່າງໜ້ອຍ 8 ຊົ່ວໂມງ. ຫຼັງ



ເມື່ອກະກຽມເອົາສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ມີສານເຄມີໄປຖິ້ມ, ໃຫ້ທ່ານສວມໃສ່ເຄື່ອງປ້ອງກັນ (ລາຍລະອຽດເບິ່ງຢູ່ເອກະສານເພີ່ມເຕີມ ກ) ແລະ ໃຫ້ລະມັດລະວັງບໍ່ໃຫ້ຟັງ ຫຼື ເຕັ້ນໃສ່ຕາ.

ຈາກ 8 ຊົ່ວໂມງຜ່ານໄປ, ໃຫ້ເອົາອາຊິດໄປທາລະດັບຫວ່າງ (pH7) ດ້ວຍການຕື່ມອາຊິດໄຮໂດຣໂຄລອຣິກ (HCL). ຖ້າຫາກທ່ານບໍ່ມີອຸປະກອນສະເພາະໃຫ້ທ່ານກຳຈັດສານສານ ກູຍຕາລາເດຣາຍ ແລະ ພິມິເດຣາຍ, ແມ່ນບໍ່ໃຫ້ໃຊ້ສານດັ່ງກ່າວນັ້ນເລີຍ ເພາະວ່າສານດັ່ງກ່າວເປັນອັນຕະລາຍ. ຫຼັງຈາກຂັ້ນຕອນຕ່າງໆຜ່ານໄປ, ໃຫ້ຖອກສານດັ່ງກ່າວລົງໄປໃນຊຸມເກັບສານຟອກຂາວຢ່າງປອດໄພ.

ອາຊິດກາກໂບລິກທີ່ໃຊ້ຂ້າເຊື້ອຜ້າປູໄດ້ກໍ່ໃຫ້ເກີດບັນຫາໃນການຫັນໃຈ ແລະ ຜິວໜັງ. ເມື່ອທ່ານໃຊ້ ຫຼື ກຳຈັດສານດັ່ງກ່າວ, ທ່ານຄວນສວມໃສ່ເຄື່ອງປ້ອງກັນ ເຊັ່ນ: ແວ່ນຕາປ້ອງກັນ ແລະ ໜ້າກາກ. ໃຫ້ທ່ານເອົານ້ຳຢາໂຊດຽມໄຮດຣອກຊາຍຖອກລົງໄປໃນນ້ຳເສຍ ແລະ ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ນຳໄປຖິ້ມໃສ່ຊຸມເກັບສານຟອກຂາວ.

ສານບາຫຼອດ ●●

ສານບາຫຼອດແມ່ນທາດສີເງິນທີ່ຢູ່ທາງໃນຂອງບາຫຼອດແທກອຸນຫະພູມ. ສານດັ່ງກ່າວຍັງຖືກນຳໃຊ້ເຂົ້າໃນອຸປະກອນການແພດຕື່ມອີກ ເຊັ່ນ: ຕິດຢູ່ກັບຫົວໜ່ວຍວັດແທກຄວາມດັນເລືອດ, ໝໍໄຟ ແລະ ຫຼອດໄຟ.

ສານບາຫຼອດເປັນທາດໂລຫະໜັກຊະນິດໜຶ່ງທີ່ມີພິດຮ້າຍແຮງ (ລາຍລະອຽດເບິ່ງຢູ່ໜ້າ 413). ຖ້າຫາກວ່າສານດັ່ງກ່າວຊົມເຂົ້າໄປໃນຜິວໜັງ ຫຼື ສູດດິມເອົາບໍ່ວ່າຈະໜ້ອຍ ຫຼື ຫຼາຍ ສາມາດທຳລາຍເສັ້ນປະສາດ, ໄຂຫຼັງ, ປອດ, ສະໝອງ ແລະ ສິ່ງຜົນກະທົບເຖິງການເກີດລູກ.

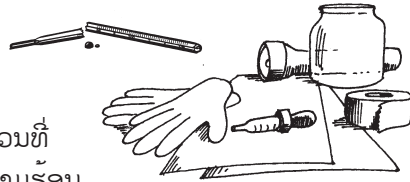
ທ່ານບໍ່ສາມາດກຳຈັດສານບາຫຼອດດ້ວຍການນຳໄປເຜົາຖິ້ມ. ຄວາມຈິງແລ້ວ, ການເຜົາສານດັ່ງກ່າວຈະເຮັດໃຫ້ກາຍເປັນແກ້ວຊະນິດໃໝ່ທີ່ຮ້າຍແຮງກວ່າເກົ່າ.

ວິທີທີ່ດີໃນການຫຼຸດຜ່ອນອັນຕະລາຍຈາກສານບາຫຼອດແມ່ນໃຫ້ໃຊ້ວັດສະດຸທີ່ມີສານບາຫຼອດໜ້ອຍລົງ. ຖ້າຫາກເປັນໄປໄດ້, ໃຫ້ທ່ານເກັບຮັກສາອຸປະກອນທີ່ມີສານບາຫຼອດໄວ້ໃນພາຖາດໂລຫະ ເພາະວ່າເວລາມັນແຕກ ຫຼື ຖ້າຫາກສານບາຫຼອດຈະບໍ່ໄຫຼຊົມໄປຕາມໜ້າໂຕະ ຫຼື ພື້ນຫ້ອງ. ໃຫ້ທ່ານໃຊ້ບາຫຼອດວັດແທກອຸນຫະພູມທີ່ບໍ່ມີສານບາຫຼອດ ຖ້າຫາກມີຈຳໜ່າຍຢູ່ຂົງເຂດຂອງທ່ານ (ລາຍລະອຽດເບິ່ງຢູ່ພາກທີ່ເວົ້າເຖິງແຫຼ່ງຂໍ້ມູນຕ່າງໆ).



ວິທີເກັບມ້ຽນສານບາຫຼອດທີ່ຕົກເຮ່ຍ

ເມື່ອບາຫຼອດວັດແທກອຸປະກອນ ຫຼື ອຸປະກອນອື່ນໆທີ່ມີສານບາຫຼອດທັກ ຫຼື ແຕກ, ສານບາຫຼອດຈະແຕກກະຈາຍເປັນສິ້ນສ່ວນນ້ອຍໆ. ໃຫ້ຄົນ ແລະ ສັດອອກຈາກບໍລິເວນທີ່ມີສານບາຫຼອດຕົກເຮ່ຍ. ໃຫ້ມອດເຄື່ອງທຳຄວາມຮ້ອນ, ພັດລົມ, ແອ ແລະ ໃຫ້ເປີດປະຕູປ່ອງຢ້ຽມເພື່ອໃຫ້ອາກາດເຂົ້າມາຂ້າງໃນ. ວິທີເກັບມ້ຽນສານບາຫຼອດທີ່ຕົກເຮ່ຍ, ທ່ານຕ້ອງໃຊ້ຖົງມື, ຢາຢອດຕາ, ເຈ້ຍແຂງຫຼືເຈ້ຍກະດາດສອງໃບ, ຖົງຢາງປາດສະຕິກສອງຖົງ, ສະກັອດຕິດ, ໄຟສາຍ ແລະ ໂຖແກ້ວທີ່ມີນ້ຳຢູ່ຂ້າງໃນ. ການເກັບມ້ຽນສານບາຫຼອດທີ່ຕົກເຮ່ຍຢ່າງປອດໄພໃຫ້ປະຕິບັດດັ່ງນີ້:



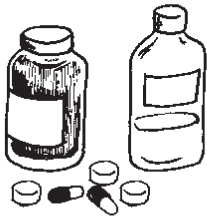
- ❶ ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ຈັບສານບາຫຼອດທີ່ຕົກເຮ່ຍ, ໃຫ້ປິດປະຕູ ຫຼື ປ່ອງຢ້ຽມໄວ້.
- ❷ ໃຫ້ເອົາໂມງ ຫຼື ເຄື່ອງເພັດພອຍຕ່າງໆອອກເພາະວ່າສານບາຫຼອດຈະຕິດກັບທາດໂລຫະອື່ນໆ.
- ❸ ເຍືອງໄຟສາຍໃສ່ບ່ອນທີ່ມີສານບາຫຼອດຕົກເຮ່ຍເພື່ອໃຫ້ແນມເຫັນງ່າຍຂຶ້ນເຖິງວ່າຈະເປັນມື້ເວັນກໍຕາມ.
- ❹ ຖ້າເປັນໄປໄດ້ໃຫ້ສວມໃສ່ຖົງມືທີ່ຕ້ານທານຕໍ່ກັບສານເຄມີ. ຖ້າຫາກໃຊ້ຖົງມືຢາງ, ໃຫ້ສວມໃສ່ຢາງໜ້ອຍສອງອັນ.
- ❺ ໃຊ້ເຈ້ຍແຂງ ຫຼື ເຈ້ຍກະດາດແຂງ ເພື່ອທ້ອນໂຮມສານບາຫຼອດໃຫ້ລວມເຂົ້າກັນເປັນກອງນ້ອຍໆ.
- ❻ ໃຫ້ໃຊ້ຢາຢອດຕາເພື່ອດູດເອົາເມັດສານບາຫຼອດນ້ອຍໆ, ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ເອົາສານບາຫຼອດໄປເກັບມ້ຽນໄວ້ໃນໂຖແກ້ວທີ່ມີນ້ຳຢູ່ຂ້າງໃນ.
- ❼ ໃຊ້ສະກັອດຕິດເອົາສານບາຫຼອດທີ່ຍັງເຫຼືອ.
- ❽ ໃຫ້ເອົາສະກັອດຕິດ, ຢາຢອດຕາ, ຖົງມື ແລະ ກະດາດແຂງໄປເກັບມ້ຽນໄວ້ໃນຖົງຢາງ.
- ❾ ໃຫ້ຕິດປ້າຍໃສ່ຖົງດັ່ງກ່າວວ່າ: ຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມີສານບາຫຼອດ (mercury waste) ແລະ ເອົາຖົງດັ່ງກ່າວໄປເກັບມ້ຽນໄວ້ໃນໂຖແກ້ວທີ່ມີນ້ຳບັນຈຸຢູ່ຂ້າງໃນ.
- ❿ ໃຫ້ປິດ ແລະ ໝາຍພາຊະນະບັນຈຸດັ່ງກ່າວໄວ້ ແລະ ເອົາໄປໃສ່ໄວ້ຂ້າງໃນຂອງຖົງປາດສະຕິກໂຕໃໝ່.
- ⓫ ຂັ້ນຕອນສຸດທ້າຍໃຫ້ນຳໄປຖິ້ມຄືກັນກັບຂີ້ເຫຍື້ອອື່ນໆທີ່ເປັນພິດ. (ລາຍລະອຽດໃຫ້ເບິ່ງຢູ່ໜ້າ 504)

ການກຳຈັດຢາຕ້ານເຊື້ອ ແລະ ຢາ ອື່ນໆທີ່ໝົດອາຍຸ

ຢາທີ່ໝົດອາຍຸແມ່ນສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ມີສານເຄມີຊະນິດໜຶ່ງທີ່ຈຳເປັນຕ້ອງມີການກຳຈັດຖິ້ມຢ່າງປອດໄພ. ການກຳຈັດຢາຕ້ານເຊື້ອ ແລະ ຢາອື່ນໆຢ່າງປອດໄພໝາຍເຖິງການເກັບຮັກສາໃຫ້ຫ່າງໄກຈາກແຫຼ່ງນ້ຳ ແລະ ຄົນທີ່ເກັບມ້ຽນຂີ້ເຫຍື້ອ.

ສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບ, ຮ້ານຂາຍຢາ ແລະ ບໍລິສັດຜະລິດຢາຫຼາຍແຫ່ງໄດ້ກຳຈັດຢາທີ່ໝົດອາຍຸຢ່າງປອດໄພເຊັ່ນ: ນຳໄປຖິ້ມໃນບ່ອນຖິ້ມຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ເປີດແປນ, ນຳໄປຖິ້ມໃສ່ນ້ຳ ແລະ ຖິ້ມລົງໄປຕາມຮ່ອງລະບາຍນ້ຳຕ່າງໆ.

ເມື່ອທ່ານເອົາຢາຕ້ານເຊື້ອໄປຖິ້ມຕາມທຳມະຊາດ, ຢາດັ່ງກ່າວຈະເກີດການຕ້ານທານ (antibiotic resistance) ກັບຄືນ ແລະ ສັດ ແລະ ເຊື້ອພະຍາດທີ່ຈະເຂົ້າມາທຳລາຍສັດ ແລະ ຄົນ. ໝາຍຄວາມວ່າ ເມື່ອເວລາຄືນໃຊ້ຢາຕ້ານເຊື້ອເພື່ອຕ້ານກັບເຊື້ອໂລກ, ຢາທີ່ເຮົາໃຊ້ຈະມີປະສິດທິຜົນໜ້ອຍລົງ ເພາະວ່າຢາດັ່ງກ່າວຈະປາບເຊື້ອພະຍາດໄດ້ໜ້ອຍດຽວເທົ່ານັ້ນ.



ໃຫ້ທ່ານຊື້ ແລະ ໃຊ້ຢາຕ້ານເຊື້ອໃຫ້ໜ້ອຍລົງກ່ວາເກົ່າ

ບໍ່ໃຫ້ໃຊ້ຢາຕ້ານເຊື້ອໃນການຮັກສາສຸຂະພາບເພາະວ່າຢາດັ່ງກ່າວບໍ່ສາມາດປິ່ນປົວເຊື້ອໂລກໄດ້. (ລາຍລະອຽດກ່ຽວກັບການນຳໃຊ້ຢາຕ້ານເຊື້ອ, ໃຫ້ເບິ່ງປຶ້ມຢູ່ຫ່າງໄກແພດໝໍ 55-58 ແລະ ປຶ້ມຊ່ວຍຮັກສາສຸຂະພາບຂອງຄົນງານພາກທີ 19). ເມື່ອສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບຂອງທ່ານຕ້ອງການຊື້ຢາຕ້ານເຊື້ອ, ໃຫ້ຊື້ພຽງແຕ່ຈຳນວນທີ່ຕ້ອງການເທົ່ານັ້ນ, ເພາະວ່າຢາທີ່ຊື້ມາຈຳນວນຫຼາຍທີ່ເຫຼືອໃຊ້ຈະຖືກນຳໄປຖິ້ມຍ້ອນໝົດອາຍຸ ຫຼື ເສຍຄຸນ.

ໃຫ້ນຳເອົາຢາທີ່ໝົດອາຍຸໄປສົ່ງຄືນໃຫ້ບໍລິສັດຜະລິດ

ບໍລິສັດຜະລິດຢາມີອຸປະກອນຈຳກັດຢາທີ່ເສຍຄຸນ ຫຼື ໝົດອາຍຸຢ່າງປອດໄພ ແລະ ການກຳຈັດຢາທີ່ໝົດອາຍຸຄວນຈະເປັນໜ້າທີ່ຂອງເຂົາເຈົ້າ. ແຕ່ຖ້າຫາກທ່ານບໍ່ສາມາດນຳເອົາຢາທີ່ໝົດອາຍຸໄປສົ່ງຄືນໃຫ້ບໍລິສັດຜະລິດ, ການກຳຈັດຢາດັ່ງກ່າວຢ່າງປອດໄພແມ່ນຍັງມີຫຼາຍວິທີ.

ການກຳຈັດຢາທີ່ໝົດອາຍຸຢ່າງປອດໄພ

- ① ສວມໃສ່ຖົງມື, ແວ່ນຕາປ້ອງກັນທີ່ປອດໄພ ແລະ ໜ້າກາກປ້ອງກັນຝຸ່ນ.
- ② ປະສົມເມັດຢາທີ່ບິດມຸ່ນແລ້ວກັບຊີມັງ.
- ③ ຕື່ມນ້ຳລົງໄປ ແລະ ເພື່ອເຮັດໃຫ້ຊີມັງກາຍເປັນກ້ອນແຂງ.
- ④ ນຳເອົາກ້ອນຊີມັງທີ່ແຂງໄປຖິ້ມໄວ້ໃນຂຸມເກັບຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ປິດໄວ້ແໜ້ນໜາດີ.



ການປະເມີນສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານ

ການປະເມີນສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານສ້າງຂຶ້ນ, ການຈັດການ ແລະ ການກຳຈັດສາມາດຊ່ວຍທຸກຄົນໃນສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບຊອກຫາວິທີຕ່າງໆໃນການເຮັດວຽກທີ່ປອດໄພກວ່າເກົ່າ. ການປະເມີນສາມາດພິສູດບັນຫາຕ່າງໆ ກ່ຽວກັບການກຳເນີດຂີ້ເຫຍື້ອ, ການຈັດການ ແລະ ສາມາດຊ່ວຍຫາວິທີທາງແກ້ໄຂ.

ຂັ້ນຕອນຕ່າງໆໃນການເຮັດການປະເມີນສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານ.

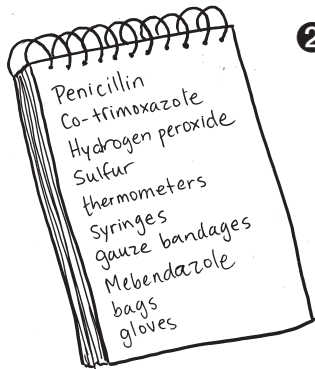
1. ນັດປະຊຸມ ແລະ ສົນທະນາບັນຫາຕ່າງໆກັບພະນັກງານຢູ່ສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບທັງໝົດ.
2. ຮວບຮວມລາຍການຕ່າງໆຢູ່ໃນຮ້ານຂາຍຢາ ແລະ ຫ້ອງຈຳໜ່າຍຢາ.
3. ສ້າງແຜນທີ່ສຸຂະພາບ.
4. ຍ່າງໄປຕາມສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບ ແລະ ບັນທຶກບັນຫາຕ່າງໆ.
5. ສຶກສາກ່ຽວກັບຕົວເລືອກທີ່ແຕກຕ່າງສຳລັບການບຳບັດ ແລະ ກຳຈັດຂີ້ເຫຍື້ອ.
6. ຊອກຫາທາງອອກວ່າຈະຈັດການ ແລະ ກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອຄືແນວໃດທັງຢູ່ໃນສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບ ແລະ ຢູ່ໃນຊຸມຊົນ.
7. ການລົງມືປະຕິບັດ!
8. ໃຫ້ການສຶກສາ ແລະ ຝຶກອົບຮົມພະນັກງານທັງໝົດຢ່າງເປັນປົກກະຕິ



① ນັດປະຊຸມ ແລະ ສົນທະນາບັນຫາຕ່າງໆກັບພະນັກງານຢູ່ໃນສູນປິ່ນປົວທັງໝົດ.

ທຸກໆຄົນທີ່ຢູ່ໃນສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບຄວນຈະຊ່ວຍໃນການເຮັດການປະເມີນ. ທ່ານໝໍ, ພະຍາບານ, ພະນັກງານກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອ ແລະ ພະນັກງານທຳຄວາມສະອາດມັກຈະມີແນວຄວາມຄິດທີ່ແຕກຕ່າງກັນກ່ຽວກັບທີ່ມາຂອງສິ່ງເສດເຫຼືອ ແລະ ບັນຫາທີ່ເກີດຂຶ້ນ.





② ຮວບຮວມບັນຫາຕ່າງໆຢູ່ໃນຮ້ານຂາຍຢາ ແລະ ຫ້ອງຈຳໜ່າຍຢາ.

ຍ້ອນວ່າວັດສະດຸສ່ວນໃຫຍ່ແລ້ວ ແມ່ນຖືກສົ່ງໂດຍຜ່ານຮ້ານຂາຍຢາ ຫຼື ຫ້ອງຈຳໜ່າຍຢາ, ໃຫ້ເລີ່ມການປະເມີນໂດຍການຮວບຮວມລາຍການຕ່າງໆທີ່ທ່ານພົບເຫັນຕາມສະຖານທີ່ເຫຼົ່ານັ້ນ. ເມື່ອທ່ານສັງເກດເຫັນແຕ່ລະລາຍການ, ໃຫ້ຖາມເບິ່ງວ່າຂີ້ເຫຍື້ອປະເພດໃດຈະເກີດຂຶ້ນ ແລະ ຈະມີອັນຕະລາຍຫຼາຍປານໃດທີ່ຈະເກີດຂຶ້ນ.

ສິ່ງຂອງທີ່ສາມາດກຳຈັດຖິ້ມສາມາດປ່ຽນແທນດ້ວຍສິ່ງອື່ນໆທີ່ສາມາດນຳມາໃຊ້ຄືນຢ່າງປອດໄພໄດ້ບໍ່? ສານເຄມີຈຳນວນໜຶ່ງທີ່ປອດໄພກວ່າສາມາດນຳມາໃຊ້ຄືນໄດ້ບໍ່? ສູນປິ່ນປົວສາມາດໃຊ້ຢາງປາສະຕິກໃຫ້ໜ້ອຍລົງ, ສິ່ງຂອງຕ່າງໆທີ່ບັນຈຸສານບາດເພີດໃຫ້ໜ້ອຍລົງກວ່າເກົ່າໄດ້ບໍ່? ຫຼືສູນສາມາດມີການປ່ຽນແປງອື່ນໆບໍ່ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນຈຳນວນສິ່ງຕ່າງໆທີ່ອັນຕະລາຍ.

③ ສ້າງແຜນທີ່ຂອງສູນ.

ໃຫ້ນຳສະເໜີບັນດາຫ້ອງຕ່າງໆ, ປະຕູ, ປ່ອງຢ້ຽມ ແລະ ຈິດບັນທຶກວ່າ ແຕ່ລະຫ້ອງແມ່ນໃຊ້ເພື່ອຫຍັງ. ໃຫ້ໃຊ້ສີທີ່ແຕກຕ່າງກັນເພື່ອໝາຍສະຖານທີ່ຕ່າງໆ ບ່ອນທີ່ຂີ້ເຫຍື້ອກຳເນີດຂຶ້ນ, ບ່ອນທີ່ພາຊະນະບັນຈຸຕັ້ງຢູ່ ແລະ ບ່ອນເກັບມ້ຽນຂີ້ເຫຍື້ອໃນຂະນະທີ່ທ້ອນໂຮມ ແລະ ຂົນສົ່ງຈາກແຫຼ່ງກຳເນີດ ຈົນຮອດຂັ້ນຕອນເກັບມ້ຽນຂັ້ນສຸດທ້າຍ ຫຼື ບໍລິເວນເກັບຂີ້ເຫຍື້ອ.

ແຜນທີ່ດັ່ງກ່າວສາມາດປ່ຽນແປງໄດ້ໃນຂະນະທີ່ກຸ່ມຕ່າງໆຍ່າງຜ່ານສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບ. ຫຼັງຈາກການປະເມີນ, ໃຫ້ສ້າງແຜນທີ່ໂຕໃໝ່ ເພື່ອສະແດງເຖິງການປ່ຽນແປງຕ່າງໆທີ່ໄດ້ເຮັດ. ໃຫ້ສັງເກດພິເສດບ່ອນທີ່ພາຊະນະບັນຈຸຕັ້ງຢູ່ສຳລັບທ້ອນໂຮມສິ່ງເສດເຫຼືອ.



4 ຍ່າງໄປຕາມສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບ ແລະ ບັນທຶກບັນຫາຕ່າງໆ

ໃຫ້ທ່ານໄປເບິ່ງສະຖານທີ່ຕ່າງໆບ່ອນທີ່ກຳເນີດຂຶ້ນເຫຼືອທັງໝົດ. ໃຫ້ໄຂເບິ່ງຖັງຂີ້ເຫຍື້ອ ຊະນິດຕ່າງໆທີ່ມີຢູ່ໃນຖັງ. ໃຫ້ໃຫ້ຍ່າງສຳຫຼວດເບິ່ງຫຼາຍໆຄັ້ງຈົນຮອດອາທິດຕ່ຳໄປ ແລະ ພະຍາຍາມເຮັດຫຼາຍຄັ້ງທີ່ແຕກຕ່າງກັນພາຍໃນມື້ໜຶ່ງ. ຫຼັງຈາກນັ້ນ ທ່ານຈະເຫັນວ່າຂີ້ເຫຍື້ອຢູ່ໃນສະພາບທີ່ແຕກຕ່າງກັນ ແລະ ເຫັນວິທີກຳຈັດຂີ້ເຫຍື້ອຄືແນວໃດໃນມື້ໜຶ່ງ.

ໃຫ້ປະຕິບັດການຍ່າງສຳຫຼວດເບິ່ງໂດຍມີພະນັກງານຈາກພາກສ່ວນຕ່າງໆ. ພະນັກງານທຳຄວາມສະອາດຈະເຫັນສິ່ງຕ່າງໆທີ່ແຕກຕ່າງຈາກທ່ານໝໍ ແລະ ພະຍາບານ ເຊິ່ງແຕ່ລະຄົນອາດຈະມີແນວຄວາມຄິດຕ່າງໆ ທີ່ສຳຄັນກ່ຽວກັບວິທີຈັດການກັບເສດຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ປອດໄພທີ່ສຸດ.



5 ສຶກສາກ່ຽວກັບຕົວເລືອກທີ່ແຕກຕ່າງກັນສຳລັບການບຳບັດ ແລະ ກຳຈັດຂີ້ເຫຍື້ອ

ພາຍຫຼັງການຍ່າງສຳຫຼວດສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບຫຼາຍໆຄັ້ງ, ໃຫ້ສົນທະນາກັນກ່ຽວກັບບັນຫາຕ່າງໆ ແລະ ວິທີແກ້ໄຂທີ່ອາດຈະເປັນໄປໄດ້. ວິທີການແກ້ໄຂບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງໃຊ້ງົບປະມານສູງ ແລະ ໃຊ້ເທັກນິກສູງ. ວິທີແກ້ໄຂບັນຫາສ່ວນຫຼາຍຕ້ອງການການຈັດຕັ້ງ, ການຮ່ວມມື ແລະ ຄຳໝັ້ນສັນຍາ. ທິດລອງສ້າງແຜນການທີ່ເລີ່ມຈາກຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ເປັນອັນຕະລາຍຮ້າຍແຮງທີ່ສຸດ ເຊັ່ນ: ສິ່ງຂອງແຫຼມຄືມ ແລະ ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ໄປຊອກຫາສານເຄມີ, ເລືອດ ແລະ ຂອງແຫຼວຈາກຮ່າງກາຍ ແລະ ອື່ນໆຕໍ່ໄປຕາມລຳດັບ. ເບົາໝາຍແມ່ນເພື່ອປັບປຸງທຸກໆລະບົບໃນຮ່າງກາຍຂອງທ່ານ, ບໍ່ແມ່ນພຽງແຕ່ສ່ວນໃດສ່ວນໜຶ່ງເທົ່ານັ້ນ.



6 ຊອກຫາທາງອອກວ່າຈະຈັດການ ແລະ ກໍາຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອດ້ວຍວິທີໃດ

ໃຫ້ທ່ານຕິດຕາມແຫຼ່ງທີ່ມາຂອງຂີ້ເຫຍື້ອ, ບ່ອນເກັບມ້ຽນ ແລະ ບ່ອນທີ່ປ່ອຍປະຕິບັດຕາມສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບ. ຂີ້ເຫຍື້ອຖືກເກັບໄປຖິ້ມເປັນປົກກະຕິບໍ? ເຂົາເຈົ້າເກັບທ້ອນຂີ້ເຫຍື້ອແບບໃດ? ຜູ້ທີ່ມີໜ້າທີ່ຈັດການກັບຂີ້ເຫຍື້ອໃສ່ຖົງມື, ເກີບ ຫຼື ເຄື່ອງປ້ອງກັນບໍ? ການຂົນສົ່ງເດີນຈຸນໃນພາຊະນະບັນຈຸທີ່ປອດໄພບໍ?

ໂດຍປົກກະຕິແລ້ວ ຄົນເກັບຂີ້ເຫຍື້ອໄປຂາຍມັກຈະຂາຍ

ອັນໃດກໍຕາມທີ່ພໍ້ຄ້າຮັບຊື້ຂອງເກົ້າຮັບຊື້. ການປະຕິບັດຄືດັ່ງກ່າວອາດຈະປອດໄພຫຼືອັນຕະລາຍ ເຊິ່ງຂຶ້ນກັບວ່າ

ຂີ້ເຫຍື້ອຖືກແຍກ ຫຼື ຂ້າເຊື້ອຄືແນວໃດ. ຄົນເກັບຂີ້ເຫຍື້ອໄດ້ດຶງວັດສະດຸທີ່ສາມາດນຳມາໃຊ້ຄືນ ຫຼື ນຳມາຜະລິດຄືນອອກຈາກຂີ້ເຫຍື້ອຢ່າງປອດໄພບໍ? ມີວິທີທາງໃດທີ່ສາມາດເຮັດໃຫ້ເປັນລະບົບໃດໜຶ່ງທີ່ປອດໄພສຳລັບບຸກຄົນທີ່ຫາລ້ຽງຊີບຈາກການຊອກເກັບຂີ້ເຫຍື້ອແລ້ວນຳໄປຂາຍ?



ຂີ້ເຫຍື້ອໄດ້ນຳໄປຖິ້ມໃນບໍລິ

ເວນເກັບຂີ້ເຫຍື້ອ ຫຼື ເຕົາເຜົາຂີ້ເຫຍື້ອບໍ? ຖ້າເປັນໄປໄດ້ໃຫ້ທ່ານໄປເບິ່ງສະຖານທີ່ບ່ອນຖິ້ມຂີ້ເຫຍື້ອ. ຂີ້ເຫຍື້ອຖືກແຍກບໍ່ ຫຼື ມັນຖືກປະປົນກັບຂີ້ເຫຍື້ອອື່ນໆ. ຂີ້ເຫຍື້ອຕ່າງໆ ເຊັ່ນ: ເຂັມສັກຢາໄດ້ຖືກຖິ້ມໄວ້ບ່ອນກອງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ເປີດແປນໄດ້ນຳໄປສູ່ຄວາມສ່ຽງຕໍ່ກັບສຸຂະພາບຂອງຊຸມຊົນບໍ?

7 ການລົງມືປະຕິບັດ!

ສິ່ງທີ່ເກີດຂຶ້ນຢູ່ໃນສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບ ສຸດທ້າຍແລ້ວເຮັດໃຫ້ແຕ່ຕ້ອງທຸກຄົນຢູ່ໃນຊຸມຊົນ. ການເລີ່ມຕົ້ນແມ່ນແຕ່ຂັ້ນຕອນນ້ອຍໆທີ່ຈະຈັດການຂີ້ເຫຍື້ອຢ່າງປອດໄພກວ່າຈະຊ່ວຍຫຼຸດຜ່ອນອັນຕະລາຍຂອງຄົນ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມ. ການປັບປຸງຫຍັງແດ່ທີ່ເປັນໄປໄດ້ສຳລັບສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບທີ່ຈະເຮັດໃນຊຸມນີ້? ສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບສາມາດສົ່ງຜົນກະທົບຕໍ່ສິ່ງທີ່ເກີດຂຶ້ນຍ້ອນການເອົາຂີ້ເຫຍື້ອໄປຖິ້ມໃສ່ບ່ອນຖິ້ມຂີ້ເຫຍື້ອ ຫຼື ເຕົາເຜົາຂີ້ເຫຍື້ອ?

8 ການໃຫ້ການສຶກສາ ແລະ ເຝິກອົບຮົມໃຫ້ພະນັກງານໝົດທຸກຄົນຢ່າງເປັນປົກກະຕິ

ຜົນສຳເລັດຂອງແຜນການທີ່ປອດໄພແມ່ນຂຶ້ນກັບການໃຫ້ການສຶກສາ ແລະ ເຝິກອົບຮົມຕໍ່ເນື່ອງໃຫ້ທຸກໆຄົນທີ່ຈັດການ ແລະ ກໍາເກີດສິ່ງເສດເຫຼືອຈາກໂຮງພະຍາບານ. ການບໍ່ລະມັດລະວັງຕໍ່ກັບການປະຕິບັດທີ່ປອດໄພ ເມື່ອບໍ່ມີສິ່ງອັນຕະລາຍມັນຈະເກີດຂຶ້ນ

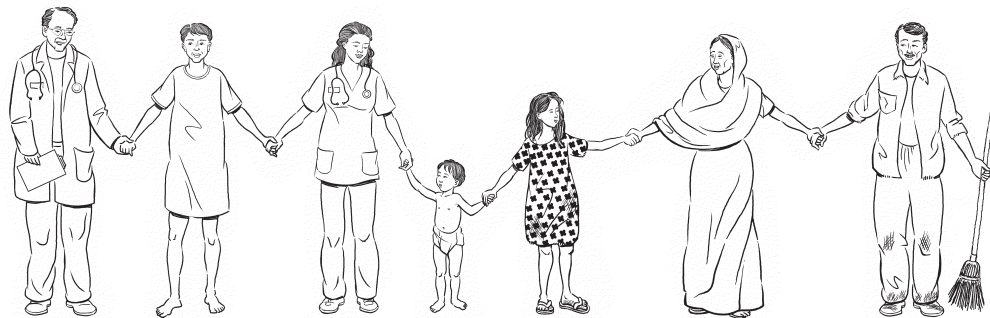
ຢ່າງງ່າຍດາຍ. ການປະເມີນຂີ້ເຫຍື້ອແບບຕໍ່ເນື່ອງທຸກໆປີ ຈະຊ່ວຍເຕືອນໃຫ້ຄົນເຮົາຮູ້ຈັກຄວາມສຳຄັນຂອງການລະມັດລະວັງ.

ການແກ້ໄຂບັນຫາຂອງຊຸມຊົນ

ລະບົບການເກັບທ້ອນຂີ້ເຫຍື້ອ, ບຳບັດ, ເກັບມ້ຽນ, ຂົນສົ່ງ ແລະ ກຳຈັດຂີ້ເຫຍື້ອບາງຢ່າງແມ່ນມີຄ່າໃຊ້ຈ່າຍຫຼາຍກວ່າສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບຫຼາຍແຫ່ງທີ່ສາມາດຈັດຫາໄດ້. ແຕ່ວ່າຖ້າຫາກສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບຫຼາຍແຫ່ງຢູ່ໃນຂົງເຂດໃດໜຶ່ງໃຊ້ແຫຼ່ງຕ່າງໆຮ່ວມກັນ, ພວກເຂົາສາມາດສ້າງລະບົບຈັດການຂີ້ເຫຍື້ອນຳກັນເຊິ່ງເຮັດໃຫ້ປອດໄພກວ່າ ແລະ ໄດ້ຮັບຜົນສຳເລັດໄດ້ດີກວ່າທີ່ຈະເຮັດພໍໃຜພໍລາວ ແລະ ຖ້າຫາກເຂົາເຈົ້າສາມາດຕິດຕໍ່ການຈັດຊື້ສິ່ງຕອບສະໜອງ, ເຂົາເຈົ້າສາມາດສົ່ງຜົນຕໍ່ຜູ້ສະໜອງດີກວ່າ ເພື່ອສະເໜີອຸປະກອນຮັກສາສຸຂະພາບທີ່ກໍ່ໃຫ້ເກີດຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ເປັນອັນຕະລາຍໜ້ອຍກວ່າ.

ຖ້າຫາກສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບຂອງທ່ານບໍ່ມີເຕົາໄຊ້ອາຍ ແລະ ຊຸມເກັບຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ປອດໄພ, ຂີ້ເຫຍື້ອສາມາດນຳໄປຂ້າເຊື້ອແຍກໃສ່ພາຊະນະບັນຈຸທີ່ປອດໄພ ແລະ ຂົນສົ່ງໄປສູ່ນທີ່ມີຊຸມໃສ່ຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ປອດໄພ ຫຼື ບໍລິເວນຖິ້ມຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ກັນໄວ້. ລະບົບເກັບທ້ອນ, ການຂົນສົ່ງ ແລະ ກຳຈັດສິ່ງຂອງແຫຼມຄົມຢູ່ເຂດຫ່າງໄກສາມາດຈັດຂຶ້ນເພື່ອບໍລິການສູນສຸຂະພາບຫຼາຍແຫ່ງໃນຕົວເມືອງ ແລະ ຊົນນະບົດ.

ຖ້າຫາກມີການເກັບທ້ອນຂີ້ເຫຍື້ອໃນເທດສະບານໃນຂົງເຂດໃດໜຶ່ງ, ຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ຂ້າເຊື້ອແລ້ວ ສາມາດທ້ອນໂຮມເຂົ້າກັນ ແລະ ສົ່ງໄປເຂດຖິ້ມຂີ້ເຫຍື້ອ. ຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ເປັນພິດສາມາດສົ່ງໄປເຂດຖິ້ມຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ເປັນພິດ (ຖ້າຫາກມີ). ຖ້າຫາກບໍ່ມີການທ້ອນໂຮມຂີ້ເຫຍື້ອໃນຂົງເຂດຂອງທ່ານ, ໃຫ້ພິຈາລະນາການເຮັດວຽກຕໍ່ກັບລະບົບເກັບມ້ຽນຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ເປັນທາດແຂງຂອງຊຸມຊົນ (ລາຍລະອຽດເບິ່ງຢູ່ພາກທີ 18). ວິທີກຳຈັດຂີ້ເຫຍື້ອຊະນິດໃດທີ່ສູນຂອງທ່ານໃຊ້ແມ່ນຂຶ້ນກັບແຫຼ່ງທີ່ມາ ແລະ ວຽກງານອື່ນໃດທີ່ດີທີ່ສຸດສຳລັບທ່ານ.



ສິ່ງທີ່ເກີດຂຶ້ນໃນສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບຂອງທ່ານ
ລວມແລ້ວແຕ່ແຕ່ຕ່ອງທຸກໆຄົນຢູ່ໃນຊຸມຊົນ.