

14 ຢາຂ້າສັດຕູພຶດແມ່ນຢາພຶດ

ໃນພາກນີ້ແມ່ນເວົ້າກ່ຽວກັບ:	ໜ້າທີ
ຢາຂ້າສັດຕູພຶດພາໃຫ້ເກີດບັນຫາສຸຂະພາບຫຼາຍຢ່າງ	299
ເດັກນ້ອຍ ແລະ ການໄດ້ຮັບພຶດຈາກຢາຂ້າແມງໄມ້	300
ການປ້ອງກັນເດັກນ້ອຍຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດ	300
ເລື່ອງ: ບ້ານແຫ່ງໜຶ່ງພະຍາຍາມຕໍ່ສູ້ກັບພຶດໄພຂອງຢາຂ້າສັດຕູພຶດ	302
ການປິ່ນປົວເມື່ອໄດ້ຮັບພຶດຢາຂ້າສັດຕູພຶດ	303
ຮູບສຳລັບໃຊ້ໃນການສົນທະນາກັນ: ຢາຂ້າສັດຕູພຶດເຂົ້າໄປໃນ ຮ່າງກາຍລາວໄດ້ແນວໃດ?	309
ຜົນກະທົບໄລຍະຍາວຕ່າງໆຂອງຢາຂ້າສັດຕູພຶດຕໍ່ສຸຂະພາບຄົນເຮົາ	310
ອາການຈາກພຶດຢາຂ້າສັດຕູພຶດແມ່ນຄ້າຍຄືກັບການເຈັບເປັນອື່ນໆ	314
ເລື່ອງ: ບໍ່ແມ່ນວ່າທ່ານໝໍທຸກຄົນຈະມີຄຳຕອບ ໃຫ້ໄດ້ກັບພຶດທຸກບັນຫາສະເໝີໄປ	315
ກິດຈະກຳ: ແຕ້ມແຜນວາດຈຸດຕ່າງໆຂອງຮ່າງກາຍ	317
ວິທີການລົດຜົນກະທົບອັນຕະລາຍຈາກການໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດ	318
ຢາຂ້າສັດຕູພຶດຕົກຄ້າງໃນອາຫານ	324
ການຄວບຄຸມສັດ ແລະ ແມງໄມ້ຕ່າງໆຕາມບ້ານເຮືອນ	324
ຢາຂ້າສັດຕູພຶດມີຜົນເສຍຕໍ່ສະພາບແວດລ້ອມ	325
ການດື່ຢາຂອງສັດຕູພຶດ	326
ສຶກສາໃຫ້ທຸກຄົນເຂົ້າໃຈເຖິງຜົນຮ້າຍຂອງການໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດ	327
ເລື່ອງ: ຊາວໄຮ່ນາຮວມຕົວກັນຕໍ່ສູ້ເພື່ອຄວາມເປັນ ອິດສະຫຼະພາບຈາກນາຍທຶນ	328
ກິດຈະກຳ: ແຕ້ມຮູບຫາທາງແກ້ໄຂບັນຫາຂອງຢາຂ້າສັດຕູພຶດ	329
ວິທີອ່ານ ແລະ ເຂົ້າໃຈສະຫຼາກຂ້າງຂວດຢາ (ເອກະສານກຳກັບຢາ)	330

ຢາຂ້າສັດຕູພຶດແມ່ນຢາພຶດ



ຢາຂ້າສັດຕູພຶດເປັນສານເຄມີທີ່ໃຊ້ໃນການຂ້າແມງໄມ້, ໝູ ແລະ ຫຍ້າຕ່າງໆ ທີ່ອາດຈະເປັນ ໄພຄຸກຄາມຕໍ່ພືດທັນຍາຫານ ແລະ ສຸຂະພາບຂອງພວກເຮົາ. ແຕ່ວ່າຢາຂ້າສັດຕູພຶດກໍຍັງ ເປັນພຶດ ແລະ ຂ້າສິ່ງມີຊີວິດອື່ນໆ, ທີ່ລວມທັງພຶດ ແລະ ແມງໄມ້ຕ່າງໆ ທີ່ມີຄຸນປະໂຫຍດ, ສັດ ແລະ ຜູ້ຄົນນຳ. ຢາຂ້າສັດຕູພຶດສາມາດທີ່ຈະລ່ອງລອຍໄປໄກຈາກບ່ອນທີ່ໃຊ້ ແລະ ພາ ໃຫ້ເກີດມົນລະພິດໃນດິນ, ນ້ຳ ແລະ ອາກາດ.

ໃນພາກນີ້ພວກເຮົາໃຊ້ຄຳວ່າ “ຢາຂ້າສັດຕູພຶດ” ທີ່ໝາຍເຖິງສານເຄມີທັງໝົດທີ່ໃຊ້ ໃນການຄວບຄຸມສັດຕູພຶດ. ພວກມັນລວມມີ:

- ຢາຂ້າແມງໄມ້ ແມ່ນຢາທີ່ໃຊ້ຂ້າແມງໄມ້ຊະນິດຕ່າງໆ.
- ຢາຂ້າຫຍ້າ ເປັນຢາທີ່ໃຊ້ຂ້າຫຍ້າ ແລະ ພຶດທີ່ບໍ່ເປັນທີ່ຕ້ອງການອື່ນໆ.
- ຢາຂ້າເພັຍ (ເຊື້ອລາ) ເປັນຢາທີ່ໃຊ້ໃນການຄວບຄຸມເພັຍ (ເຊື້ອລາ) ຕ່າງໆ.
- ຢາຂ້າໝູ ເປັນຢາທີ່ໃຊ້ໃນການຂ້າໝູ ແລະ ສັດກັດແທ້ນຊະນິດຕ່າງໆ.

ຊາວນາກໍບໍ່ແມ່ນຈະໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດສະເໝີໄປ ແລະ ມີຊາວນາຫຼາຍຄົນກໍປະ ສົບຜົນສຳເລັດຢ່າງໃຫຍ່ຫຼວງໂດຍບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດ. ຖ້າຫາກທ່ານເລືອກໄດ້ ມັນຈະ ປອດໄພຕໍ່ສຸຂະພາບຂອງທ່ານ ແລະ ຄວາມສົມບູນຂອງດິນຫຼາຍກວ່າ ຖ້າເລືອກບໍ່ໃຊ້ຢາ ຂ້າສັດຕູພຶດ. ຢາຂ້າສັດຕູພຶດເປັນສິ່ງອັນຕະລາຍຢູ່ສະເໝີ. ແຕ່ສຳລັບກຳມະກອນທີ່ເຮັດ ວຽກຕາມຟາມ, ຕາມສວນປູກພຶດຕ່າງໆ, ຫຼື ບຸກຄົນໃດກໍຕາມທີ່ຕົນຮູ້ສຶກວ່າຕ້ອງໄດ້ໃຊ້ຢາ ຂ້າສັດຕູພຶດ, ມັນກໍມີວິທີທາງທີ່ສາມາດລົດອັນຕະລາຍ ແລະ ໃຊ້ຢານັ້ນໄດ້ຢ່າງປອດໄພເທົ່າ ທີ່ຈະເປັນໄປໄດ້.

ເປັນຫຍັງຈຶ່ງໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພືດ?

ຢາຂ້າສັດຕູພືດບໍ່ມີຜົນຕິດກັບອາຫານ, ຟາມ, ຊາວນາ, ຜູ້ອອກແຮງງານໃນຟາມ (ກຳມະກອນໃນຟາມ), ຫຼືສະພາບແວດລ້ອມ. ເມື່ອເປັນເຊັ່ນນັ້ນແລ້ວເປັນຫຍັງຈຶ່ງພາກັນໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພືດ?

ຢາຂ້າສັດຕູພືດມັກຖືກໃຊ້ຄຽງຄູ່ກັບເຄື່ອງຈັກທາງການກະສິກຳ, ລະບົບຊົນລະປະທານຂະໜາດໃຫຍ່, ກຳມະກອນທີ່ໄດ້ຮັບຄ່າຈ້າງຕ່ຳ ແລະ ມີລັດຖະບານເປັນຜູ້ອອກທຶນຊ່ວຍໃນການຜະລິດເພື່ອໃຫ້ສາມາດຜະລິດພືດທັນຍາຫານທີ່ສາມາດຈຳໜ່າຍໄດ້ໃນລາຄາຖືກ. ຢາຂ້າສັດຕູພືດສາມາດຂ້າທຸກຢ່າງທີ່ອາດຈະມາເຮັດໃຫ້ຜົນຜະລິດຕ່ຳ ຫຼື ມາເຮັດໃຫ້ອາຫານເບິ່ງບໍ່ເປັນຕາກິນ, ສະນັ້ນ ບໍລິສັດການກະເສດຂະໜາດໃຫຍ່ຕ່າງໆຈຶ່ງໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພືດເປັນສ່ວນໜຶ່ງໃນລະບົບການຜະລິດຂອງພວກເຂົາເພື່ອຈະສາມາດຂາຍອາຫານໄດ້ ຫຼາຍຂຶ້ນ.



ສຳລັບຄອບຄົວຊາວນາທີ່ໄປທີ່ຈະແຂ່ງຂັນກັບບັນດາຟາມໃຫຍ່ໆຂອງບໍລິສັດການກະເສດຂ້າມຊາດນັ້ນ, ພວກເຂົາມັກເຊື່ອວ່າ ພວກເຂົາກໍ່ຕ້ອງໄດ້ໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພືດຄືກັນ. ເມື່ອຊາວນາທຳມະດາຜູ້ໜຶ່ງ ຈຳເປັນຕ້ອງໄດ້ດຳເນີນການຜະລິດເພື່ອລ້ຽງຄອບຄົວໃນທຸກມື້ນີ້, ລາວອາດຈະບໍ່ໄດ້ຄິດເຖິງສິ່ງທີ່ຈະເກີດຂຶ້ນກັບສຸຂະພາບຂອງລາວ ຫຼື ສຸຂະພາບຂອງຄົນໃນຄອບຄົວລາວໃນມື້ໜ້າ. ແຕ່ວ່າການຜະລິດແບບນີ້ແມ່ນມີຄ່າໃຊ້ຈ່າຍທາງດ້ານສຸຂະພາບຂອງຄົນ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມສູງ.

ເມື່ອເວລາຜ່ານໄປ, ຢາຂ້າສັດຕູພືດໄດ້ສ້າງຄວາມເສຍຫາຍອັນໃຫຍ່ຫຼວງແກ່ສັງຄົມ ແລະ ພືດທັນຍາຫານ. ຫຼັງຈາກສິດຢາຂ້າສັດຕູພືດໄປຫຼາຍປີ, ສັດຕູພືດກໍ່ອາດຈະດື່ຢາ (ເບິ່ງໜ້າ 326). ຢາຂ້າສັດຕູພືດຍັງຂ້າແມງໄມ້ ແລະ ນົກຫຼາຍຊະນິດທີ່ບໍ່ແມ່ນສັດຕູພືດ ແລະ ອັນທີ່ຈຶ່ງແລ້ວພວກມັນເປັນຜູ້ຄວບຄຸມສັດຕູພືດ. ເມື່ອເປັນເຊັ່ນນີ້, ຢາຂ້າສັດຕູພືດກໍ່ບໍ່ສາມາດຊ່ວຍເພີ່ມຜົນຜະລິດພືດທັນຍາຫານຈາກສັດຕູພືດໄດ້ອີກຕໍ່ໄປ, ແຕ່ໃນທາງກັບກັນຜົນຜະລິດກໍ່ຫຼຸດຕ່ຳລົງ ແລະ ມັນກໍ່ເຮັດໃຫ້ບັນດາຄອບຄົວຊາວນາຕ່າງໆຕົກຢູ່ໃນຄວາມທຸກຍາກ. ຮ້າຍແຮງໄປກວ່ານັ້ນ ຢາຂ້າສັດຕູພືດໄດ້ຂ້າຊີວິດຂອງຜູ້ຄົນເປັນພັນໆໃນແຕ່ລະປີ ແລະ ມັນຍັງເຮັດໃຫ້ຜູ້ຄົນເປັນຈຳນວນຫຼວງຫຼາຍເຈັບໄຂ້ໄດ້ປ່ວຍ.

ບັນດາບໍລິສັດຜະລິດຢາຂ້າສັດຕູພືດເວົ້າວ່າຜະລິດຕະພັນຂອງພວກເຂົາຈະຊ່ວຍໃຫ້ຊາວນາ “ຜະລິດອາຫານສະໜອງປະຊາຊົນໃນທົ່ວໂລກ.” ແຕ່ສິ່ງທີ່ບັນດາບໍລິສັດເຫຼົ່າ

ນັ້ນຕ້ອງການແທ້ໆ ແມ່ນຜົນກຳໄລ ໂດຍບໍ່ໄດ້ຄຳນຶງເຖິງຜົນຮ້າຍໃນໄລຍະຍາວທີ່ຜະລິດຕະພັນຂອງພວກເຂົາເປັນຕົ້ນເຫດ. ຢາຂ້າສັດຕູພືດເປັນພາກສ່ວນໜຶ່ງຂອງລະບົບທີ່ບໍ່ຍຸຕິທຳ ແລະ ບັນທອນສຸຂະພາບ ທີ່ເຮັດໃຫ້ຄົນກຸ່ມນ້ອຍໆຮຸ່ງມີຂັ້ນແຕ່ເຮັດໃຫ້ຄົນອື່ນອີກຈຳນວນຫຼວງຫຼາຍເຈັບໄຂ້ໄດ້ປ່ວຍ.

ຢາຂ້າສັດຕູພືດມີຫຼາກຫຼາຍຊະນິດ

ຢາຂ້າສັດຕູພືດແມ່ນມີຫຼາຍຊະນິດ ແລະ ຫຼາຍຢື້ ແລະ ພວກມັນກໍ່ມີຊື່ເອີ້ນທີ່ແຕກຕ່າງກັນອອກໄປໃນແຕ່ລະປະເທດ. ມີຢາຂ້າສັດຕູພືດບາງຊະນິດອາດຈະຖືກຫ້າມບໍ່ໃຫ້ໃຊ້ໃນປະເທດໜຶ່ງ ຍ້ອນມັນເປັນຢາອັນຕະລາຍຫຼາຍເກີນໄປ, ແຕ່ໃນຂະນະດຽວກັນມັນຜູດຖືກວາງຂາຍຢູ່ທົ່ວໄປໃນປະເທດອື່ນໆ.



ຢາຂ້າສັດຕູພືດແມ່ນຜະລິດອອກມາໃນຫຼາຍຮູບແບບ ເຊັ່ນ: ຊະນິດແບ່ງສຳລັບປົນກັບນ້ຳ ແລ້ວເອົາໄປສີດຂ້າສັດຕູພືດ, ຊະນິດເມັດ ແລະ ຝຸ່ນຜົງສຳລັບຫວ່ານ, ແບບຊະນິດນ້ຳສຳລັບສີດ, ສຳລັບເຄືອບແກນແນວປູກ, ແບບເປັນເມັດນ້ອຍກົມມົນເພື່ອໃຊ້ຂ້າໝູ ແລະ ແບບອື່ນໆອີກ. ຢາຈູດກັນຍຸງ ແລະ ຢາເບືອໝູ ແມ່ນເປັນຢາຂ້າສັດຕູພືດສາມັນປະຈຳເຮືອນ.

ຢາຂ້າສັດຕູພືດມີວາງຈຳໜ່າຍໃນພາຊະນະ ແລະ ສິ່ງທຸ່ມທີ່ຫຼາຍຮູບແບບ ເຊັ່ນ: ກະປ໋ອງ, ຂວດ, ຄູ, ຖົງ ແລະ ອື່ນໆ. ນອກນີ້ຢາຂ້າສັດຕູພືດຍັງມັກຖືກນຳໄປແບ່ງຂາຍ ຫຼື ໃສ່ໃນພາຊະນະບັນຈຸອື່ນໆທີ່ບໍ່ແມ່ນຂອງມັນເອງແທ້ໆ. ບໍ່ວ່າຢາຂ້າສັດຕູພືດຈະເປັນຊະນິດໃດ, ມາໃນຮູບແບບໃດ, ພາຊະນະບັນຈຸແບບໃດກໍ່ຕາມ, ຢາຂ້າສັດຕູພືດກໍ່ມີພິດ!



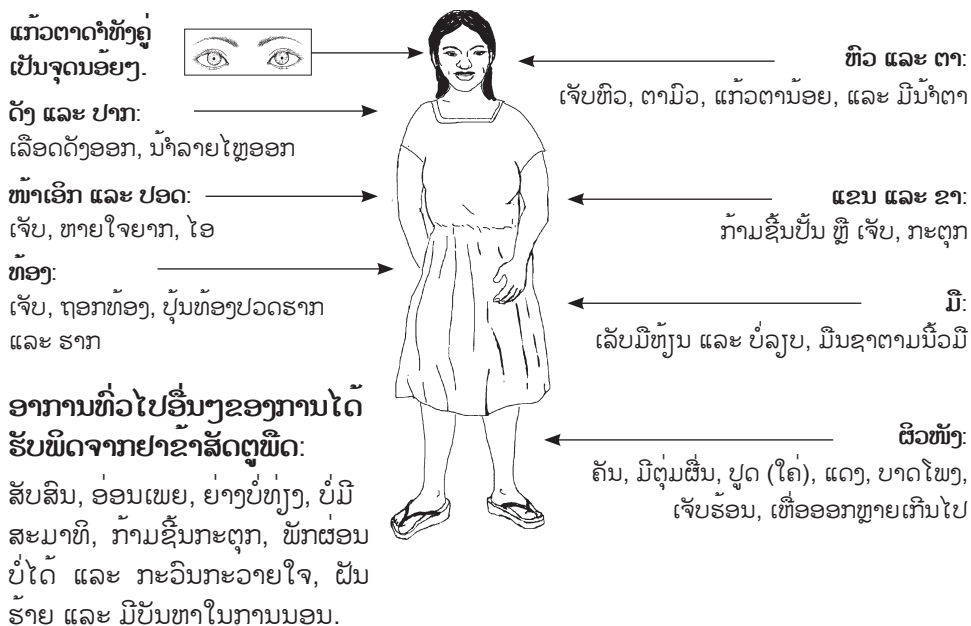
ຂ້ອຍເຂົ້າໃຈວ່າຢາຂ້າສັດຕູພືດມີພິດ. ແຕ່ຂ້ອຍກໍ່ຍັງຈຳຕ້ອງໄດ້ໄປເຮັດວຽກໃນສວນປູກກ່ວຍ. ບາງຄັ້ງຂ້ອຍກໍ່ບໍ່ສະບາຍເມື່ອມາຮອດເຮືອນ. ແລ້ວຂ້ອຍຈະຮູ້ໄດ້ແນວໃດວ່າມັນເປັນຍ້ອນຢາຂ້າສັດຕູພືດທີ່ພວກເຮົາໃຊ້?

ຢາຂ້າສັດຕູພຶດພາໃຫ້ເກີດບັນຫາສຸຂະພາບຫຼາຍຢ່າງ

ອາການຈາກການໄດ້ຮັບພຶດຢາຂ້າສັດຕູພຶດອາດຈະສະແດງອອກໃຫ້ເຫັນຫຼາຍຢ່າງ. ບາງອາການກໍ່ສະແດງອອກໃຫ້ເຫັນທັນທີທີ່ໄດ້ຮັບພຶດເຂົ້າໄປ, ສ່ວນອາການອື່ນໆບໍ່ສະແດງອອກມາຈົນກວ່າເວລາຜ່ານໄປໄດ້ຫຼາຍຊົ່ວໂມງ, ຫຼາຍມື້, ຫຼື ເປັນປົງ. (ສຳລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມກ່ຽວກັບຜົນກະທົບຂອງສານພິດເຄມີຕໍ່ສຸຂະພາບ, ເບິ່ງພາກທີ 16.)

ມີປະຊາຊົນເປັນຈຳນວນຫຼວງຫຼາຍໄດ້ຮັບພຶດຢາຂ້າສັດຕູພຶດເຂົ້າໄປໂດຍທີ່ຕົນເອງອາດຈະບໍ່ຮູ້ສຶກຕົວ. ພະນັກງານຊັກຮຸກ, ພະນັກງານເທດສະບານ ທີ່ເກັບມ້ຽນຂີ້ເຫຍື້ອ ແລະ ນຳຂີ້ເຫຍື້ອເພື່ອກັບໄປໃຊ້ໃໝ່ ແລະ ຜູ້ອື່ນອີກທີ່ເຮັດວຽກທີ່ຕ້ອງໄດ້ສຳພັດກັບຢາຂ້າສັດຕູພຶດກໍ່ອາດຈະມີອັນຕະລາຍຈາກພຶດ ເທົ່າໆກັບຜູ້ທີ່ອອກແຮງງານຕາມຟາມຕ່າງໆ. ພວກເຮົາທຸກຄົນຄວນຄຳນຶງວ່າຢູ່ໃນສະພາບແວດລ້ອມທີ່ເຂົາເຮັດວຽກຢູ່ນັ້ນ ມີຢາຂ້າສັດຕູພຶດຢູ່ ແລະ ພວກເຂົາກໍ່ຕ້ອງໄດ້ປະຕິບັດຕາມຄຳແນະນຳໃນການປ້ອງກັນອັນຕະລາຍຈາກສານພິດໃນຢາຂ້າສັດຕູພຶດເຊັ່ນດຽວກັນກັບບັນດາຜູ້ອອກແຮງງານຕາມຟາມຕ່າງໆ.

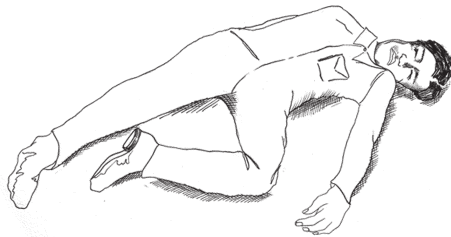
ອາການຂອງການຖືກພິດຢາຂ້າສັດຕູພຶດ



ຖ້າທ່ານມີບັນຫາທີ່ໄດ້ກ່າວໄວ້ຂ້າງເທິງນີ້ ໃນຂະນະທີ່ກຳລັງໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດຢູ່, ໃຫ້ເຈົ້າອອກຈາກບ່ອນທີ່ກຳລັງເຮັດວຽກຢູ່ນັ້ນທັນທີ. ບໍ່ໃຫ້ຖ້າຈົນຮູ້ສຶກວ່າອາການມັນຮຸນແຮງແລ້ວຈຶ່ງອອກແມ່ນບໍ່ໄດ້. ໃຫ້ທ່ານອອກມາໃຫ້ໄກຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດ ແລະ ໄປໂຮງໝໍ ຫຼື ຄູ່ນິກັດທັນທີໂລດ.

ອາການຂອງການໄດ້ຮັບພິດຢ່າງຮຸນແຮງ:

ໝົດສະຕິ, ສູນເສຍການຄວບຄຸມລະບົບຂັບຖ່າຍ (ຂີ້ ແລະ ຍຽວເຮັຍ), ສິບ ແລະ ເລັບມືກຳເຂົ້າ, ສັ່ນ.



ການໄດ້ຮັບພິດຢາຂ້າສັດຕູພືດຢ່າງຮຸນແຮງສາມາດເຮັດໃຫ້ຕາຍໄດ້.

ເດັກນ້ອຍ ແລະ ການໄດ້ຮັບພິດຈາກຢາຂ້າແມງໄມ້

ຢາຂ້າສັດຕູພືດແມ່ນອັນຕະລາຍຕໍ່ເດັກນ້ອຍຫຼາຍກວ່າຜູ້ໃຫຍ່. ນັ້ນກໍຍ້ອນວ່າເດັກນ້ອຍນັ້ນຍັງອ່ອນນ້ອຍກວ່າ ແລະ ກໍກຳລັງເຕີບໃຫຍ່, ສານພິດຢາຂ້າສັດຕູພືດໃນປະລິມານທີ່ຜູ້ໃຫຍ່ຮັບເຂົ້າໄປແລ້ວບໍ່ເປັນຫຍັງແມ່ນສາມາດເຮັດໃຫ້ພວກເຂົາເຈັບປ່ວຍໄດ້. ດັ່ງນັ້ນສານພິດຢາຂ້າສັດຕູພືດໃນປະລິມານທີ່ເຮັດໃຫ້ຜູ້ໃຫຍ່ເຈັບປ່ວຍໄດ້ນັ້ນອາດຈະຂ້າແອນ້ອຍ ແລະ ເດັກນ້ອຍໄດ້.



ອາການຂອງເດັກນ້ອຍທີ່ໄດ້ຮັບພິດຈາກຢາຂ້າສັດຕູພືດ

ແມ່ນແຕ່ຢາຂ້າສັດຕູພືດໃນປະລິມານໜ້ອຍດຽວກໍສາມາດມີຜົນກະທົບຕໍ່ເດັກນ້ອຍໃນດ້ານຄວາມສາມາດໃນການຮຽນຮູ້, ເຕີບໂຕ ແລະ ອາດຈະພາໃຫ້ເກີດໂລກພູມແພ້ ແລະ ມີບັນຫາໃນການຫາຍໃຈໄປຕະຫຼອດຊີວິດ.

ອາການທົ່ວໄປຂອງເດັກນ້ອຍທີ່ໄດ້ຮັບພິດຢາຂ້າສັດຕູພືດ:

- ເມື່ອຍ
- ຖອກຫ້ອງ
- ເຈັບຫ້ອງ
- ມີຜົນແຕງຕາມຜິວໜັງ
- ໄອ
- ຂັກ ແລະ ສັ່ນ
- ໝົດສະຕິ



ອາການທີ່ອາດສະແດງອອກຫຼັງຈາກເດັກນ້ອຍໄດ້ຮັບສານພິດເຄມີເຂົ້າໄປແລ້ວເປັນເວລາຫຼາຍເດືອນ ຫຼື ຫຼາຍປີຜ່ານໄປ

- ເປັນພູມແພ້
- ມະເຮັງ
- ມີບັນຫາໃນການຫາຍໃຈ
- ບັນຫາສຸຂະພາບອື່ນໆອາດຈະໜັກໜ່ວງ
- ມີບັນຫາໃນການຮຽນຮູ້
- ຫຼື ຮຸນແຮງຂຶ້ນໄປອີກ
- ຮ່າງກາຍເຕີບໂຕຊາ

ຢາຂ້າສັດຕູພຶດຍັງສາມາດເຮັດໃຫ້ເດັກນ້ອຍເກີດມາມີຮ່າງກາຍພິການໄດ້ (ເບິ່ງໜ້າ 395). ສຳລັບລາຍລະອຽດກ່ຽວກັບຜົນກະທົບຂອງສານພິດເຄມີຕໍ່ເດັກນ້ອຍ, ເບິ່ງໜ້າ 393.

ການປ້ອງກັນເດັກນ້ອຍຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດ

ບໍ່ໃຫ້ເດັກນ້ອຍຢູ່ໃກ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດ.

ເດັກນ້ອຍ:

- ບໍ່ຄວນຫຼິ້ນ, ໃຊ້ ຫຼື ຈັບບາຍພາຊະນະບັນຈຸຢາຂ້າສັດຕູພຶດ ເຖິງຈະເປັນພາຊະນະບັນຈຸທີ່ເກົ່າແລ້ວກໍຕາມ.
- ບໍ່ຄວນຫຼິ້ນເຄື່ອງມືທີ່ໃຊ້ສິດຢາຂ້າສັດຕູພຶດໃນຟາມ.
- ບໍ່ຄວນລົງລຸຍນ້ຳ ຫຼື ລອຍນ້ຳໃນຮ່ອງເໝືອງ ຫຼື ຮ່ອງລະບາຍນ້ຳໃນຟາມ ຫຼື ບໍລິເວນໃກ້ຄຽງ.
- ບໍ່ຄວນເຂົ້າໄປ ຫຼື ຫຼິ້ນໃນພື້ນທີ່ການກະເສດທີ່ຫາກໍ່ສິດຢາຂ້າສັດຕູພຶດແລ້ວໃໝ່ໆ.

ໂອລານິກີເອີຍ! ຖ້າແມ່ອາບນ້ຳປຸງເຄື່ອງບິດໜຶ່ງເດີ.



ພໍ່ແມ່ສາມາດປົກປ້ອງລູກນ້ອຍຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດໄດ້:

- ຊັກເຄື່ອງນຸ່ງ, ເກີບທີ່ໃສ່ເຮັດວຽກ ແລະ ລ້າງມືກ່ອນທີ່ຈະເຂົ້າໄປໃນເຮືອນ ແລະ ກ່ອນຈັບບາຍລູກໆ.
- ແຍກຊັກເຄື່ອງຜ້າລູກໆ ແລະ ເສື້ອຜ້າພໍ່ແມ່ຕ່າງຫາກ.
- ໃຫ້ລ້າງໝາກໄມ້ ແລະ ຜັກໃຫ້ສະອາດດີກ່ອນຈະໃຫ້ທຸກຄົນກິນ.
- ຫຼີກເວັ້ນການໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດໃນບໍລິເວນທີ່ຢູ່ອາໄສ, ໂດຍສະເພາະພາຍໃນເຮືອນ.
- ເກັບຮັກສາພາຊະນະບັນຈຸຢາຂ້າສັດຕູພຶດ ແລະ ເຄື່ອງມືຕ່າງໆໄວ້ໃຫ້ພົ້ນມີເດັກນ້ອຍ.

ບ້ານແຫ່ງໜຶ່ງພະຍາຍາມຕໍ່ສູ້ກັບພິດໄພຂອງຢາຂ້າສັດຕູພືດ

ຊາວບ້ານປາເດີໃນລັດເຄຣາລາໃນປະເທດອິນເດຍ ຕ່າງກໍ່ເຄີຍຄິດວ່າ ພວກຕົນຖືກຄຳສາບ. ຊາວບ້ານຜູ້ໜຸ່ມນັ້ນໄດ້ຮັບຄວາມທໍລະມານຈາກບັນຫາສຸຂະພາບທີ່ຮ້າຍແຮງ ເຊັ່ນ: ໂລກບ້າໝູ, ມັນສະໝອງເສຍຫາຍ, ໂລກມະເຮັງ ແລະ ຮ່າງກາຍບໍ່ເຕີບໃຫຍ່ເທົ່າທີ່ຄວນ. ມີແມ່ຍິງຫຼາຍຄົນບໍ່ສາມາດມີລູກໄດ້ ແລະ ເດັກນ້ອຍຫຼາຍຄົນເກີດມາແຂນຂາບໍ່ມີ. ນອກຈາກຄຳສາບແລ້ວ, ແມ່ນຫຍັງອີກທີ່ພາໃຫ້ເກີດໂລກໄພໄຂ້ເຈັບເຫຼົ່ານີ້ໄດ້?

ບ້ານປາເດີ ເປັນບ້ານທີ່ມີຊື່ສຽງໃນເລື່ອງການປູກໝາກມ່ວງທີ່ມະຫານ. ຫຼາຍໆປີທີ່ຜ່ານມາ, ບໍລິສັດທີ່ເປັນເຈົ້າຂອງສວນໝາກມ່ວງທີ່ມະຫານເລີ່ມສິດຢາຂ້າສັດຕູພືດທີ່ເອີ້ນວ່າ: ເອັນໂດຊູນແຟນ (endosulfan). ຫຼັງຈາກທີ່ມີການເລີ່ມສິດຢາ ຊາວບ້ານສັງເກດເຫັນວ່າ: ເຜິ້ງ, ກົບ, ຂຽດ ແລະ ປາກໍ່ຫາຍໄປຈາກພື້ນທີ່ດັ່ງກ່າວ. ຊາວບ້ານຫຼາຍຄົນເຊື່ອວ່າ ພວກມັນຕາຍຍ້ອນຢາ ເອັນໂດຊູນແຟນ, ແຕ່ວ່າພວກເຂົາກໍ່ບໍ່ສາມາດພິສູດໄດ້.

ສຣີ ປາເດີ ຊຶ່ງເປັນຊາວນາ ແລະ ທັງເປັນນັກຂ່າວທ້ອງຖິ່ນ. ລາວເຫັນວ່າລູກງົວຂອງລາວຫຼາຍໂຕເກີດມາມີຂາທີ່ຜິດປົກກະຕິ. ຍ້ອນວ່າໄດ້ມີການສິດຢາເອັນໂດຊູນແຟນໃກ້ໆກັບຟາມຂອງລາວຫຼາຍຄັ້ງ, ລາວກໍ່ສົງໃສວ່າການທີ່ລູກງົວຂອງລາວເກີດພິການນັ້ນ ອາດເປັນຍ້ອນພິດຂອງຢາຂ້າສັດຕູພືດດັ່ງກ່າວ. ລາວໄດ້ໄປປຶກສາກັບທ່ານໝໍ ຜູ້ທີ່ພົບເຫັນບັນຫາດັ່ງກ່າວທີ່ເກີດຂຶ້ນກັບຄົນ. ພາຍຫຼັງທີ່ຂຽນຫາຜູ້ຮູ້ທົ່ວອິນເດຍ, ພວກເຂົາກໍ່ໄດ້ຮູ້ວ່າເກືອບທຸກບັນຫາທີ່ພວກເຂົາພົບເຫັນແມ່ນເກີດມາຈາກຢາເອັນໂດຊູນແຟນ.

ຈາກການລົງມາຢ້ຽມຂອງອົງການຈັດຕັ້ງອື່ນໆໄດ້ຍືນຍັນສິ່ງທີ່ ສຣີ ປາເດີ ແລະ ທ່ານໝໍໄດ້ພົບເຫັນນັ້ນ. ຂ່າວກ່ຽວກັບບັນຫາສຸຂະພາບຂອງປະຊາຊົນທີ່ມີຕົ້ນເຫດມາຈາກຢາເອັນໂດຊູນແຟນນັ້ນໄດ້ແຜ່ກະຈາຍອອກໄປ.

ຊາວບ້ານໄດ້ພາກັນມາໂຮມຕົວກັນຢູ່ໜ້າຫ້ອງການຂອງສວນໝາກມ່ວງທີ່ມະຫານ ແລະ ຮຽກຮ້ອງໃຫ້ຢຸດເຊົາການສິດຢາຂ້າສັດຕູພືດດັ່ງກ່າວ. ພະນັກງານຂອງສວນ, ພະນັກງານອຸດສະຫະກຳຢາຂ້າສັດຕູພືດ ແລະ ອຳນາດການປົກຄອງທ້ອງຖິ່ນຈຳນວນໜຶ່ງຕ່າງກໍ່ອອກມາປະຕິເສດໃນເລື່ອງທີ່ຢາເອັນໂດຊູນແຟນກໍ່ໃຫ້ເກີດບັນຫາດັ່ງກ່າວ. ພວກເຂົາໄດ້ເອີ້ນຕຳຫຼວດເຂົ້າມາຈັດການສະຫຼາຍການຊຸມນຸມນັ້ນ.

ຕໍ່ມາບໍ່ດົນ, ສຳນັກຂ່າວທ້ອງຖິ່ນ ແລະ ໂທລະພາບທ້ອງຖິ່ນກໍ່ນຳເອົາຂ່າວອອກໄປເຜີຍແຜ່. ຈາກນັ້ນບໍ່ດົນປະຊາຊົນທົ່ວອິນເດຍ ແລະ ທົ່ວໂລກກໍ່ຮູ້ວ່າຢາເອັນໂດຊູນແຟນເປັນຕົ້ນເຫດຂອງບັນຫາສຸຂະພາບຕ່າງໆ. ອຳນາດການປົກຄອງລັດໄດ້ສັ່ງຫ້າມການໃຊ້ຢາເອັນໂດຊູນແຟນ ໃນລັດເຄຣາລາ. ແຕ່ວ່າທາງຝ່າຍອຸດສະຫະກຳຜະລິດຢາຂ້າສັດຕູພືດອອກມາແກ້ວ ຢາເອັນໂດຊູນແຟນເປັນຢາທີ່ປອດໄພ. ພວກເຂົາໄດ້ຈ້າງທ່ານໝໍ ແລະ ນັກວິທະຍາສາດໃຫ້ອອກມາບອກວ່າບັນຫາສຸຂະພາບທີ່ເກີດຂຶ້ນນັ້ນບໍ່ມີສ່ວນກ່ຽວຂ້ອງຫຍັງກັບຢາເອັນໂດຊູນແຟນ ແລະ ຫຼັງຈາກນັ້ນບໍ່ດົນຍ້ອນທຶນຕໍ່ແຮງກົດດັນຈາກຝ່າຍອຸດສະຫະກຳຜະລິດຢາຂ້າສັດຕູພືດບໍ່ໄຫວ ທາງລັດຖະບານກໍ່ໄດ້ຖືກຍົກເລີກຂໍ້ຫ້າມການໃຊ້ຢາເອັນໂດຊູນແຟນດັ່ງກ່າວ. ສວນໝາກມ່ວງທີ່ມະຫານກໍ່ກັບມາສິດຢາ

ຂ້າສັດຕູພືດດັ່ງກ່າວນັ້ນອີກ.

ເມື່ອເຫັນດັ່ງນັ້ນ ຊາວນາ, ທ່ານໝໍ ແລະ ຊາວບ້ານໃນພື້ນທີ່ດັ່ງກ່າວກໍ່ອອກມາຮຽກຮ້ອງໃຫ້ລັດຖະບານມາສຶກສາເບິ່ງບັນຫາດັ່ງກ່າວ. ໃນທີ່ສຸດລັດຖະບານກໍ່ເຫັນດີນຳປະຊາຊົນບ້ານປາເດີ ວ່າ: ຢາເອັນໂດຊູນແຟນເປັນພິດທີ່ຮ້າຍແຮງເຖິງຊີວິດ. ຈາກນັ້ນກໍ່ໄດ້ມີການຜ່ານກົດໝາຍຫ້າມການນຳໃຊ້ຢາເອັນໂດຊູນແຟນອີກເທື່ອໜຶ່ງ ແລະ ຫ້າມໃຊ້ໃນພາກດັ່ງກ່າວຂອງປະເທດອິນເດຍ.

ແຕ່ວ່າຢາເອັນໂດຊູນແຟນແມ່ນຍັງໃຊ້ຢູ່ໃນພາກອື່ນໆຂອງປະເທດອິນເດຍ ແລະ ໃນບັນດາປະເທດອື່ນໆ. ກົດໝາຍໄດ້ລະບຸໄວ້ວ່າ ມັນເປັນຢາທີ່ມີພິດໃນບາງແຫ່ງ, ໃນຂະນະທີ່ຢູ່ບ່ອນອື່ນຍັງຖືວ່າມັນເປັນຢາທີ່ປອດໄພຢູ່. ດັ່ງນັ້ນ, ສານພິດຄື ຢາເອັນໂດຊູນແຟນນີ້ຈະຖືກຫ້າມນຳໃຊ້ກໍ່ຕໍ່ເມື່ອປະຊາຊົນຮ່ວມກັນຕໍ່ສູ້ເພື່ອກົດດັນອຸດສະຫະກຳ ແລະ ລັດຖະບານໃຫ້ມີການປ່ຽນແປງ.

ການປິ່ນປົວເມື່ອໄດ້ຮັບພິດຢາຂ້າສັດຕູພືດ

ຢາຂ້າສັດຕູພືດກໍ່ຄືກັບສານພິດເຄມີຊະນິດອື່ນໆ ທີ່ເປັນພິດຕໍ່ຄົນໃນຫຼາຍຮູບແບບ ເຊັ່ນ: ຜ່ານທາງຜິວໜັງ ແລະ ຕາ, ຜ່ານທາງປາກ (ໂດຍການກິນລົງໄປ), ຫຼື ຜ່ານທາງອາກາດຫາຍໃຈ. ການໄດ້ຮັບພິດແຕ່ລະຊະນິດ ຈຳເປັນຕ້ອງໃຊ້ວິທີການປິ່ນປົວທີ່ແຕກຕ່າງໆກັນອອກໄປ.

ເມື່ອຢາຂ້າສັດຕູພືດຖືກຜິວໜັງ:

ການໄດ້ຮັບພິດສ່ວນໃຫຍ່ແມ່ນເກີດໂດຍການໄດ້ຮັບພິດຜ່ານທາງຜິວໜັງ. ເຊິ່ງມັນສາມາດ



ເກີດຂຶ້ນໄດ້ໂດຍມັນຟັງໃສ່ໃນຂະນະເຄື່ອນຍ້າຍ, ປະສົມຢາ, ຫຼື ເມື່ອຈັບບາຍພິດພັນທັນຍາຫານທີ່ຫາກໍ່ສິດພົ້ນຢາແລ້ວໃໝ່ໆ. ຢາຂ້າສັດຕູພືດກໍ່ຍັງສາມາດເຂົ້າໄປໃນຜິວໜັງໄດ້ໂດຍຜ່ານທາງເຄື່ອງນຸ່ງ, ຫຼື ເມື່ອຊັກເຄື່ອງນຸ່ງທີ່ຕິດຢາຂ້າສັດຕູພືດ.

ຝືດຜື່ນແດງ ແລະ ອາການລະຄາຍເຄື່ອງ ເປັນສັນຍານອັນທຳອິດຂອງການໄດ້ຮັບພິດຜ່ານທາງຜິວໜັງ. ເນື່ອງຈາກບັນຫາຜິວ

ໜັງອາດຈະເກີດມາຈາກສາເຫດອື່ນໆອີກ, ເຊັ່ນ: ຄັນຄາຍເນື່ອງຈາກພິດ, ແມງໄມ້ກັດຕອດ, ຊຶມເຊື້ອ, ຫຼື ພູມແພ້, ມັນຈຶ່ງເປັນການຍາກທີ່ຈະຮູ້ໄດ້ວ່າມັນເກີດມາຈາກຢາຂ້າສັດຕູພືດແທ້ບໍ່. ລອງໄປສອບຖາມນຳຜູ້ອື່ນເບິ່ງວ່າ ພິດທັນຍາຫານ

ທີ່ຕົນເຮັດວຽກກັບມັນນັ້ນກໍ່ໃຫ້ເກີດບັນຫາທີ່ວ່ານັ້ນຫຼືບໍ່. ຖ້າເຈົ້າຫາກເຮັດວຽກກັບການໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພືດ ແລະ ໄດ້ເກີດມີຜິວໜັງເປັນຝືດຜື່ນແດງຂຶ້ນມາ, ມັນເປັນສິ່ງທີ່ປອດໄພທີ່ສຸດຖ້າເຈົ້າທຳການຮັກສາມັນຄືກັບວ່າ ເກີດຂຶ້ນຍ້ອນໄດ້ຮັບພິດຈາກຢາຂ້າສັດຕູພືດ.

ການປິ່ນປົວ

ຖ້າທ່ານ ຫຼື ເຜົ່າຜູ້ໜຶ່ງອີກຫາກຖືກພິດຢາຂ້າສັດຕູພຶດຕາມຮ່າງກາຍ ໃຫ້ປະຕິບັດດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້:

- ໃຫ້ແກ້ເຄື່ອງນຸ່ງທີ່ຢາຂ້າສັດຕູພຶດຟັງໃສ່ນັ້ນອອກທັນທີ.
- ລ້າງຢາຂ້າສັດຕູພຶດອອກຈາກຜິວໜັງດ້ວຍນ້ຳເຢັນ ແລະ ສະບູໃຫ້ໄວເທົ່າທີ່ຈະເປັນໄປໄດ້.
- ຖ້າມັນເຂົ້າຕາ, ໃຫ້ລ້າງຕາດ້ວຍນ້ຳສະອາດເປັນ

ເວລາ 15 ນາທີ.

ຖ້າຜິວໜັງແສບຮ້ອນຍ້ອນຖືກຢາຂ້າສັດຕູພິດ ໃຫ້ປະຕິບັດດັ່ງນີ້:



- ລ້າງໃຫ້ສະອາດໂດຍໃຫ້ນ້ຳເຢັນໄຫຼຜ່ານ.
- ບໍ່ໃຫ້ເອົາຫຍັງທີ່ຕິດຢູ່ໃນບໍລິເວນບາດທີ່ແສບຮ້ອນນັ້ນອອກ.
- ບໍ່ໃຫ້ເອົາໂລຊັ້ນ, ນ້ຳມັນ ຫຼື ເນີຍທາ.
- ບໍ່ໃຫ້ເຈາະ ຫຼື ເຮັດໃຫ້ຕຸ່ມໂພງນັ້ນແຕກ.
- ບໍ່ໃຫ້ດຶງໜັງບາດອອກຈາກບາດ.



- ຖ້າມີ, ໃຫ້ໃຊ້ແພສະອາດທີ່ຜ່ານການຂ້າເຊື້ອແລ້ວປົກປິດບໍລິເວນບາດໄວ້.
- ຖ້າຍັງມີການເຈັບແສບຍືດເຍື້ອໄປ, ໃຫ້ໄປຫາໝໍ! ໃຫ້ເອົາໃບສະຫຼາກຢາຂ້າສັດຕູພິດທີ່ຕິດຢູ່ຂ້າງພາຊະນະບັນຈຸ ຫຼື ຊີຂອງຢາຂ້າສັດຕູພິດໄປນຳ.

ເຖິງຈະບໍ່ເຫັນ ຫຼື ໄດ້ກິນຢາຂ້າສັດຕູພິດ, ພວກມັນກໍ່ສາມາດຕິດຕາມຜິວໜັງ, ຜິມ, ແລະ ເຄື່ອງນຸ່ງໄດ້. ໃຫ້ທ່ານອາບນ້ຳລ້າງຕີນໂຕ ແລະ ຊັກເຄື່ອງນຸ່ງທຸກຄັ້ງຫຼັງຈາກໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພິດ.

ຖ້າກິນຢາຂ້າສັດຕູພິດລົງໄປ

ຄົນເຮົາແມ່ນສາມາດກິນຢາຂ້າສັດຕູພິດລົງໄປໂດຍຜ່ານການກິນ, ດື່ມ, ຫຼື ສູບຢາໃນທຸ່ງ ຫຼື ສວນ ໃນຂະນະທີ່ໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພິດຢູ່, ຫຼື ຜ່ານການດື່ມນ້ຳທີ່ປົນເປື້ອນຢາຂ້າສັດຕູພິດ. ເດັກນ້ອຍກໍ່ສາມາດທີ່ຈະດື່ມ ຫຼື ກິນຢາຂ້າສັດຕູພິດລົງໄປໄດ້, ໂດຍສະເພາະ ຖ້າໃຊ້ພາຊະນະບັນຈຸເກັບມ້ຽນຢາຂ້າສັດຕູພິດ ແລະ ເອົາອາຫານມາເກັບໄວ້ບ່ອນດຽວກັນ, ຫຼື ປະຢາຂ້າສັດຕູພິດໄວ້ກາງແຈ້ງ ຫຼື ໃກ້ມືເດັກ.



ກິນພິດ ຜັກ ໝາກໄມ້ທີ່ສິດຢາຂ້າສັດຕູພິດອາດຈະເຮັດໃຫ້ລົ້ມເຈັບປ່ວຍຕາມທີ່ຫຼັງໄດ້.

ການປິ່ນປົວ

ເມື່ອມີໃຜຜູ້ໜຶ່ງກິນຢາຂ້າສັດຕູພຶດລົງໄປໃຫ້ປະຕິບັດດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້:

- ຖ້າຄົນເຈັບດັ່ງກ່າວບໍ່ມີສະຕິ, ໃຫ້ເອົາລາວມາອອກສະແດງ ແລະ ຕ້ອງໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າລາວຫາຍໃຈໄດ້.

- ຖ້າຄົນເຈັບບໍ່ຫາຍໃຈ, ໃຫ້ທຳການຊ່ວຍໃຫ້ຄົນເຈັບຫາຍໃຈ ໂດຍການເປົ່າປາກ (ຜາຍປອດ) ໂດຍໄວ (ການຊ່ວຍຊີວິດດ້ວຍການຊ່ວຍຫາຍໃຈ, ເບິ່ງໜ້າ 676). ການເປົ່າປາກເພື່ອຫາຍໃຈນັ້ນສາມາດເຮັດໃຫ້ທ່ານໄດ້ຮັບຜິດຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດໄດ້, ສະນັ້ນ ເພື່ອປ້ອງກັນຕົວເອງໃຫ້ເອົາແພມິນ ຫຼື ແພອັດດັງ, ຫຼື ຢາງປາດສຕິກໜາ ເຈາະຮູ້ໄວ້ທາງກາງແລ້ວເອົາມາຂັ້ນກາງລະຫວ່າງປາກທ່ານ ແລະ ປາກຄົນເຈັບກ່ອນທີ່ຈະເລີ່ມຜາຍປອດ.

- ຈົ່ງຊອກຫາກ່ອງຫຼືພາຊະນະບັນຈຸຢາຂ້າສັດຕູພຶດນັ້ນ ແລະ ອ່ານສະຫຼາກກຳກັບຢາທີ່ຕິດຢູ່ທາງຂ້າງກ່ອງນັ້ນທັນທີ. ສະຫຼາກນັ້ນຈະບອກວິທີການວ່າ ທ່ານຄວນຈະເຮັດໃຫ້ຄົນເຈັບຮາກພຶດນັ້ນອອກມາ ຫຼື ບໍ່.

- ຖ້າຄົນເຈັບຍັງຕື່ມໄດ້ຢູ່, ໃຫ້ເອົານ້ຳສະອາດໃຫ້ລາວດື່ມຫຼາຍໆ.

- ພາຄົນເຈັບໄປຫາໝໍ ຫຼື ໂຮງໝໍເພື່ອປິ່ນປົວ. ຖ້າມີສະຫຼາກກຳກັບຢາຂ້າສັດຕູພຶດ, ໃຫ້ຖືສະຫຼາກ ຫຼື ຊື່ຢາຂ້າສັດຕູພຶດນັ້ນໄປນຳສະເໜີ.

ທ່ານບໍ່ໃຫ້ເຮັດໃຫ້ຄົນເຈັບຮາກ ຖ້າສະຫຼາກກຳກັບຢາບອກບໍ່ໃຫ້ເຮັດໃຫ້ຮາກ. ທ່ານເດັດຂາດບໍ່ໃຫ້ຄົນເຈັບຮາກ ຖ້າທ່ານວາລາວກິນຢາຂ້າສັດຕູພຶດທີ່ມີສ່ວນປະສົມຂອງນ້ຳມັນຕ່າງໆ (ເຊັ່ນ: ນ້ຳມັນແອັດຊັງ, ນ້ຳມັນກາດ ແລະ ນ້ຳມັນອື່ນໆ). ການໃຫ້ຄົນເຈັບຮາກຍິ່ງເຮັດໃຫ້ອາການຂອງຄົນເຈັບຮ້າຍແຮງຍິ່ງຂຶ້ນ. ບໍ່ໃຫ້ເຮັດໃຫ້ຄົນເຈັບຮາກ ຫຼື ຕື່ມນ້ຳ ຖ້າຄົນເຈັບບໍ່ມີສະຕິ, ມີອາການສັບສົນ, ຫຼື ມີອາການສັ່ນຢ່າງຮຸນແຮງ.

ຖ້າທ່ານໝັ້ນໃຈວ່າການເຮັດໃຫ້ຄົນເຈັບຮາກນັ້ນຊ່ວຍໃຫ້ຄົນເຈັບດີຂຶ້ນໄດ້, ໃຫ້ເອົາສິ່ງຕໍ່ໄປນີ້ໃຫ້ຄົນເຈັບກິນ:

- ນ້ຳເກືອເຄັມໆໜຶ່ງຈອກ, ຫຼື

- ເອົາພືດຜັກສະໝຸນໄພທີ່ມີລົດຂຶ້ນແຮງໆ (ເຊັ່ນ: ຜັກຊານາລີ, ຜັກບົວລະພາ, ຫຼື ຜັກສະ ໝຸນໄພທີ່ມີໃນທ້ອງຖິ່ນຊະນິດຕ່າງໆກໍໄດ້) ທີ່ສາມາດກິນໄດ້ ມາຕຳໃຫ້ມຸ່ນໆ ໃຫ້ໄດ້ປະມານສອງບວງແກງ ແລະ ເອົາໃຫ້ຄົນເຈັບກິນ ແລ້ວ ຕື່ມນ້ຳອຸ່ນຕາມລົງໄປ 1 ຫຼື 2 ຈອກ.

ໃຫ້ຄົນເຈັບຢ່າງໄປມາ (ບໍ່ໃຫ້ຢູ່ຊຶ່ງ), ຊຶ່ງມັນຈະຊ່ວຍໃຫ້ຄົນເຈັບຮາກໄວຂຶ້ນ.

ຫຼັງຈາກຄົນເຈັບຮາກອອກແລ້ວໃຫ້ເອົາຝຸ່ນຖານໄຟປົນນ້ຳໃຫ້ກິນ. ຝຸ່ນຖານໄຟນີ້ຊ່ວຍດູດຊັບເອົາພຶດທີ່ຍັງຄ້າງຢູ່ຂ້າງໃນທ້ອງຂອງຄົນເຈັບໄດ້.



ການເອົາຝຸ່ນຖ່ານສຳເລັດຮູບ ຫຼື ຖ່ານໄຟ ທີ່ບິດມຸ່ນ ລະອຽດດີ ໃຫ້ຄົນເຈັບກິນນັ້ນແມ່ນເຮັດໄດ້ດັ່ງນີ້: ເອົາຖ່ານຝຸ່ນສຳເລັດຮູບເຄິ່ງຈອກກາເຟ ຫຼື ຖ່ານໄຟທີ່ບິດລະອຽດ ໜຶ່ງ ບ່ວງແກງ ປະສົມກັບນ້ຳອຸ່ນໃນຈອກໃຫຍ່ ຫຼື ໂຖນ້ຳ ໃຫ້ຄົນເຈັບດື່ມ.

ເຮັດຝຸ່ນຖ່ານຈາກຖ່ານໄຟ, ຫຼື ເຂົ້າຈີ່ໄໝ້ ຫຼື ເຂົ້າໜົມແພນເຄັກໄໝ້ກໍໄດ້. ເຖິງມັນບໍ່ດີເທົ່າກັບ ຖ່ານຝຸ່ນສຳເລັດຮູບ ແຕ່ມັນກໍໃຊ້ໄດ້ຜົນຄືກັນ. ຫ້າມ ບໍ່ໃຫ້ໃຊ້ຝຸ່ນຂອງຖ່ານອັດເປັນກ້ອນເພາະມັນເປັນພິດ!

ຫຼັງຈາກຄົນເຈັບຮາກອອກແລ້ວ, ຫຼື ຖ້າບໍ່ຮາກ, ທ່ານກໍສາມາດ ເຮັດໃຫ້ການແຜ່ກະຈາຍຂອງພິດໃນຮ່າງກາຍຊ້າລົງໄດ້ ໃນຂະນະທີ່ພາຄົນເຈັບໄປຫາ ໝໍ້ນັ້ນໃຫ້ຄົນເຈັບດື່ມ:

- ໄຂ່ຂາວດິບ 1 ໜ່ວຍ ຫຼື
- ນົມງົວ 1 ຈອກ

ການດື່ມນົມງົວບໍ່ໄດ້ຊ່ວຍປ້ອງກັນພິດຂອງຢາຂ້າສັດຕູພຶດ, ມັນພຽງແຕ່ເຮັດໃຫ້ພິດແຜ່ກະຈາຍຊ້າລົງເທົ່ານັ້ນ.

ທາກມີຄົນກິນຢາຂ້າສັດຕູພຶດລົງໄປ ແລະ ບໍ່ມີອາການເຈັບສຽບທ້ອງຢ່າງຮຸນແຮງ, ໃຫ້ຄົນເຈັບກິນຢາຂໍບິໂຕລ (sorbitol) ຫຼື ຢາແມັກນີຊຽມໄຮດຣົກໄຊ (magnesium hydroxide) (ຫຼື ຢາລະບາຍ). ຢາເຫຼົ່ານີ້ຈະພາໃຫ້ຖ່າຍທ້ອງ ເຊິ່ງຈະຊ່ວຍໃຫ້ພິດອອກຈາກ ຮ່າງກາຍໄດ້.

ເວລາທີ່ຄວນໃຊ້ຢາອາໂຕຣປິນ (atropine)

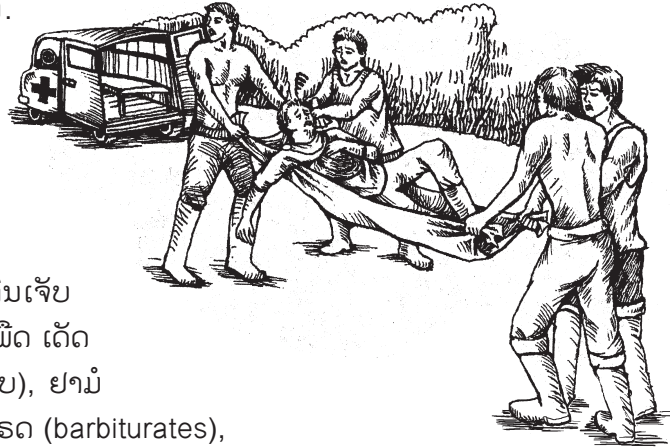
ຢາອາໂຕຣປິນເປັນຢາທີ່ໃຊ້ໃນການປິ່ນປົວພິດຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດ ບາງຊະນິດ ທີ່ເອີ້ນວ່າ: ອໍກາໂນໂຟເຟດ (Organophosphates) ແລະ ຄາບາເມດ (Carbamates). ຖ້າທາກສະຫຼາກທີ່ຕິດຢູ່ຂ້າງຂວດ ຫຼື ພາຊະນະບັນຈຸຢາຂ້າສັດຕູພຶດຂຽນບອກ ໃຫ້ໃຊ້ຢາອາໂຕຣປິນ, ຫຼື ຖ້າມັນຂຽນບອກວ່າ ຢາຂ້າສັດຕູພຶດນີ້ເປັນຢາຂ້າສັດຕູພຶດຊະນິດອອກລິດຢັບຢັ້ງ “ໂຄລິເນດສ໌ເຕີເຣດ” (cholinesterase), ໃຫ້ໃຊ້ຢາອາໂຕຣປິນຕາມຄຳສັ່ງແນະນຳທີ່ຂຽນໄວ້ໃນສະຫຼາກຢານັ້ນ. ຖ້າຢູ່ໃນສະຫຼາກຢາ ບໍ່ໄດ້ຂຽນບອກໄວ້ວ່າ ໃຫ້ໃຊ້ຢາອາໂຕຣປິນ, ກໍບໍ່ໃຫ້ໃຊ້ມັນ.



ໃຊ້ຢາອາໂຕຣ໌ປິນ (atropine) ສະເພາະກັບຄືນເຈັບທີ່ໄດ້ຮັບພິດຂອງຢາອໍກາໂນໂຟເຟດ (Organophosphates) ແລະ ຄາບາເມດ (Carbamates) ເທົ່ານັ້ນ.

ຢາອາໂຕຣ໌ປິນ (atropine) ແມ່ນບໍ່ສາມາດປ້ອງກັນພິດຂອງຢາຂ້າສັດຕູພືດໄດ້, ມັນພຽງແຕ່ເຮັດໃຫ້ພິດຂອງຢາຂ້າສັດຕູພືດ ພຶດອອກລຶດຊ້າລົງເທົ່ານັ້ນ.

ທ້າມບໍ່ໃຫ້ໃຊ້ຢາອາໂຕຣ໌ປິນ (atropine) ກ່ອນການ ສິດພິນ ຢາຂ້າສັດຕູພືດ.



ສິ່ງທີ່ຄວນໃສ່ໃຈ:

ທ້າມບໍ່ໃຫ້ເອົາຢາເຫຼົ່ານີ້ໃຫ້ຄືນເຈັບ ທີ່ໄດ້ຮັບພິດຈາກຢາຂ້າສັດຕູພືດ ເດັດ

ຂາດ: ຢານອນຫຼັບ (ຢາລະງັບ), ຢາມໍ

ຟິນ (morphine), ບາບິດທູເຣດ (barbiturates),

ເຟັນໂນທີອາຊິນ (phenothiazines), ອະມິໂນຟິລິນ (aminophil-

line), ຫຼື ຢາຊະນິດໃດກໍຕາມທີ່ເຮັດໃຫ້ການຫາຍໃຈສັ່ນ ແລະ ຄ່ອຍລົງ.

ເພາະວ່າຢາເຫຼົ່ານີ້ສາມາດເຮັດໃຫ້ຄືນເຈັບຢູ່ດຫາຍໃຈໄດ້.

ໂຮ່ນາຮ້ວສວນທຸກໆບ່ອນທີ່ໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພືດ ຄວນມີຊຸດກ່ອງຢາສຸກເສີນ ທີ່ມີຢາ ແລະ ອຸປະກອນເຄື່ອງໃຊ້ໆ ໃນກໍລະນີໄດ້ຮັບພິດຈາກຢາຂ້າສັດຕູພືດ. ສໍາລັບສິ່ງທີ່ຄວນມີ ໄວ້ໃນຊຸດກ່ອງຢາສຸກເສີນໃຫ້ເບິ່ງໜ້າ 664.

ເມື່ອສູດດິມຢາຂ້າສັດຕູພືດເຂົ້າໄປໃນຮ່າງກາຍ

ເມື່ອຢາຂ້າສັດຕູພືດທີ່ສິດພິນອອກໄປນັ້ນເຂົ້າໄປຢູ່ໃນອາ

ກາດ, ພວກເຮົາທີ່ຢູ່ໃນບໍລິເວນນັ້ນກໍຈະ

ສູດດິມເອົາເຂົ້າໄປຜ່ານທາງດັງ

ແລະ ປາກ. ເມື່ອຢາຂ້າສັດຕູພືດ

ເຂົ້າໄປຮອດປອດແລ້ວ, ມັນກໍຈະ

ເຂົ້າໄປໃນເສັ້ນເລືອດ ແລະ ກະ

ຈາຍໄປທົ່ວຮ່າງກາຍ.



ຍ້ອນວ່າຢາຂ້າສັດຕູພືດ

ບາງຊະນິດບໍ່ມີກິ່ນ, ມັນຈຶ່ງເປັນການຍາກທີ່ຈະຮູ້ໄດ້ວ່າມີຢາເຫຼົ່ານັ້ນຢູ່ໃນອາກາດ. ຢາຂ້າສັດຕູພືດທີ່ມັກມີມາຕາມອາກາດ ເຊັ່ນ: ຢາຟູມິແກນ (fumigants), ແອໂຣໂຊນ (aerosols),

ລະອອງຢາປາບສັດຕູພືດ (foggers), ລະເບີດຄວັນ, ແຖບຢາຂ້າສັດຕູພືດ, ຢາສະເປ ແລະ ສານພິດຕົກຄ້າງຈາກການສິດຢາຂ້າສັດຕູພືດ. ທ່ານກໍ່ສາມາດທີ່ຈະຫາຍໃຈເອົາຝຸ່ນລະອອງ ທີ່ມີຢູ່ໃນບ່ອນເກັບຢາຂ້າສັດຕູພືດ, ຕາມບ່ອນທີ່ອາກາດບໍ່ລ່ວງ ເຊັ່ນ: ໃນເຮືອນບູກຕົ້ນໄມ້ (greenhouse), ຫຼື ໃນຂະນະທີ່ຂົນເອົາຢານັ້ນໄປໃຊ້ຕາມສະຖານທີ່ບູກຝັງ.

ຝຸ່ນລະອອງຂອງຢາຂ້າສັດຕູພືດທີ່ຢູ່ໃນອາກາດສາມາດລ່ອງລອຍໄປໄກເປັນໄລຍະທາງຫຼາຍກິໂລແມັດຈາກບ່ອນທີ່ມັນຖືກໃຊ້. ມັນກໍ່ສາມາດທີ່ຈະເຂົ້າໄປໃນເຮືອນຄົນ ໄດ້ຢ່າງງ່າຍດາຍ. ຖ້າທ່ານຄິດວ່າທ່ານໄດ້ຫາຍໃຈເອົາຢາຂ້າສັດຕູພືດເຂົ້າໄປໃຫ້ອອກຈາກ ບ່ອນທີ່ມີຢາພືດນັ້ນທັນທີ! ທ້າມບໍ່ໃຫ້ຖ້າຈົນວ່າອາການຮຸນແຮງຫຼາຍໄປກວ່ານັ້ນ.

ການປິ່ນປົວ

ຖ້າທ່ານ ຫຼື ຜູ້ໃດຜູ້ໜຶ່ງຫາຍໃຈເອົາຢາຂ້າສັດຕູພືດເຂົ້າ ໄປໃຫ້ເຈົ້າປະຕິບັດດັ່ງນີ້:

- ໃຫ້ເອົາຄົນເຈັບນັ້ນອອກຈາກບໍລິເວນທີ່ມີພືດ ນັ້ນ, ໂດຍສະເພາະຖ້າເປັນບໍລິເວນທີ່ອາກາດບໍ່ລ່ວງ.
- ໃຫ້ຄົນເຈັບໄດ້ຮັບອາກາດສົດ.
- ໃຫ້ເຮັດໃຫ້ເຄື່ອງນຸ່ງຂອງຄົນເຈັບຫຼືມາງ ເພື່ອ ໃຫ້ລາວຫາຍໃຈໄດ້ສະດວກ.
- ໃຫ້ຄົນເຈັບນັ່ງຊື່ ໂດຍໃຫ້ຫົວ ແລະ ບ່າໄຫຼ່ ທັງສອງຢືກຂຶ້ນ.

• ຖ້າຄົນເຈັບບໍ່ໄດ້ສະຕິ, ໃຫ້ເອົາຄົນເຈັບນອນ ສະແຄງ ແລະ ໃຫ້ກວດເບິ່ງໃຫ້ໝັ້ນໃຈວ່າບໍ່ມີຫຍັງອຸດຕັນ ຫຼື ເປັນອຸປະສັກໃນການຫາຍໃຈຂອງຄົນເຈັບ.

• ຖ້າຄົນເຈັບບໍ່ຫາຍໃຈ, ໃຫ້ຊ່ວຍໃຫ້ຄົນເຈັບຫາຍໃຈທັນທີດ້ວຍການເປົ່າປາກ (ຜາຍປອດ) (ເບິ່ງໜ້າ 676).

ໃຫ້ພາຄົນເຈັບໄປຫາໝໍ. ໃຫ້ຖືສະຫຼາກຢາທີ່ຕິດຢູ່ຂ້າງພາຊະນະບັນຈຸ ຫຼື ຂວດຢາ ຫຼື ຊີຢາຂ້າສັດຕູພືດນັ້ນໄປນຳສະເໝີ.



ຖ້າທ່ານສົງໃສວ່າໄດ້ຮັບພືດຢາຂ້າສັດຕູພືດໃນອາກາດ, ໃຫ້ເຈົ້າອອກຈາກ ສະຖານທີ່ນັ້ນທັນທີ!



ຮູບສຳລັບໃຊ້ໃນການສົນທະນາກັນ: ຢາຂ້າສັດຕູພືດເຂົ້າໄປໃນຮ່າງກາຍລາວໄດ້ແນວໃດ?



ຄຳຖາມສຳລັບການສົນທະນາກັນ:

- ມີຮູບແບບໃດແດ່ທີ່ຊາຍຄົນນີ້ຈະໄດ້ຮັບອັນຕະລາຍຈາກສິ່ງທີ່ລາວກຳລັງເຮັດຢູ່ນີ້?
- ມີອັນໃດແດ່ທີ່ລາວສາມາດເຮັດໄດ້ເພື່ອປົກປ້ອງຕົວລາວເອງ?
- ມີໃຜອີກບໍ່ທີ່ຈະໄດ້ຮັບຜົນກະທົບຈາກສິ່ງທີ່ລາວເຮັດນີ້?
- ຍ້ອນຫຍັງລາວຈຶ່ງບໍ່ປົກປ້ອງຕົວເອງຕາມວິທີການທີ່ລາວສາມາດເຮັດໄດ້?

ຜົນກະທົບໄລຍະຍາວຕ່າງໆຂອງຢາຂ້າສັດຕູພຶດຕໍ່ສຸຂະພາບຄົນເຮົາ

ບໍ່ແມ່ນໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດພຽງຄັ້ງດຽວກໍ່ຈະມີຜົນກະທົບໄລຍະຍາວໄດ້, ອັນທີ່ຈິງແລ້ວຜູ້ຄົນສ່ວນໃຫຍ່ໄດ້ຮັບພິດຈາກການສຳພັດ ຫຼື ໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດເທື່ອລະເລັກລະໜ້ອຍມາເປັນເວລາຫຼາຍໆອາທິດ, ຫຼາຍໆເດືອນ ຫຼື ເປັນເວລາຫຼາຍປີ. ຜູ້ຄົນເຫຼົ່ານັ້ນອາດຈະບໍ່ເຈັບເປັນຫຍັງເທື່ອຈົນກວ່າເວລາຈະຜ່ານໄປຫຼາຍປີແລ້ວ. ສຳລັບຜູ້ໃຫຍ່ພຶດທີ່ໄດ້ຮັບມາຢ່າງເປັນປົກກະຕິຈາກການໃຊ້ຢາ ອາດຈະອອກລົດເມື່ອເວລາຜ່ານໄປໄດ້ 5 ປີ, ຫຼື 10 ປີ, ຫຼື 20 ປີ, ຫຼື 30 ປີ, ຫຼື ອາດຈະດົນກວ່ານັ້ນກໍ່ເປັນໄດ້. ໄລຍະເວລາໃນການສະແດງອອກຂອງອາການເຈັບເປັນຈາກພຶດນັ້ນແມ່ນຂຶ້ນກັບຫຼາຍເງື່ອນໄຂ (ເບິ່ງໜ້າ 391). ແຕ່ສຳລັບເດັກນ້ອຍແລ້ວອາການເຈັບເປັນຈາກພຶດນັ້ນຈະສະແດງອອກໄວກວ່າໃນຜູ້ໃຫຍ່. ອາການເຈັບເປັນຈາກພຶດຂອງຢາຂ້າສັດຕູພຶດສາມາດເກີດຂຶ້ນກັບເດັກນ້ອຍໃນທ້ອງ ຊຶ່ງໃນຂະນະທີ່ຖືພາຢູ່ນັ້ນແມ່ໄດ້ຮັບພິດເຂົ້າໄປ ແລະ ເຮັດໃຫ້ແອນໂອຍເຈັບປ່ວຍກ່ອນທີ່ເຂົາຈະເກີດມາ.

ມັນເປັນການຍາກທີ່ຈະຮູ້ໄດ້ວ່າບັນຫາສຸຂະພາບຂອງຄົນເຈັບນັ້ນແມ່ນເປັນຍ້ອນຢາຂ້າສັດຕູພຶດ ຫຼືບໍ່, ຖ້າຫາກລາວໄດ້ຢູ່ກັບສະພາບແວດລ້ອມທີ່ມີພິດນັ້ນມາເປັນເວລາດົນນານ. ການໄດ້ຢູ່ ຫຼື ສຳພັດກັບຢາຂ້າສັດຕູພຶດເປັນເວລາດົນນານ ກໍ່ອາດຈະເຮັດໃຫ້ມີຜົນກະທົບໃນໄລຍະຍາວຕໍ່ສຸຂະພາບ ເຊັ່ນ: ເປັນມະເຮັງ, ລະບົບສືບພັນເສຍຫາຍ (ມີລູກຍາກ), ພະຍາດຕັບ, ພະຍາດກຽວກັບສະໝອງ, ແລະ ພະຍາດຢູ່ສ່ວນອື່ນໆຂອງຮ່າງກາຍ.

ຜົນກະທົບໄລຍະຍາວຫຼາຍໆຢ່າງຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດແມ່ນຍາກທີ່ຈະເຫັນອາການ ເພາະວ່າປະຊາຊົນທີ່ຢູ່ໃນເຂດຂອງການປູກຝັງຕ່າງໆ ແມ່ນຕ້ອງປະເຊີນກັບສານເຄມີທີ່ໃຊ້ໃນການປາບສັດຕູພຶດຫຼາຍຊະນິດ ແລະ ອີກຢ່າງໜຶ່ງກໍ່ຍ້ອນວ່າປະຊາຊົນທີ່ອອກແຮງງານໃຫ້ສະຖານປູກຝັງຕ່າງໆອາດຕ້ອງໄດ້ຍ້າຍທີ່ຢູ່ໄປເລື້ອຍໆ.

ເມື່ອເກີດເປັນໂລກມະເຮັງ ແລະ ໂລກພະຍາດອື່ນໆຂຶ້ນມາ, ບັນດາທ່ານໝໍ ແລະ ນັກວິທະຍາສາດອາດຈະເວົ້າວ່າໂລກເຫຼົ່ານັ້ນເກີດຂຶ້ນມາເອງ, ຫຼື ເປັນຍ້ອນບັນຫາອື່ນ ຫຼາຍກວ່າທີ່ຈະເປັນຍ້ອນຢາຂ້າສັດຕູພຶດ ແລະ ສິ່ງປົນເປື້ອນເຄມີ. ພວກເຂົາອາດຈະບອກວ່າພວກເຮົາຈະກ່າວໂທດຢາຂ້າສັດຕູພຶດ ແລະ ສານພິດເຄມີຕ່າງໆ ແຕ່ຝ່າຍດຽວກໍ່ບໍ່ໄດ້. ບາງເທື່ອບັນດາຜູ້ຄ້າ ແລະ ຜູ້ສົ່ງເສີມການຂາຍຢາຂ້າສັດຕູພຶດກໍ່ປົກປິດຄວາມເປັນຈິງກ່ຽວກັບຢາເຫຼົ່ານັ້ນ ເພາະວ່າພວກເຂົາບໍ່ຕ້ອງການທີ່ຈະຮັບຜິດຊອບບັນຫາສຸຂະພາບຂອງປະຊາຊົນທີ່ໄດ້ຜົນກະທົບຈາກຢານັ້ນ. ພວກເຂົາສາມາດປົກປິດຄວາມຈິງໄດ້ກໍ່ຍ້ອນວ່າມັນເປັນສິ່ງທີ່ເປັນໄປບໍ່ໄດ້ທີ່ຈະມາພິສູດໃຫ້ຫາຍຂໍ້ສົງໄສໄດ້ວ່າ ໂລກໄພໄຂ້ເຈັບທີ່ໃຊ້ເວລາອັນຍາວນານໃນການເກີດຂຶ້ນນັ້ນມີສາເຫດມາຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດ ຫຼື ສານພິດເຄມີຊະນິດໃດໜຶ່ງ.



ທ້າວຈວນ ເຮັດວຽກໃນສວນກ້ວຍ...



...ແລະ 10 ປີ ຕໍ່ມາ, ລາວປ່ວຍເປັນມະເຮັງ.

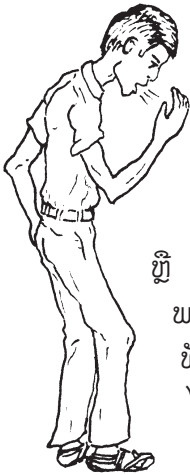
ອາການຕ່າງໆຂອງການເຈັບປ່ວຍໄລຍະຍາວຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດ

ຢາຂ້າສັດຕູພຶດ ແລະ ສານພິດເຄມີອື່ນໆສາມາດທີ່ຈະເປັນສາເຫດທີ່ພາໃຫ້ເກີດການເຈັບປ່ວຍໄລຍະຍາວ (ຊຳເຮື້ອ) ຕ່າງໆໄດ້. ອາການຂອງການເຈັບເປັນເຫຼົ່ານີ້ມີຄື: ນ້ຳໜັກລົດລົງ, ອ່ອນເພຍຕະຫຼອດເວລາ, ໄອຊຳເຮື້ອ ຫຼື ໄອອອກເລືອດ, ເປັນບາດແຜທີ່ບໍ່ເຊົາ, ມີອາການຕື່ນ ຫຼື ມີຂາດຄວາມຮູ້ສຶກ, ສູນເສຍການຊົງຕົວ (ຍ່າງບໍ່ທ່ຽງ), ຕາມົວ, ຫົວໃຈເຕັ້ນໄວຫຼາຍ ຫຼື ຊ້າຫຼາຍ, ອາລົມປ່ຽນແປງໄວ, ມີອາການສັບສົນ, ຫຼົງໆລືມໆ ແລະ ມີບັນຫາໃນການຕັ້ງໃຈໃສ່ສິ່ງໃດໜຶ່ງ (ບໍ່ມີສະມາທິ).

ຖ້າທ່ານມີອາການໃດໜຶ່ງໃນບັນດາອາການທີ່ໄດ້ກ່າວມາເທິງນີ້, ໃຫ້ໄປປຶກສາກັບທ່ານໝໍ ຫຼື ຜູ້ເຮດວຽກກ່ຽວກັບສຸຂະພາບ. ຈົ່ງບອກໃຫ້ເຂົາເຈົ້າຟັງໂດຍລະອຽດກ່ຽວກັບການທີ່ເຈົ້າໄດ້ຮັບພິດຢາຂ້າສັດຕູພຶດແນວໃດ, ແລະ ຖ້າເປັນໄປໄດ້, ໃຫ້ບອກວ່າມັນເປັນພິດຢາຊະນິດໃດ.

ຜົນກະທົບໄລຍະຍາວຕໍ່ສຸຂະພາບບາງຢ່າງຂອງຢາຂ້າສັດຕູພຶດ

ເຮັດໃຫ້ປອດເສຍຫາຍ: ຜູ້ຄົນທີ່ຢູ່ໃນສະພາບແວດລ້ອມທີ່ມີ ຫຼື ໄດ້ຮັບພິດຢາຂ້າສັດຕູພຶດ ອາດຈະເປັນໄອທີ່ບໍ່ເຊົາຈັກເທື່ອ, ຫຼື ມີອາການແໜ້ນໜ້າເອິກ. ນີ້ແມ່ນອາການຂອງໂລກຫຼອດລົມອັກເສບ, ໂລກຫອບຫິດ, ຫຼື ໂລກປອດອື່ນໆ. ການທີ່ປອດຖືກທຳລາຍມາເປັນເວລາຍາວນານ ອາດຈະພາໃຫ້ເກີດເປັນໂລກມະເຮັງປອດໄດ້. ຖ້າທ່ານມີອາການໃດໜຶ່ງທີ່ສະແດງວ່າປອດທ່ານເສຍຫາຍ, ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ສູບຢາ! ການສູບຢາເຮັດໃຫ້ໂລກປອດທີ່ເປັນຢູ່ນັ້ນຮຸນແຮງຂຶ້ນໄປຕື່ມ.



ໂລກມະເຮັງ: ຜູ້ຄົນທີ່ຢູ່ໃນສະພາບແວດລ້ອມທີ່ມີ ຫຼື ໄດ້ຮັບພິດຢາຂ້າສັດຕູພຶດນັ້ນມີໂອກາດທີ່ຈະເປັນໂລກມະເຮັງສູງກວ່າຄົນທົ່ວໄປ. ນີ້ບໍ່ໄດ້ໝາຍຄວາມວ່າຖ້າທ່ານເຮັດວຽກກັບຢາຂ້າສັດຕູພຶດກໍຈະເປັນໂລກມະເຮັງໂລດ. ແຕ່ມັນໝາຍຄວາມວ່າການທີ່ທ່ານເຮັດວຽກກັບຢາຂ້າສັດຕູພຶດນັ້ນມີຄວາມສ່ຽງສູງທີ່ຈະເປັນໂລກມະເຮັງ. (ສຳລັບຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບໂລກມະເຮັງ, ເບິ່ງໜ້າ 399.) ມັນເປັນທີ່ຮັບຮູ້ ຫຼື ເຊື່ອກັນວ່າຢາຂ້າສັດຕູພຶດຫຼາຍຮ້ອຍຊະນິດ ແລະ ສ່ວນປະກອບຂອງພວກມັນເປັນສາເຫດຂອງໂລກມະເຮັງ ແລະ ຍັງອີກຫຼາຍໆຊະນິດຍັງບໍ່ທັນໄດ້ຮັບການສຶກສາຄົ້ນຄວ້າຢືນຢັນເທື່ອ. ໂລກມະເຮັງທີ່ມັກພົບທົ່ວໄປທີ່ມີສາເຫດມາຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດນັ້ນກໍຄື: ມະເຮັງເມັດເລືອດ (leukemia), ໂລກມະເຮັງຕ່ອມນ້ຳເຫຼືອງ, ແລະ ມະເຮັງສະໝອງ.

ເຮັດໃຫ້ຕັບເສຍຫາຍ: ຕັບເຮັດໜ້າທີ່ຊ່ວຍໃນການທຳຄວາມສະອາດເລືອດ ແລະ ກຳຈັດພິດຕ່າງໆອອກຈາກຮ່າງກາຍ. ເນື່ອງຈາກພິດຂອງຢາຂ້າສັດຕູພຶດນັ້ນແຮງຫຼາຍ, ບາງຄັ້ງຕັບກໍບໍ່ສາມາດຈະກຳຈັດພິດເຫຼົ່ານັ້ນອອກໄປໄດ້. ພາວະທີ່ຕັບເສຍຫາຍຢ່າງຮຸນແຮງ ແມ່ນສາມາດເກີດຂຶ້ນໄດ້ຫຼັງໄດ້ຮັບພິດຢ່າງແຮງຫຼັງຈາກທີ່ໄດ້ເຮັດວຽກກັບຢາຂ້າສັດຕູພຶດມາເປັນເວລາຫຼາຍໆເດືອນ ຫຼື ຫຼາຍປີ.

ຕັບອັກເສບເນື່ອງຈາກພິດ: ມັນເປັນພະຍາດຕັບຊະນິດໜຶ່ງທີ່ເກີດຂຶ້ນເມື່ອຜູ້ຄົນທີ່ຢູ່ໃນສະພາບແວດລ້ອມທີ່ມີ ຫຼື ໄດ້ຮັບ ພິດຢາຂ້າສັດຕູພຶດ. ອັກເສບຕັບນີ້ສາມາດພາໃຫ້ມີອາການປຸ້ນທ້ອງ, ຮາກ ແລະ ເປັນໄຂ້, ຜິວໜັງເຫຼືອງ ແລະ ມັນກໍຍັງສາມາດທຳລາຍຕັບຂອງທ່ານໄດ້.

ເຮັດໃຫ້ລະບົບປະສາດເສຍຫາຍ: ຢາຂ້າສັດຕູພຶດທຳລາຍສະໝອງ ແລະ ເສັ້ນປະສາດຕ່າງໆ. ການໄດ້ຮັບພິດຢາຂ້າສັດຕູພຶດມາເປັນໄລຍະຍາວ ແມ່ນສາມາດ

ເຮັດໃຫ້ສູນ ເສຍຄວາມຈຳ, ຄວາມກະຕືລືລົ້ນ, ອາລົມປຸ້ນແປງ ແລະ ບໍ່ມີສະມາທິໃນການເຮັດວຽກງານຕ່າງໆ.

ເຮັດໃຫ້ລະບົບພູມຕ້ານທານຂອງຮ່າງກາຍເສຍຫາຍ: ຢາຂ້າສັດຕູພຶດບາງຊະນິດເຮັດໃຫ້ລະບົບພູມຕ້ານທານພະຍາດຂອງຮ່າງກາຍອ່ອນແອລົງ. ເມື່ອໃດທີ່ພູມຕ້ານທານຮ່າງກາຍອ່ອນແອເນື່ອງຈາກຂາດສານອາຫານ, ພິດຢາຂ້າສັດຕູພຶດ, ຫຼື ເກີດຈາກໂລກພະຍາດຕ່າງໆ

ຍ້ອນວ່າເຫຼົ່າສາ

ມາດທຳລາຍຕັບ

ໄດ້...



...ການດື່ມເຫຼົ້າ ຫຼື ເຄື່ອງດື່ມແອນກໍຮໍຕ່າງໆ ເຮັດໃຫ້ພິດຂອງຢາຂ້າສັດຕູພຶດຮຸນແຮງຂຶ້ນຕື່ມ.

ເຊັ່ນ: ເຊື້ອໂລກເອດ, ມັນຈະເຮັດໃຫ້ຮ່າງກາຍຂອງຄົນເຮົາເກີດເປັນໂລກພູມແພ້ໄດ້ງ່າຍຢູ່ງ ຂຶ້ນ ແລະ ກໍ່ເກີດມີການຊຶມເຊື້ອ ແລະ ມັນກໍ່ເຮັດໃຫ້ການປິ່ນປົວໂລກພະຍາດທຳມະດາສາ ມັນໃຫ້ຫາຍຂາດໄດ້ຍາກຂຶ້ນ.

ຢາຂ້າສັດຕູພຶດມີຜົນກະທົບຕໍ່ສຸຂະພາບການສືບພັນ

ຢາຂ້າສັດຕູພຶດກໍ່ເຊັ່ນດຽວກັນກັບສານພິດເຄມີອື່ນໆ ທີ່ມີຜົນກະທົບຕໍ່ການ ສືບພັນຂອງຄົນເຮົາ (ເບິ່ງໜ້າ 396). ພວກມັນເຮັດໃຫ້ຄົນມີລູກຍາກ ແລະ ກໍ່ເຮັດໃຫ້ເດັກນ້ອຍມີບັນຫາໃນການເຕີບໃຫຍ່.



ນົມແມ່ເປັນອາ ຫານທີ່ດີທີ່ສຸດ!

ສານພິດເຄມີສາມາດທີ່ຈະເຂົ້າໄປໃນຮ່າງກາຍແມ່ຍິງ ແລະ ມັນ ກໍ່ຈະໄປປົນຢູ່ໃນນ້ຳນົມຂອງລາວໃນໄລຍະເວລາຕ່ຽງມາ. ໃນທົ່ວໂລກມີ ການໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດຫຼາຍໆຊະນິດ ແມ່ນແຕ່ຜູ້ຍິງທີ່ເປັນແມ່ບໍ່ເຄີຍໃຊ້ ຢາເຫຼົ່ານັ້ນກໍ່ຍັງມີສານພິດເຄມີໃນນ້ຳນົມຂອງພວກເຂົາ.

ເຖິງວ່າທ່ານຈະຄິດສົງໄສວ່າມີສານພິດຂອງຢາຂ້າສັດຕູພຶດໃນນ້ຳນົມຂອງທ່ານ, ແຕ່ວ່າຄຸນປະໂຫຍດຂອງນ້ຳນົມແມ່ນັ້ນແມ່ນຫຼາຍກວ່າພິດຮ້າຍຂອງຢາຂ້າສັດຕູພຶດທີ່ອາດ ຈະມີຢູ່ໃນນ້ຳນົມນັ້ນ. ນ້ຳນົມແມ່ເປັນອາຫານທີ່ດີທີ່ສຸດທີ່ສາມາດຊ່ວຍໃຫ້ລູກນ້ອຍເຕີບໃຫ ຍ່ ແລະ ມີສຸຂະອະນາໄມສົມບູນໄດ້.

ຜົນກະທົບຂອງຢາຂ້າສັດຕູພຶດຕໍ່ສຸຂະພາບການສືບພັນມີຄື:

ເຮັດໃຫ້ເປັນໝັນ: ຜູ້ຊາຍເປັນຈຳນວນຫຼວງຫຼາຍໃນທົ່ວໂລກທີ່ເຮັດວຽກກ່ຽວກັບການນຳໃຊ້ ຢາຂ້າສັດຕູພຶດບໍ່ສາມາດມີລູກໄດ້ຍ້ອນວ່າລະບົບສືບພັນຂອງພວກເຂົາ ບໍ່ສາມາດຜະລິດນ້ຳເຊື້ອໄດ້.



ເຮັດໃຫ້ເດັກເກີດມາຮ່າງກາຍພິການ : ເມື່ອແມ່ຍິງຖືພາໄດ້ຮັບພິດ ຂອງຢາຂ້າສັດຕູພຶດ ລູກໃນທ້ອງກໍ່ຈະໄດ້ພິດນັ້ນຄືກັນ ແລະ ເຮັດໃຫ້ ຮ່າງກາຍຂອງລູກໃນທ້ອງບໍ່ສົມບູນ. ການທີ່ໄດ້ຮັບພິດ ຫຼື ປະເຊີນ ກັບພິດຢາຂ້າສັດຕູພຶດໃນເວລາຖືພານັ້ນ ກໍ່ບໍ່ໄດ້ໝາຍວ່າ ລູກຈະ ເກີດມາພິການສະເໝີໄປ; ແຕ່ເດັກຈາກແມ່ທີ່ໄດ້ຮັບພິດ ຫຼື ປະເຊີນ ກັບພິດນັ້ນ ມີຄວາມສ່ຽງສູງກວ່າເດັກທົ່ວໆໄປ ທີ່ຈະເກີດມາມີຮ່າງ ກາຍພິການ, ມີການພັດທະນາທາງສະໝອງຊ້າ, ເປັນພູມແພ້ ແລະ ມີບັນຫາສຸຂະພາບອື່ນໆ. (ສຳລັບລາຍລະອຽດເພີ່ມເຕີມກ່ຽວກັບການ ເກີດມາມີຮ່າງພິການນັ້ນ ໃຫ້ເບິ່ງໜ້າ 395).

ທຳລາຍຕ່ອມຜະລິດຮໍໂມນຕ່າງໆ: ຮໍໂມນເປັນຕົວຄວບຄຸມກິດຈະກຳຕ່າງໆຂອງຮ່າງກາຍຄົນເຮົາ ເຊັ່ນ: ການເຕີບໃຫຍ່ ແລະ ການສືບພັນ. ເມື່ອຕ່ອມຜະລິດຮໍໂມນເຫຼົ່ານີ້ຖືກທຳລາຍ ມັນກໍ່ຈະມີບັນຫາກັບການເກີດຂອງເດັກ ແລະ ການສືບພັນ.

ແມ່ນແຕ່ວ່າແມ່ຍິງໄດ້ຮັບພຶດກ່ອນທີ່ລາວຖືພາ, ລາວກໍ່ມີໂອກາດທີ່ຈະຫຼຸດ ຫຼື ເດັກເກີດມາແລ້ວ ເສຍຊີວິດ ອັນເນື່ອງຈາກພຶດທີ່ແມ່ໄດ້ຮັບກ່ອນນັ້ນ.



ຢາຂ້າສັດຕູພຶດທີ່ຕິດຕາມເຄື່ອງນຸ່ງສາມາດມີຜົນກະທົບຕໍ່ຜູ້ທີ່ຈັບບາຍເຄື່ອງນຸ່ງນັ້ນໄດ້.

ອາການຈາກພຶດຢາຂ້າສັດຕູພຶດແມ່ນຄ້າຍຄືກັບການເຈັບເປັນອື່ນໆ

ອາການຈາກພຶດຂອງຢາຂ້າສັດຕູພຶດແມ່ນມີຫຼາຍແບບ ແລະ ມັນກໍ່ມັກຈະສັບສົນກັບອາການຂອງໄຂ້ຫວັດ, ໄຂ້ມາເລເລຍ, ໂລກພູມແພ້, ຫຼື ໂລກປອດ. ສ່ວນຫຼາຍແລ້ວມັນກໍ່ມັກສະແດງອາການຫຼາຍຢ່າງອອກມາໃຫ້ເຫັນພ້ອມໆກັນ ແຕ່ຖ້າມັນມີແຕ່ອາການດຽວນັ້ນເປັນເລື່ອງທີ່ແປກ. ທ່ານອາດຈະບໍ່ຮູ້ຊື່ວ່າໃຜໄດ້ຮັບພຶດຂອງຢາຂ້າສັດຕູພຶດ ເພາະວ່າອາການຂອງມັນຄ່ອຍໆສະແດງອອກມາໃຫ້ເຫືອລະໝ້ອຍ.

ອາການຈາກພຶດຂອງ
ຢາຂ້າສັດຕູພຶດບາງ
ຢ່າງມີຫຍັງແດ່?

ເຈັບຫົວ ແລະ
ວິນວຽນ.

ຮາກ, ເຫືອອອກ
ແລະ ຖອກທ້ອງ.

ແຕ່ວ່າໄຂ້ຫວັດກໍ່ພາ
ໃຫ້ຮາກ ແລະ ເຫືອ
ອອກໃດ.

ໄຂ້ມາເລເລຍກໍ່
ຮາກ ແລະ ເຫືອ
ອອກຄືກັນ.

ແລະ ເມົາຄ້າງ
ກໍ່ຄືກັນໃດ!

ແລະ ການຖື
ພາກໍ່ເປັນຄືກັນ!



ສິ່ງທີ່ຄວນເອົາໃຈໃສ່ສຳລັບ ອສບ:

ເພື່ອຈະໄດ້ຮູ້ວ່າຄົນເຈັບມີບັນຫາສຸຂະພາບທີ່ອາດຈະມີສາເຫດມາຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດ, ແມ່ນໃຫ້ໃຊ້ຄຳຖາມງ່າຍໆ ເຊັ່ນ:

ເຈົ້າເຮັດວຽກໃນຟາມປູກຝັງລົງສັດບໍ່?
ທີ່ຜ່ານມາໃນໄວໆນີ້ເຈົ້າເຄີຍໄດ້
ສຳຜັດຈັບບາຍຢາຂ້າສັດຕູພຶດບໍ່?
ໄດ້ມີການສົດພິ່ນຢາຂ້າສັດຕູພຶດ
ໃນຟາມປູກຝັງໃກ້ບ້ານທີ່ເຈົ້າຢູ່ບໍ່?



ເຈົ້າຈະຮູ້ໄດ້ແນວໃດວ່າບັນຫາ

ສຸຂະພາບທີ່ເກີດຂຶ້ນມີສາເຫດມາຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດ?

ບາງເທື່ອທ່ານສາມາດຈະຮູ້ສາເຫດຂອງການເຈັບເປັນນັ້ນເປັນຍ້ອນຢາຂ້າສັດຕູພຶດໄດ້ໂດຍການໂອ້ລົມກັບຜູ້ຄົນທີ່ມີອາການເຈັບເປັນທີ່ຄືກັນ ຫຼື ຜູ້ຄົນທີ່ເຮັດວຽກກັບຢາຂ້າສັດຕູພຶດຊະນິດດຽວກັນ. ເມື່ອຜູ້ຄົນມີອາການຂອງການເຈັບປ່ວຍທີ່ຄືກັນ ແລະ ກໍ່ມີການໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດໂກ້ໆກັບບ່ອນທີ່ພວກເຂົາເຈົ້າຢູ່ນັ້ນ, ມັນກໍ່ເປັນໄປໄດ້ທີ່ອາການເຈັບເປັນຂອງພວກເຂົາເຫຼົ່ານັ້ນມີສາເຫດມາຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດ.

ບໍ່ແມ່ນວ່າທ່ານໝໍທຸກຄົນຈະມີຄຳຕອບໃຫ້ໄດ້ກັບໝົດທຸກບັນຫາສະເໝີໄປ

ນາງໂຄໂຣລິນາເຮັດວຽກໃນຟາມປູກໝາກສະຕໍເບີຣີແຫ່ງໜຶ່ງ. ມີໜຶ່ງລາວມີອາການເຈັບທ້ອງ ແລະ ແສບຮ້ອນ ຕາ. ລາວກໍ່ເລີຍພັກວຽກ ແລະ ໄປບອກຫົວໜ້າກ່ຽວກັບເລື່ອງດັ່ງກ່າວ; ຫົວໜ້າຂອງລາວກໍ່ໃຫ້ລາວໄປພົບໝໍປະຈຳບໍລິສັດ.

ເມື່ອນາງໂຄໂຣລິນາເຂົ້າໄປໃນຫ້ອງເຮັດວຽກຂອງທ່ານໝໍຄົນດັ່ງກ່າວ ລາວເຫັນວ່າ ທ່ານໝໍຄົນນັ້ນບໍ່ຄ່ອຍຈະເປັນມິດ ແລະ ບໍ່ຄ່ອຍໃຫ້ຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອນາງຫຼາຍປານໃດ. ນາງໂຄໂຣລິນາ ຄິດໃນໃຈວ່າອາການທີ່ລາວເປັນຢູ່ນີ້ອາດເປັນຍ້ອນຢາຂ້າສັດຕູພຶດ ແຕ່ລາວກໍ່ອາຍ ແລະ ບໍ່ກ້າທີ່ຈະເວົ້າໃຫ້ທ່ານໝໍດັ່ງກ່າວຟັງ. ທ່ານໝໍກໍ່ບໍ່ໄດ້ສົນໃຈຖາມກ່ຽວກັບວຽກຂອງນາງ ຫຼື ຖາມເຖິງສາເຫດທີ່ນາງຄິດວ່າເປັນຕົ້ນເຫດທີ່ເຮັດໃຫ້ນາງມີອາການເຈັບນັ້ນ. ແຕ່ທ່ານໝໍໃຊ້ຄຳຖາມທີ່ເປັນລັກສະນະວ່າ ການເຈັບເປັນທີ່ເກີດຂຶ້ນນັ້ນເປັນຄວາມຜິດຂອງນາງເອງ, ເຊັ່ນວ່າ: ເຈົ້າໄດ້ກິນເຂົ້າກັບຫຍັງມາມື້ນີ້? ເຈົ້າສູບຢາ ຫຼື ດື່ມເຫຼົ້າຫຼາຍບໍ່? ມື້ວານນີ້ຫຼັງຈາກເລີກວຽກແລ້ວເຈົ້າເຮັດຫຍັງ? ເຈົ້າໄດ້ນອນເຕັມອື່ມບໍ່? ແລ້ວທ່ານໝໍກໍ່ບອກກັບນາງໂຄໂຣລິນາວ່ານາງພຽງແຕ່ຂີ້ຄ້ານບໍ່ຢາກເຮັດວຽກ ແລະ ມີຂໍ້ອ້າງນີ້ເພື່ອຂ້ອນນຸຍາດເມື່ອພັກຜ່ອນເທົ່ານັ້ນ. ແລ້ວທ່ານໝໍຄົນ



ນັ້ນກໍ່ຍັງເວົ້າໃຫ້ນາງໂຄໂຣລີນາວ່າ ນາງເຈັບອາດເປັນຍ້ອນນາງເມົາເຫຼົ້າ ແລະ ໃນທີ່ສຸດໝໍກໍ່ເອົາຢາເມັດແກ້ປວດຫົວໃຫ້ນາງໂຄໂຣລີນາ. ນາງກໍ່ບໍ່ແນ່ໃຈວ່າຢາດັ່ງກ່າວນັ້ນຈະຊ່ວຍຫຍັງໄດ້ຫຼາຍພຽງໃດ ແຕ່ລາວກໍ່ຮັບເອົາຢານັ້ນມາ. ໃນຂະນະທີ່ລາວກັບເມືອເຮືອນ ລາວກໍ່ຄິດລັງເລໃຈບໍ່ຮູ້ຊື່ກັບໄປເຮັດວຽກດີ ຫຼື ບໍ່ ໃນມື້ຕໍ່ມາ. ຫຼັງຈາກທີ່ພົບທ່ານໝໍແລ້ວ ນາງຮູ້ສຶກວ່າອາການເຈັບຂອງນາງນັ້ນໝໍກໍ່ຫຼາຍຂຶ້ນກວ່າເກົ່າ.

ແລ້ວນາງໂຄໂຣລີນາຈະໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວດູແລທີ່ດີກວ່ານີ້ໄດ້ແນວໃດ?

ບາງທີຖ້າຫາກນາງໂຄໂຣລີນາຖືເອົາສະຫຼາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດທີ່ລາວໃຊ້ໃນສວນສະຕໍເບີຣີໄປ ແລະ ເອົາໃຫ້ທ່ານໝໍເບິ່ງ ພ້ອມບອກໝໍວ່າ ມັນເປັນຍ້ອນຢານັ້ນທີ່ເຮັດໃຫ້ນາງມີອາການເຈັບ, ທ່ານໝໍກໍ່ຈະພິຈາລະນາຢາຂ້າສັດຕູພຶດວ່າເປັນອີກສາເຫດໜຶ່ງທີ່ພາໃຫ້ນາງໂຄໂຣລີນາເຈັບ.

ແຕ່ເຖິງວ່ານາງໂຄໂຣລີນາໄດ້ຖືສະຫຼາກຢານັ້ນໄປຫາທ່ານໝໍ ແຕ່ມັນອາດຈະບໍ່ຊ່ວຍຫຍັງເລີຍ, ເພາະວ່າທ່ານໝໍເຮັດວຽກໃຫ້ກັບບໍລິສັດທີ່ເປັນເຈົ້າຂອງສວນທີ່ນາງໂຄໂຣລີນາເຮັດວຽກນຳນັ້ນ. ມັນກໍ່ເປັນເລື່ອງປົກກະຕິທີ່ທ່ານໝໍຈະເວົ້າປົກປ້ອງທາງບໍລິສັດວ່າອາການເຈັບຂອງກຳມະກອນໃນສວນນັ້ນບໍ່ແມ່ນຍ້ອນຢາຂ້າສັດຕູພຶດ. ການປິ່ນປົວອາການເຈັບເປັນຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດແມ່ນເປັນເລື່ອງຍາກ ແລະ ມີຄ່າໃຊ້ຈ່າຍແພງ, ດັ່ງນັ້ນ ທາງບໍລິສັດອາດຈະເລືອກທີ່ຈະຈ້າງກຳມະກອນໃໝ່ເຂົ້າມາແທນ ການປິ່ນປົວກຳມະກອນທີ່ເຈັບເປັນຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດ.

ບາງທີນາງໂຄໂຣລີນາຄວນຈະໄປຫາທ່ານໝໍຄົນອື່ນອີກ. ແຕ່ມັນອາດຈະຕ້ອງໄດ້ໃຊ້ຈ່າຍແພງ ແລະ ນາງກໍ່ຕ້ອງໄດ້ລາວຽກຫຼາຍມື້ອີກ ແລະ ອີກຢ່າງທ່ານໝໍສ່ວນຫຼວງຫຼາຍແມ່ນບໍ່ຮູ້ເລື່ອງກ່ຽວກັບຢາຂ້າສັດຕູພຶດຫຼາຍປານໃດ.

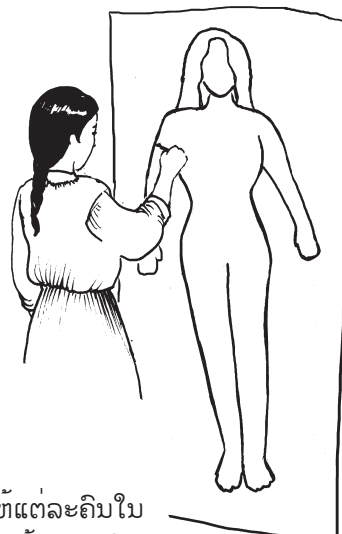
ບັນຫານີ້ເປັນບັນຫາທີ່ຍາກຫຼາຍສຳລັບນາງໂຄໂຣລີນາ ແລະ ກຳມະກອນຄົນອື່ນໆ ໃນຟາມ. ວິທີທາງທີ່ດີທີ່ສຸດໃນການດູແລຮັກສາສຸຂະພາບສຳລັບນາງໂຄໂຣລີນາ ແລະ ເພື່ອນຮ່ວມວຽກຄົນອື່ນໆ ແມ່ນການຮ່ວມໄມ້ຮ່ວມມືກັນຮັກສາສຸຂະພາບຕົນເອງ ໂດຍການປ່ຽນແປງສະພາບເງື່ອນໄຂໃນບ່ອນເຮັດວຽກໃຫ້ປອດໄພຂຶ້ນ.

ກິດຈະກຳແຕ້ມແຜນວາດຈຸດຕ່າງໆຂອງຮ່າງກາຍ

ກິດຈະກຳນີ້ຊ່ວຍໃຫ້ຜູ້ທີ່ເຂົ້າຮ່ວມໄດ້ແບ່ງປັນປະສົບການວ່າຢາຂ້າສັດຕູພຶດກະທົບພວກເຂົາໄດ້ແນວໃດ. ຜ່ານການແຕ້ມຮູບຮ່າງກາຍຄົນເທົ່າກັບຂະໜາດຄົນແທ້ ແລະ ໝາຍບ່ອນທີ່ຖືກຜົນກະທົບຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດ, ເຊິ່ງຈະເຮັດໃຫ້ພວກເຂົາເລີ່ມສົນທະນາກັນເຖິງອັນຕະລາຍທີ່ພວກເຂົາເຈົ້າມັກຈະປະເຊີນໃນບ່ອນເຮັດວຽກຂອງພວກເຂົາເຈົ້າ. ກິດຈະກຳນີ້ເປັນກິດຈະກຳການແຕ້ມຮູບ ແລະ ສົນທະນາແບບເປັນກຸ່ມ.

ເວລາ: 1 ຫາ 2 ຊົ່ວໂມງ

ອຸປະກອນ: ເຈ້ຍແຕ້ມຮູບແຜ່ນໃຫຍ່, ບິກ ຫຼື ສິດຈຳ, ສະກັອດໃສ (ແຖບກາວຕິດ) ຫຼື ເຂັມມຸດ



- 1 ແຕ້ມຮູບຮ່າງກາຍຂອງຄົນຂະໜາດໃຫຍ່. ໃຊ້ເຈ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່ເທົ່າກັບຕົວຄົນ, ຫຼື ເອົາເຈ້ຍແຜ່ນນ້ອຍມາຕິດຕໍ່ກັນກໍ່ໄດ້. ຫຼັງຈາກນັ້ນ ກໍ່ໃຫ້ຜູ້ໃດຜູ້ໜຶ່ງນອນລົງເທິງໜ້າເຈ້ຍນັ້ນ ແລະ ໃຫ້ອີກຜູ້ໜຶ່ງເອົາບິກ ຫຼື ສິດຈຳໄປອ້ອມຕາມຮູບຮ່າງຂອງຜູ້ນອນນັ້ນ. ຫຼັງຈາກແຕ້ມແລ້ວ ກໍ່ໃຫ້ເອົາເຈ້ຍນັ້ນມາຕິດໃສ່ຝາ ເພື່ອໃຫ້ທຸກຄົນສາມາດເບິ່ງເຫັນໄດ້. ຖ້າທ່ານຢາກຈະແຕ້ມເປັນສອງແຜ່ນກໍ່ໄດ້ ໂດຍແຕ້ມແຜ່ນໜຶ່ງເປັນຮູບດ້ານໜ້າ ແລະ ອີກແຜ່ນໜຶ່ງອີກເປັນຮູບດ້ານຫຼັງ.
- 2 ໝາຍກາກະບາດບ່ອນທີ່ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດ. ໃຫ້ແຕ່ລະຄົນໃນກຸ່ມໝາຍກາກະບາດໃສ່ບ່ອນທີ່ຕົນເອງໄດ້ຮັບຜົນກະທົບຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດໃສ່ຕາມສ່ວນຕ່າງໆຂອງຮູບ. ຖ້າຫາກວ່າກຸ່ມມີຂະໜາດນ້ອຍ ກໍ່ໃຫ້ແຕ່ລະຄົນໄດ້ເລົ່າໃຫ້ທຸກຄົນໃນກຸ່ມຟັງວ່າບັນຫາສຸຂະພາບທີ່ເກີດຂຶ້ນມີລັກສະນະເປັນແນວໃດ. ຍົກຕົວຢ່າງເຊັ່ນ: ມັນມີອາການເຈັບທ້ອງບໍ່? ເກີດມີຜື່ນແດງຕາມຜິວໜັງບໍ່? ວິນຫົວບໍ່? ລາວອາດຈະບອກວ່າ ແມ່ນຫຍັງທີ່ເປັນສາເຫດຂອງບັນຫາສຸຂະພາບນັ້ນກໍ່ໄດ້ ເຊັ່ນ: ຢາຂ້າສັດຕູພຶດຟັງຖືກບໍ່? ຫຼື ຍ້ອນເກີດອຸບັດຕິເຫດໃນເວລາປະສົມຢາບໍ່? ຢາລ່ອງລອຍມາໃນອາກາດບໍ່? ຫຼືວ່າເຮັດວຽກຕາມປົກກະຕິ ຫຼື ເປັນຍ້ອນສິ່ງອື່ນອີກບໍ່?
- 3 ຖ້າຫາກວ່າກຸ່ມທາກໃຫຍ່ມີສະມາຊິກຫຼາຍ, ມັນອາດຈະງ່າຍກວ່າ ທາກໃຫ້ຜູ້ໃດຜູ້ໜຶ່ງເປັນຜູ້ນຳພາສົນທະນາກັນ ຫຼັງຈາກທີ່ທຸກຄົນໃນກຸ່ມໄດ້ໝາຍກາກະບາດໃສ່ຈຸດຕ່າງໆ ໃນຮູບແລ້ວ. ຜູ້ນຳພາເຮັດກິດຈະກຳກໍ່ຈະຊີ້ໃສ່ແຕ່ລະຈຸດກາກະບາດ ແລະ ຖາມວ່າມັນເກີດຫຍັງຂຶ້ນຕາມຈຸດນັ້ນ. ສິ່ງສຳຄັນໃນກິດຈະກຳນີ້ກໍ່ຄື ທຸກຄົນໄດ້ສະແດງປະສົບການທີ່ຖືກກະທົບຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດຮ່ວມກັບຄົນອື່ນໆໃສ່ໃນຮູບແຕ້ມນັ້ນ.
- 3 ຕັ້ງຄຳຖາມເພື່ອຊ່ວຍໃຫ້ທຸກຄົນໄດ້ເວົ້າເຖິງຜົນກະທົບ, ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບດ້ວຍວິທີໃດ ແລະ ຢາຂ້າສັດຕູພຶດຊະນິດໃດແດ່ທີ່ກໍ່ໃຫ້ເກີດຜົນກະທົບ. ການສົນທະນາຈະມີຈຸດສູນຫຼາຍທີ່ສຸດ ຖ້າການສົນທະນາທາກກຸ່ງກັບສາມຄຳຖາມຕໍ່ໄປນີ້: ຜົນກະທົບຫຍັງຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດທີ່ພວກເຂົາໄດ້ຮັບ? ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບນັ້ນໄດ້ແນວໃດ ຫຼື ດ້ວຍວິທີໃດ? ຢາຂ້າສັດຕູພຶດຊະນິດໃດທີ່ພາໃຫ້ເກີດຜົນກະທົບນັ້ນ? ມັນຈະເປັນການດີທາກໃຫ້ມີຜູ້ໜຶ່ງໄປຈົດບັນທຶກແຕ່ລະຈຸດຂອງການສົນ

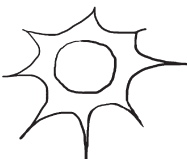
ທະນາໃສ່ເຈ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່ທີ່ທຸກຄົນໃນກຸ່ມສາມາດເຫັນໄດ້ຢ່າງຊັດເຈນ.

ຮູບແຕ້ມສະແດງໃຫ້ເຫັນຈຸດຕ່າງໆຂອງຮ່າງກາຍທີ່ແຕ່ລະຄົນໄດ້ຮັບຜົນກະທົບຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດ. ການສົນທະນາ ແລະ ການບັນທຶກການສົນທະນານັ້ນເປັນວິທີການທີ່ດີທີ່ຊ່ວຍໃຫ້ເກັບກຳໄດ້ບັນຫາ ແລະ ໃຫ້ຮູ້ວ່າ ມີຈັກຄົນທີ່ມີບັນຫາຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດທີ່ຄ້າຍຄືກັນ ແລະ ດ້ວຍວິທີໃດທີ່ມັກເກີດຜົນກະທົບຫຼາຍກວ່າໝູ່. ການສົນທະນາໄປຫຼາຍກວ່າສາມຈຸດນັ້ນ ສາມາດເຮັດໃຫ້ບໍ່ເຫັນ (ຫຼື ຈະປົດປັ້ງ) ວິທີການປ້ອງກັນຜົນກະທົບຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດໄດ້.

ວິທີການລົດຜົນກະທົບອັນຕະລາຍຈາກການໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດ

ຖ້າວຽກທ່ານກ່ຽວຂ້ອງກັບການໃຊ້ຢາປາບສັດຕູພຶດຕ່າງໆ, ແມ່ນໃຫ້ທ່ານໃຊ້ພວກມັນຢ່າງລະມັດລະວັງແທ້ໆ. ບໍ່ວ່າທ່ານຈະເປັນຊາວນາ, ຊາວສວນ ຫຼື ກຳມະກອນໃນຟາມກໍຕາມ ແມ່ນໃຫ້ທ່ານຈຶ່ງມີຄວາມຮັບຜິດຊອບຕໍ່ສຸຂະພາບຂອງຕົນເອງ, ຄົນອື່ນໆ ແລະ ສະພາບແວດລ້ອມນຳ. ເພື່ອປົກປ້ອງຕົນເອງ ແລະ ຜູ້ຄົນອ້ອມຂ້າງທ່ານ ໂດຍປະຕິບັດດັ່ງນີ້:

- ຄວບຄຸມສັດຕູພຶດໂດຍບໍ່ໃຊ້ຢາ (ເບິ່ງພາກທີ 15 ແລະ 17).
- ເວລາເຮັດວຽກກັບການໃຊ້ຢາແມ່ນບໍ່ໃຫ້ເຮັດຢູ່ຜູ້ດຽວ.
- ສຳລັບພຶດທັບຍາຫານແຕ່ລະຊະນິດ ແມ່ນໃຫ້ໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດສະເພາະຂອງມັນເທົ່ານັ້ນ.
- ຖ້າເປັນໄປໄດ້ໃຫ້ໃຊ້ຢາໃນປະລິມານໜ້ອຍທີ່ສຸດ. ໃຊ້ໃນປະລິມານຫຼາຍກໍບໍ່ໄດ້ໝາຍວ່າມັນຈະໄດ້ຜົນດີສະເໝີໄປ.
- ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ເອົາຢາຂ້າສັດຕູພຶດຊະນິດຕ່າງກັນມາປະສົມກັນ.
- ປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ຢາຖືກຮ່າງກາຍຂອງຕົນ ແລະ ຄົນອື່ນໆ.
- ຮັກສາຢາຂ້າສັດຕູພຶດໄວ້ໃຫ້ໂກຈາກແຫຼ່ງນ້ຳ.
- ບໍ່ໃຫ້ໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດເມື່ອມີລົມພັດຕະຫຼອດ, ຝົນຕົກ ຫຼື ໃນເວລາທີ່ຝົນໃກ້ຊິຕົກ
- ຕ້ອງນຸ່ງເຄື່ອງປ້ອງກັນທີ່ປົກປິດຕົນໂຕໄວ້ໄດ້ຢ່າງມີດຊິດດີ.
- ໃນເວລາທີ່ໃຊ້ຢານັ້ນຫ້າມບໍ່ໃຫ້ເຊັດໜ້າ, ເຊັດຕາ ແລະ ລຳຄໍ.
- ໃຫ້ລ້າງມືໃຫ້ສະອາດກ່ອນທີ່ຈະກິນ, ດື່ມ ຫຼື ຈັບບາຍໃບໜ້າຂອງຕົນເອງ.
- ຕັດເລັບມື, ເລັບຕີນໃຫ້ສັ້ນເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດເຂົ້າໄປສະສົມຢູ່ໄດ້.
- ໃສ່ເຄື່ອງນຸ່ງ ແລະ ອຸປະກອນປ້ອງກັນ.
- ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ເຂົ້າໄປໃນພື້ນທີ່ໜີ້ສັດພິນຢາຂ້າສັດຕູພຶດ ຈົນກວ່າມັນຈະປອດໄພ (ເບິ່ງໜ້າ 322).
- ໃຫ້ຊຳລະລ້າງຮ່າງກາຍໃຫ້ສະອາດຫຼັງຈາກໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດແລ້ວ.





ເຄື່ອງນຸ່ງປ້ອງກັນຢາຂ້າສັດຕູພືດອາດຈະບໍ່ແມ່ນເຄື່ອງນຸ່ງສະບາຍ ແຕ່ມັນສາມາດປ້ອງກັນ
ຊີວິດທ່ານໄດ້.

ເພື່ອໃຫ້ທ່ານບໍ່ຮູ້ສຶກອຶດອັດໃນເວລາໃສ່ເຄື່ອງປ້ອງກັນຢາຂ້າສັດຕູພືດນັ້ນ ແມ່ນໃຫ້ທ່ານສຶດ
ພື້ນຢາຂ້າສັດຕູພືດແຕ່ເຊົ້າ ຫຼື ສຶດໃນເວລາຄ້າຍແລງ ເມື່ອຕາເວັນບໍ່ຮ້ອນປານໃດແລ້ວ. ໃຫ້
ນັ່ງພັກຜ່ອນຢູ່ບ່ອນຮົ່ມ ແລະ ຕື່ມນ້ຳສະອາດໃຫ້ຫຼາຍເພື່ອປ້ອງກັນການເຈັບເປັນຈາກຄວາມ
ຮ້ອນທີ່ອາດຈະເກີດຂຶ້ນ. ສຳລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມກ່ຽວກັບເຄື່ອງນຸ່ງ ແລະ ອຸປະກອນປ້ອງກັນ
ຢາຂ້າສັດຕູພືດ, ໃຫ້ເບິ່ງຢູ່ ພາກເພີ່ມເຕີມ A. ສຳລັບປ້ອງກັນ ແລະ ປິ່ນປົວອາການເຈັບ
ເປັນຈາກຄວາມຮ້ອນ, ໃຫ້ເບິ່ງໃນປຶ້ມ ຢູ່ໄກແພດ ຫຼື ປຶ້ມການແພດອື່ນໆ.

ເວລາທ່ານທຳການສຶດພື້ນຢາຂ້າສັດຕູພືດຕາມໄຮ່ນາຮົ່ວສວນ

ກວດໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າອຸປະກອນທີ່ຈະໃຊ້ໃນການສຶດພື້ນຢານັ້ນຢູ່ໃນສະພາບ
ດີ ແລະ ພ້ອມໃນການໃຊ້ງານ ກວດກາເຄື່ອງມືໃຫ້ໝັ້ນໃຈວ່າ ມັນປອດໄພ
ກ່ອນທີ່ຈະນຳໄປໃຊ້. ກວດເບິ່ງຖັງບັນຈຸນ້ຳຢາວ່າມີຮອຍແຕກ ຫຼື ຮົ່ວບໍ່.

ຖ້າຖັງມີ ແລະ ຖັງບັນຈຸຢາແບບເບີໂສຫຼັງມີຮອຍແຕກແຫງ
ເປັນຮອຍຍາວ ຫຼື ຈິກຂາດແມ່ນບໍ່ໃຫ້ໃຊ້ເດັດຂາດ. ຖ້າ
ທ່ານມີໜ້າກາກປ້ອງກັນອາຍພຶດກໍ່ຈົ່ງໃຊ້ມັນ ແລະ ໃຫ້ປ່ຽນ
ແຜ່ນກອງອາກາດທຸກໆມື້. ການຫາຍໃຈເອົາຢາຂ້າສັດຕູ
ພືດເຂົ້າໄປໂດຍບໍ່ມີໜ້າກາກປ້ອງກັນນັ້ນແມ່ນມີຜົນສະທ້ອນ
ຕໍ່ສຸຂະພາບຂອງທ່ານໄດ້.



ຊາວກະສິກຳ ແລະ ກຳມະກອນຕາມຟາມເກືອບທັງພືດບໍ່ສາມາດຫາອຸປະກອນປ້ອງກັນທີ່ດີໄດ້. ນີ້ເປັນເຫດຜົນໜຶ່ງທີ່ຊີ້ໃຫ້ຮູ້ວ່າຍອນຫຍັງການໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພືດຈຶ່ງບໍ່ປອດໄພ.



ໜ້າກາກປ້ອງກັນອາຍພິດ ແລະ ຖົງມື ແມ່ນເຮັດມາສະເພາະສຳລັບຜູ້ຊາຍ; ສະນັ້ນ ພວກມັນຈຶ່ງໃຊ້ບໍ່ພໍດີສຳລັບແມ່ຍິງ ແລະ ເດັກ ໝູ່ມສາວ. ອັນທີ່ຈິງແລ້ວແມ່ຍິງກໍ່ໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພືດເທົ່າໆກັບຜູ້ຊາຍ, ເພາະສະນັ້ນ ອຸປະກອນປ້ອງກັນເຫຼົ່ານັ້ນກໍ່ຄວນໃຫ້ສາມາດປ້ອງກັນແມ່ຍິງໄດ້ເຊັ່ນກັນ. ໃນເມື່ອພວກມັນມີຂະໜາດທີ່ບໍ່ພໍດີກັບແມ່ຍິງ ອຸປະກອນປ້ອງກັນເຫຼົ່ານັ້ນກໍ່ບໍ່ໄດ້ຊ່ວຍປ້ອງກັນຫຍັງ.

ເຈົ້າຂອງຟາມກະສິກຳຕ່າງໆຕ້ອງຈັດໃຫ້ມີບ່ອນສຳລະລ້າງຮ່າງກາຍ ພ້ອມວັດສະດຸໃນການທຳຄວາມສະອາດຕ່າງໆ

ຖ້າຫາກກຳມະກອນຕາມຟາມກະສິກຳຕ່າງໆໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພືດ, ເຈົ້າຂອງຟາມກໍ່ຕ້ອງໄດ້ຮັບຜິດຊອບໃນການຈັດໃຫ້ມີສະຖານທີ່ສຳລັບສຳລະລ້າງທຳຄວາມສະອາດຮ່າງກາຍ ແລະ ລ້າງເຄື່ອງມືໃຊ້ຢາ, ພ້ອມທັງຈັດຫາສະບູ ແລະ ນ້ຳສະອາດໃຫ້ຢ່າງພຽງພໍ.

ສຳລະລ້າງຮ່າງກາຍຂອງທ່ານໃຫ້ສະອາດຢູ່ເລື້ອຍໆ

ໃຫ້ທ່ານລ້າງມືດ້ວຍນ້ຳ ແລະ ສະບູໃຫ້ສະອາດກ່ອນໆທີ່ຈະກິນເຂົ້າ, ສູບຢາ, ດື່ມນ້ຳ, ຫຍິກຖົງຂະໜົມຄຽວ (ຊິງອີ້ມ) ຫຼື ຄຽວຢາສູບ, ຈັບສີຕາ ດັງ ຫຼື ປາກ, ຫຼື ກ່ອນໄປຫ້ອງນ້ຳ.

ຫຼັງຈາກໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພືດມາ, ທຳອິດແມ່ນໃຫ້ລ້າງ ແລະ ທຳຄວາມສະອາດຕາມກ້ອງເລັບມື ເລັບຕີນກ່ອນ. ຈາກນັ້ນຈຶ່ງອາບນ້ຳລ້າງຮ່າງກາຍດ້ວຍສະບູ ແລະ ນ້ຳເຢັນ.

ຫຼັງຈາກໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພືດແລ້ວໃຫ້ຊັກເຄື່ອງນຸ່ງທີ່ນຸ່ງສິດຢານັ້ນດ້ວຍຄວາມລະມັດລະວັງ



ການຊັກເຄື່ອງນຸ່ງທີ່ນຸ່ງສິດຢານັ້ນເປັນວຽກໜຶ່ງທີ່ສຳຄັນທີ່ທ່ານເຮັດໄດ້ເພື່ອປ້ອງກັນພິດຢາຂ້າສັດຕູພືດ.



ຫາກທ່ານນຸ່ງເຄື່ອງທີ່ທ່ານນຸ່ງສິດຢາແລ້ວ ໂດຍບໍ່ໄດ້ຊັກ ຜົວໜັງຂອງເຈົ້າກໍ່ຈະໄດ້ຮັບພິດຢາທີ່ຕິດຢູ່ຕາມເຄື່ອງນຸ່ງນັ້ນໄດ້.

ຫຼັງຈາກເຮັດວຽກແລ້ວ ໃຫ້ປ່ຽນຖ່າຍເຄື່ອງນຸ່ງທີ່ທ່ານໃສ່ສິດພິນຢາຂ້າສັດຕູພືດ ແລະ ເອົາມັນໃສ່ໄວ້ໃນຖົງຢາງເພື່ອປົກປ້ອງຜູ້ທີ່ຈະຊັກເຄື່ອງນັ້ນ (ເຖິງຈະເປັນທ່ານເອງກໍ່ຕາມ) ບໍ່ໃຫ້ຖືກພິດ.

ໃນເວລາຊັກເຄື່ອງນຸ່ງທີ່ໃສ່ປ້ອງກັນຢາຂ້າສັດຕູພືດນັ້ນ ແມ່ນໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳສະອາດ, ສະບູຫຼືຜົງຊັກຟອກ ແລະ ໃຫ້ໃສ່ຖົງມືຢາງຄັກແນ່ ເພື່ອປ້ອງກັນພິດບໍ່ໃຫ້ຖືກມື. ບໍ່ໃຫ້ຊັກເຄື່ອງນຸ່ງທີ່

ໃຫ້ແຍກເຄື່ອງນຸ່ງເຮັດວຽກອອກຊັກຕ່າງຫາກທຸກຄັ້ງ;
ບໍ່ໃຫ້ຊັກປົນກັນກັບເຄື່ອງນຸ່ງປະຈຳວັນຂອງຄອບຄົວ.

ໃສ່ປ້ອງກັນສານພິດນີ້ຕາມແມ່ນ້ຳ. ບໍ່ໃຫ້ຈັບເຄື່ອງນຸ່ງເຫຼົ່ານັ້ນດ້ວຍມືເປົ່າ ແລະ ໃຫ້ລ້າງມື ທຸກຄັ້ງຫາກໄດ້ຈັບ. ບໍ່ໃຫ້ອາບ ຫຼື ລ້າງສິ່ງໃດກໍ່ຕາມໆຮ່ອງຊົນລະປະທານ ຫຼື ຮ່ອງລະບາຍ ນ້ຳ. ໃຫ້ຖອກນ້ຳເປື້ອນຈາກການຊັກເຄື່ອງນຸ່ງນັ້ນລົງຄືນໄປໃນທົ່ງນາ ຫຼື ສວນໃຫ້ໄກຈາກບໍ່ ນ້ຳໃຊ້ດື່ມກິນຕ່າງໆ.

ໃຫ້ຊັກເຄື່ອງນຸ່ງດັ່ງກ່າວນັ້ນເທື່ອລະໜ້ອຍ ແລະ ໃຫ້ຊັກໄປຈົນກວ່າຮອຍເປື້ອນ ແລະ ກິ່ນຂອງຢາຂ້າສັດຕູພຶດຈະຫາຍໄປ. ພ້ອມນີ້ກໍ່ໃຫ້ລ້າງເກີບໂບກ, ຖົງມື ແລະ ໝວກ ດ້ວຍສະບູ ແລະ ນ້ຳສະອາດ.

ໃຫ້ຕາກເຄື່ອງນຸ່ງໃຫ້ທ່າງໄກຈາກບ່ອນທີ່ມີການສົດຢາຂ້າສັດຕູພຶດ. ບໍ່ໃຫ້ຕາກເຄື່ອງ ນຸ່ງໄວ້ນອກເຮືອນໃນກໍລະນີທີ່ມີການສົດພື້ນຢາຂ້າສັດຕູພຶດຢູ່ແຄວງໃກ້ໆນັ້ນ ຫຼື ສົດພື້ນຢາ ຂ້າສັດຕູພຶດຈາກຍືນ.

ກ່ອນຈະຊັກເຄື່ອງນຸ່ງອື່ນໆໃນອ່າງ ຫຼື ຊາມທີ່ໃຊ້ຊັກເຄື່ອງນຸ່ງເຮັດວຽກນັ້ນ, ໃຫ້ລ້າງ ອ່າງດັ່ງກ່າວດ້ວຍຜົງຊັກຟອກ ແລະ ນ້ຳສະອາດສາກ່ອນ. ໃນເວລາເກັບມ້ຽນກໍ່ໃຫ້ແຍກເກັບ ເຄື່ອງນຸ່ງເຮັດວຽກໄວ້ຕ່າງຫາກ, ບໍ່ໃຫ້ປົນກັບເຄື່ອງນຸ່ງອື່ນໆ.

ຫຼັງຈາກສົດຢາແລ້ວ ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ເຂົ້າໄປໃນບໍລິເວນທີ່ມີການສົດພື້ນຢາຂ້າສັດຕູພຶດນັ້ນ

ໃຫ້ລໍຖ້າຈົນກວ່າຢາຂ້າສັດຕູພຶດທີ່ສົດໄປນັ້ນຈະແຫ້ງ ຫຼື ຈົນກວ່າຝຸ່ນລະອອງຢາ ຈະເຫຼືອດຫາຍໄປສາກ່ອນ ຈຶ່ງເຂົ້າໄປ. ໃຫ້ສຶກສາຈາກສະຫຼາກຂ້າງກ່ອງ ຫຼື ຂວດຢາ ເບິ່ງກ່ອນວ່າຢາຂ້າສັດຕູພຶດທີ່ໃຊ້ນັ້ນເປັນຢາປະເພດໃດ ແລະ ຫຼັງຈາກ ສົດພື້ນແລ້ວຕ້ອງໃຊ້ໄລຍະເວລາຫຼາຍປານໃດຈຶ່ງປອດໄພ(ເບິ່ງໜ້າ331). ຫ້າມ ເຂົ້າໄປໃນບ່ອນທີ່ສົດພື້ນຢານັ້ນຈົນກວ່າຈະແນ່ໃຈວ່າປອດໄພແລ້ວ.



ການເກັບຮັກສາຢາຂ້າສັດຕູພຶດ

ໃຫ້ເກັບຮັກສາຢາຂ້າສັດຕູພຶດໄວ້ໃນບ່ອນທີ່ແຫ້ງ ແລະ ປອດໄພ. ຕາມທຳມະດາແລ້ວມັກ ມີການເກັບຮັກສາຢາຂ້າສັດຕູພຶດໄວ້ເປັນເວລາດົນນານ, ເມື່ອເວລາດົນນານໄປພາຊະນະບັນ ຈຸກໍ່ມັກມີການຮົ່ວໄຫຼ. ຫາກພົບເຫັນແມວ, ນົກ ແລະ ສັດອື່ນໆຕາຍຢູ່ໃກ້ບໍລິເວນທີ່ເກັບ ມ້ຽນຢາ ນັ້ນເປັນສັນຍານອັນທຳອິດທີ່ສະແດງວ່າສານເຄມີຂອງຢາຂ້າສັດຕູພຶດໄດ້ຮົ່ວຊົມ ລົງໄປໃນດິນ ແລະ ນ້ຳແລ້ວ.

ໃຫ້ເກັບຮັກສາຢາຂ້າສັດຕູພຶດໄວ້ໃນພະຊະນະບັນຈຸຂອງມັນເອງ

ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ເອົາຢາຂ້າສັດຕູພຶດເກັບຮັກສາໄວ້ໃນຖົງອາຫານສັດ, ຂວດເຄື່ອງດື່ມຕ່າງໆ, ຫຼື ເກັບໄວ້ໃນຄຸ້ຕັກນ້ຳ. ໃຫ້ເກັບຮັກສາຢາຂ້າສັດຕູພຶດໄວ້ໃນພະຊະນະບັນຈຸຂອງມັນເອງ ທີ່ ມີການປິດປາກໃຫ້ແໜ້ນ ແລະ ຕັ້ງໄວ້ໃຫ້ທາງປາກຕັ້ງຂຶ້ນສະເໝີ. ໃຫ້ໝັ່ນກວດກາເບິ່ງຢ່າງ ສະໝໍ່າສະເໝີວ່າ ມັນຢູ່ໃນສະພາບດີ ບໍ່ມີການຮົ່ວໄຫຼ, ແຕກ ຫຼື ຈົກຂາດ ແລະ ບໍ່ມີບ່ອນ ເສື່ອມໂຊມ.

ຂຽນຕິດຂ້າງພາຊະນະ (ຂວດ) ຄັກແນ່ວ່າເປັນພາຊະນະບັນຈຸຢາຂ້າສັດຕູພືດ



ຖ້າທ່ານຊື້ຢາຂ້າສັດຕູພືດມາໃຊ້ໃນປະລິມານໜ້ອຍ ແລະເອົາເກັບໄວ້ໃນພາຊະນະບັນຈຸທີ່ບໍ່ແມ່ນຂອງມັນເອງ ໃຫ້ຂຽນຊື່ຢາ ແລະ ແຕ້ມຮູບ ຫຼື ຕິດຮູບທີ່ໝາຍເຖິງ “ອັນຕະລາຍ” ໃສ່ຂ້າງຂອງພາຊະນະບັນຈຸນັ້ນໄວ້, ຕົວຢ່າງເຊັ່ນ: ຮູບຫົວກະໂຫຼກ ແລະກະດູກໄຂວ່ແລະຫ້າມບໍ່ໃຫ້ເອົາພາຊະນະບັນຈຸຢານັ້ນໄປໃສ່ແນວອື່ນອີກ. ໃຫ້ເກັບຢາຂ້າສັດຕູພືດໄວ້ໃຫ້ພົ້ນມືເດັກ, ເກັບໄວ້ໃນຕູ້ ຫຼື ຫີບທີ່ມີກະແຈປິດຄັກແນ່ ແລະ ໃຫ້ເກັບ ໄວ້ໃຫ້ໄກຈາກອາຫານ ແລະ ບ່ອນກິນອາຫານ.

ຂົນຍ້າຍຢາຂ້າສັດຕູພືດດ້ວຍຄວາມລະມັດລະວັງ

ເມື່ອທ່ານຂົນຫຼືຍ້າຍຢາຂ້າສັດຕູພືດ, ໃຫ້ເອົາຢາຂ້າສັດຕູພືດໃສ່ໃນກະບະຫຼັງລົດ ຫຼື ໃນບ່ອນໃສ່ເຄື່ອງຫ້າຍລົດ ແລ້ວມັດໄວ້ໃຫ້ຢູ່ກັບທີ່ເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ມັນເຄື່ອນໄປມາ ຫຼື ຂວ້າ. ໃນເວລາຂົນຍ້າຍແມ່ນຫ້າມບໍ່ໃຫ້ຂົນຢາໂດຍໃຊ້ກະຕ່າຂອງກິນ ຫຼື ບໍ່ໃຫ້ເອົາກະຕຸກ ຫຼື ຂວດຢາຢ່າງໃສ່ຫົວ. ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ໃຊ້ເດັກນ້ອຍໄປຊື້ ຫຼື ຂົນຍ້າຍ ຢາຂ້າສັດຕູພືດເດັດຂາດ.

ໃຫ້ກຳຈັດພາຊະນະບັນຈຸຢາຂ້າສັດຕູພືດທີ່ໃຊ້ແລ້ວໃຫ້ປອດໄພ

ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ນຳເອົາພາຊະນະບັນຈຸຢາຂ້າສັດຕູພືດທີ່ໃຊ້ແລ້ວມາໃສ່ອາຫານ, ນ້ຳດື່ມ, ນ້ຳລ້າງ ຫຼື ໃສ່ສິ່ງອື່ນໆ ເດັດຂາດ. ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ນຳເອົາແພຢາງ ຫຼື ຖົງຢາງທີ່ຫຸ້ມຫໍ່ຢາຂ້າສັດຕູພືດ ມາໃຊ້ເປັນເສື້ອກັນຝົນ ຫຼື ເຄື່ອງໃຊ້ສອຍສ່ວນຕົວອື່ນໆຢ່າງເດັດຂາດ. ວິທີການຈັດການທີ່ດີທີ່ສຸດກັບພາຊະນະບັນຈຸຢາທີ່ໃຊ້ແລ້ວນັ້ນ ກໍ່ຄືໃຫ້ເຈາະພາຊະນະບັນຈຸນັ້ນໃຫ້ເປັນຮູເພື່ອປ້ອງກັນການນຳເອົາໄປໃຊ້ໃໝ່ໄດ້ ແລະ ຕໍ່ຈາກນັ້ນແມ່ນໃຫ້ນຳໄປຝັງຖິ້ມ.



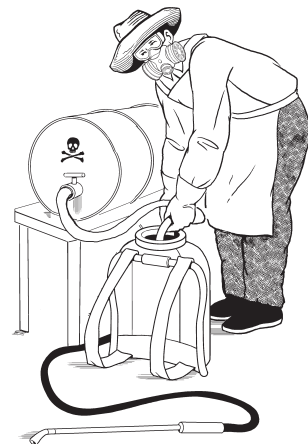
ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ນຳເອົາພາຊະນະບັນຈຸ (ຂວດ) ຢາຂ້າສັດຕູໄປໃສ່ນ້ຳດື່ມ ຫຼື ນ້ຳລ້າງຢ່າງເດັດຂາດ.

ສິ່ງທີ່ຕ້ອງປະຕິບັດໃນເວລາປະສົມ ແລະ ບັນຈຸຢາຂ້າສັດຕູພືດໃສ່ຖັງເພື່ອນຳໄປໃຊ້

ໃສ່ເຄື່ອງນຸ່ງ ແລະ ອຸປະກອນປ້ອງກັນ

ໃນເວລາປະສົມ ແລະ ບັນຈຸຢາຂ້າສັດຕູພືດໃສ່ຖັງເພື່ອນຳໄປໃຊ້, ໃຫ້ທ່ານໃສ່ແວ່ນຕາປ້ອງກັນຕາ, ຖົງມືຢາງ, ຜ້າກັນເບື້ອນ ແລະ ພ້ອມດຽວກັນນີ້ກໍ່ໃຫ້ໃສ່ເຄື່ອງນຸ່ງປ້ອງກັນນຳ (ເບິ່ງໜ້າພາກເພີ່ມເຕີມ A).

ສິ່ງສຳຄັນ: ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ປະສົມຢາດ້ວຍມືເປົ່າ.



ຈົ່ງລະມັດລະວັງ

ໃຫ້ໃຊ້ມືດັດ ຫຼື ມືດຕິດຕັດເປີດປາກຖົງເພື່ອບໍ່ໃຫ້ຜູ້ນຳຢາຂ້າສັດຕູພືດ ຟັງກະຈ່າຍອອກມາ. ໃຫ້ລ້າງ ແລະ ເກັບມືດ ຫຼື ມືດຕິດດັ່ງກ່າວໄວ້ສະ ເພາະເປີດຢາຂ້າສັດຕູພືດເທົ່ານັ້ນ ແລະ ກໍ່ຂຽນປ້າຍຕິດບອກໄວ້ຄັກ ແນ່ວ່າ “ມືດ ຫຼື ມືດຕິດແມ່ນສຳລັບເປີດຢາຂ້າສັດຕູພືດ”.

ໃຊ້ສຳລັບເປີດຢາ
ຂ້າສັດຕູພືດເທົ່ານັ້ນ



ຖ້າທ່ານຕ້ອງໄດ້ເອົານ້ຳປະສົມກັບຢາຂ້າສັດຕູພືດ, ບໍ່ໃຫ້ເອົາ ທໍ່ໂຕໂຢນ້ຳປ່ອຍລົງໄປໃນຖັງປະສົມຢາໂດຍກົງ. ຈົ່ງຮັກສາທໍ່ໂຕໂຢນ້ຳໃຫ້ສະອາດ ເພື່ອວ່າ ມີຄົນມາໃຊ້ທໍ່ນ້ຳເພື່ອດື່ມ ຫຼື ຊຳລະລ້າງ.

ຈົ່ງໃຊ້ຄຳແນະນຳໃນການໃຊ້ຢາທີ່ຕິດຢູ່ຂ້າງພາຊະນະບັນຈຸ ຫຼື ເອກະສານກຳກັບ ການໃຊ້ຢາ ເປັນບັນທຶກຖານໃນການນຳໃຊ້ຢາ. ຈົ່ງໃຊ້ຢາຕາມປະລິມານທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້ ໃນເອກະສານ ຫຼື ສະຫຼາກກຳກັບຢາ. ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ປະສົມຢາ, ຖອກຢາໃສ່ຖັງໄປສິດ ຫຼື ລ້າງ ເຄື່ອງມືນຳໃຊ້ຢາໃກ້ກັບທາງນ້ຳ ຫຼື ແຫຼ່ງນ້ຳກິນຕ່າງໆ!

ລະວັງບໍ່ໃຫ້ຢາຂ້າສັດຕູພືດເຂົ້າປາກຂອງທ່ານ

ຖ້າທ່ານຫົວສິດຢາຕັນ ແມ່ນໃຫ້ໃຊ້ທີ່ດູດຈຳໃສ່ຫົວສິດແລ້ວເປົ່າອອກ. ຈາກນັ້ນກໍ່ໃຫ້ໝາຍ ສິ້ນທີ່ດູດເບື້ອງທີ່ຈຳໃສ່ຫົວສິດນັ້ນໄວ້ ເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ເອົາເບື້ອງນັ້ນເຂົ້າປາກ ທາງທ່ານ ຕ້ອງໃຊ້ມັນອີກ. ຖ້າຢາກຈະເອົານ້ຳຢາອອກຈາກຖັງສິດ, ຫຼື ປຸງຖ່າຍຢາຂ້າສັດຕູພືດ ຫຼື ນ້ຳມັນຈາກຖັງໜຶ່ງໄປໃສ່ອີກຖັງໜຶ່ງ ແມ່ນຫ້າມບໍ່ໃຫ້ໃຊ້ປາກດູດອອກຜ່ານທໍ່ໂຕໂຢ. ອີກ ຢ່າງໜຶ່ງແມ່ນໃຫ້ລະວັງຢ່າໄດ້ທາຍໃຈເອົາພິດຢາຂ້າສັດຕູພືດເຂົ້າໄປ.

ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ຈັບບາຍ ຫຼື ຊິມຢາຂ້າສັດຕູພືດ ຫຼື ແກ່ນແນວພິດທີ່ເຄືອບ ຫຼື ປະສົມຢາ ຂ້າສັດຕູພືດ. ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ກິນພິດຜັກ ໝາກໄມ້ ອັນໃດກໍ່ຕາມຈາກໄຮ່ ຫຼື ສວນຈົນກວ່າຈະ ລ້າງໃຫ້ສະອາດດີກ່ອນ.

ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ກິນ, ສູບຢາ ຫຼື ດື່ມໃນຂະນະປະສົມຢາ ຫຼື ສິດຢາຢູ່. ໃຫ້ເອົາເຄື່ອງກິນ, ຢາສູບ ແລະ ເຂົ້າໜົມໄວ້ໃນຖົງ ຫຼື ກ່ອງທີ່ປິດປາກຢ່າງດີ ແລະ ເອົາໄວ້ໃຫ້ຫ່າງໄກຈາກ ບ່ອນທີ່ກຳລັງໃຊ້ຢາຢູ່. ເນື່ອງຈາກຢາສູບ ແລະ ອາຫານສາມາດທີ່ຈະດູດຊິມເອົາພິດຢາຂ້າ ສັດຕູພືດໄດ້ ສະນັ້ນຈົ່ງບໍ່ໃຫ້ຖື ຫຼື ພົກພາໄວ້ກັບໂຕໃນເວລາໃຊ້ຢາ.

ຖ້າທ່ານຮັດຢາຂ້າສັດຕູພືດເຮັດ

ກ່ອນທີ່ທ່ານຈະຈັດການອະນາໄມມັງຸນມັດຢາທີ່ເຮັດນັ້ນ ໃຫ້ທ່ານປ້ອງກັນໂຕເອງ, ບຸກຄົນ ທີ່ຢູ່ອ້ອມຂ້າງ ແລະ ແຫຼ່ງນ້ຳໃຊ້ສາກອນ. ຖ້າມີຜູ້ທີ່ມີຄວາມຊຳນານໃນການຈັດການກັບຢາ ທີ່ເຮັດ (ຫຼື ຜູ້ທີ່ຜ່ານການຝຶກອົບຮົມມາ) ດຶກວ່າ ໃຫ້ຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອນຳເຂົາເຈົ້າ. ເວລາ ຈັດການມັງຸນຢາທີ່ເຮັດນັ້ນໃຫ້ນຸ່ງເຄື່ອງປ້ອງກັນຕົນເອງສະເໝີ. (ສຳລັບຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບການ ມັງຸນອະນາໄມຢາຂ້າສັດຕູພືດ ຫຼື ສານເຄມີເຮັດ, ເບິ່ງພາກເພີ່ມເຕີມ A).

ຢາຂ້າສັດຕູພືດຕົກຄ້າງໃນອາຫານ

ໝາກໄມ້ ແລະ ພືດຜັກຕ່າງໆທີ່ປູກ ແລະ ໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພືດກໍ່ມັກມີຢາຂ້າສັດຕູພືດຕົກຄ້າງຢູ່ເມື່ອທ່ານໄປຊື້ພວກມັນມາ. ຊີ້ນ, ນົມ ແລະ ໄຂ່ກໍ່ມັກມີຢາຂ້າສັດຕູພືດຕົກຄ້າງຈາກການໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພືດເປັນສ່ວນປະສົມໃນນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ, ຢາສີດພິ້ນ (ສະແປ), ຫຼື ເນື່ອງຈາກສັດເຫຼົ່ານັ້ນໄດ້ຖືກລ້ຽງ ຫຼື ກິນຫຍ້າທີ່ມີຢາຂ້າສັດຕູພືດ ແລະ ສານເຄມີຊະນິດອື່ນຕົກຄ້າງຢູ່ນຳ.

ເມື່ອຄົນເຮົາກິນອາຫານ ຫຼື ເຄື່ອງດື່ມທີ່ມີຢາຂ້າສັດຕູພືດຕົກຄ້າງຢູ່ເຂົ້າໄປເທື່ອລະໜ້ອຍ ໃນແຕ່ລະມື້ເປັນເວລາດົນ

ໄປ, ສານພິດທີ່ກິນເຂົ້າໄປໃນຮ່າງກາຍນັ້ນ ກໍ່ຈະສະສົມກັນຂຶ້ນເທື່ອລະໜ້ອຍ. ສານພິດທີ່ສະສົມຂຶ້ນເທື່ອລະໜ້ອຍນັ້ນກໍ່ຈະເພີ່ມທະວີຂຶ້ນເລື້ອຍໆ ແລະ ກໍ່ໃຫ້ເກີດບັນຫາສຸຂະພາບຂອງຄົນເຮົາໃນໄລຍະຍາວ.



ສຳລັບພືດຜັກກິນໃບຂຽວ ເຊັ່ນ: ກະຫຼ່ຳປີແລະສະຫຼັດແມ່ນບໍ່ໃຫ້ກິນໃບທີ່ຫຸ້ມຢູ່ຂ້າງນອກສຸດ ເພາະວ່າໃບພາກສ່ວນນີ້ມີສານພິດຢາຂ້າສັດຕູພືດສະສົມຢູ່ຫຼາຍ.

ເພື່ອຊຳລະລ້າງຢາຂ້າສັດຕູພືດອອກ, ໃຫ້ລ້າງໝາກໄມ້ ຫຼື ຜັກໃນນ້ຳສະບູ (ບໍ່ໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຜັງຊັກຟອກ), ຫຼືນ້ຳເກືອ (ປົນເກືອ 5 ບ່ວງແກງໃນນ້ຳ 1 ລິດ), ຫຼື ນ້ຳປະສົມເອົາຜັງພູ (ຜັງພູ 2 ບ່ວງຕໍ່ນ້ຳ 1 ລິດ), ແລະ ຈາກນັ້ນ ກໍ່ໃຫ້ລ້າງອອກດ້ວຍນ້ຳສະອາດ.

ພືດຜັກທີ່ປູກໂດຍບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພືດນັ້ນແມ່ນປອດໄພ ແລະ ດີຕໍ່ສຸຂະພາບຂອງທັງຜູ້ກິນແລະຜູ້ປູກຫຼາຍ. ແຕ່ກໍ່ໜ້າເສຍດາຍ

ທີ່ຢູ່ໃນຫຼາຍໆແຫ່ງ ພືດຜັກປອດສານພິດນັ້ນມີລາຄາແພງ ແລະ ກໍ່ຫາຊື້ໄດ້ຍາກອີກ. (ສຳລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມກ່ຽວກັບວິທີການປູກພືດທັນຍາທານປອດສານພິດເຄມີ, ເບິ່ງພາກທີ15.)



ຜັກໝາກໄມ້ທີ່ມີເປືອກເຫຼື້ອມ ເຊັ່ນ: ໝາກແຕງ, ໝາກແອບ ເປັນ ກ່ອນຈະກິນຄວນປອກເປືອກອອກສາກ່ອນ.

ການຄວບຄຸມສັດ ແລະ ແມງໄມ້ຕ່າງໆຕາມບ້ານເຮືອນ

ຜູ້ຄົນໃນທຸກແຫ່ງທຶນຕ່າງກໍ່ໃຊ້ສານພິດເພື່ອຂ້າຍຸງ, ມົດ, ແມງວັນ, ແມງສາບ, ປວກ, ພັດ, ໝູ ແລະ ແມງໄມ້ອື່ນໆອີກທີ່ຢູ່ຕາມບ້ານເຮືອນ. ແຕ່ວ່າຢາຂ້າສັດຕູພືດທີ່ໃຊ້ກຳຈັດແມງໄມ້ ແລະ ສັດເຫຼົ່ານີ້ ແມ່ນມີພິດທີ່ເປັນອັນຕະລາຍຕໍ່ຄົນໄດ້ເຊັ່ນກັນ.

ກຳມະກອນຕາມຟາມຕ່າງໆມັກຈະນຳເອົາຢາຂ້າສັດຕູພືດທີ່ໃຊ້ໃນຟາມມາຂ້າແມງໄມ້ ຫຼື ສັດທີ່ບໍ່ເພິ່ງປະສົງຕາມບໍລິເວນອ້ອມແອ້ມເຮືອນ. ແຕ່ວ່າ



ການເອົາຢາຂ້າສັດຕູພຶດທີ່ໃຊ້ຕາມຟາມມາໃຊ້ໃນພື້ນທີ່ປິດ ແລະ ບໍ່ມີອາກາດຖ່າຍເທົ່ານັ້ນຍິ່ງມີອັນຕະລາຍຫຼາຍຂຶ້ນກວ່າເກົ່າ. ດັ່ງນັ້ນ ມັນຈະເປັນການດີທີ່ສຸດ ຖ້າເອົາຢາຂ້າສັດຕູພຶດສຳລັບຟາມໃຊ້ໃນຟາມ ແລະ ໃຊ້ວິທີອື່ນອີກເພື່ອກຳຈັດແມງໄມ້ ແລະ ສັດທີ່ບໍ່ເພິ່ງປະສົງໃນເຮືອນ.

ມັນມີຫຼາຍວິທີທາງໃນການຄວບຄຸມແມງໄມ້ ແລະ ສັດທີ່ບໍ່ເພິ່ງປະສົງໃນເຮືອນ ໂດຍບໍ່ຕ້ອງໃຊ້ສານເຄມີ. ວິທີການເຫຼົ່ານີ້ແມ່ນປອດໄພກວ່າ ແລະ ກໍ່ຖືກກວ່າ; ແລະ ມັນກໍ່ຍັງໃຫ້ຜົນດີເທົ່າໆກັບການໃຊ້ສານເຄມີ. (ສຳລັບວິທີການອື່ນທີ່ບໍ່ຕ້ອງໄດ້ໃຊ້ສານເຄມີພາຍໃນເຮືອນ, ເບິ່ງພາກທີ 17).

ຖ້າທ່ານໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດຢູ່ຕາມບ້ານເຮືອນ:

- ໃຫ້ອ່ານສະຫຼາກກຳກັບຢາໃຫ້ດີ ແລະ ປະຕິບັດຕາມຄຳແນະນຳນັ້ນ.
- ບໍ່ໃຫ້ໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດໃນເຮືອນທີ່ປິດປະຕູ ແລະ ປ່ອງຢ້ຽມໄວ້. ຈົ່ງເປີດປະຕູ ແລະ ປ່ອງຢ້ຽມໄວ້.
- ຈະກຳຈັດສັດຕູພຶດຊະນິດໃດກໍ່ຈົ່ງໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດທີ່ໃຊ້ສະເພາະຊະນິດນັ້ນເທົ່ານັ້ນ.
- ຈົ່ງເກັບມ້ຽນຢາຂ້າສັດຕູພຶດໃຫ້ພົ້ນມືເດັກ.
- ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ສັດພື້ນຢາຂ້າສັດຕູພຶດໃສ່ເສື້ອນອນ, ຫຼື ບໍ່ໃຫ້ນອນເທິງເສື້ອທີ່ຖືກສັດພື້ນຢາຂ້າສັດຕູພຶດ. ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ສັດພື້ນຢາໄກ້ກັບຖ້ວຍຈານ ຫຼື ເຄື່ອງອຸປະກອນແຕ່ງກິນໃນຄົວອື່ນໆ.
- ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ເອົາຢາຂ້າສັດຕູພຶດໃສ່ໄວ້ໃນພາຊະນະບັນຈຸອື່ນທີ່ບໍ່ແມ່ນຂອງມັນ ໂດຍບໍ່ໄດ້ຂຽນບອກໄວ້ວ່າເປັນຢາຂ້າສັດຕູພຶດ.
- ໃຫ້ກຳຈັດຢາຂ້າສັດຕູພຶດທີ່ບໍ່ໄດ້ໃຊ້ແລ້ວຢ່າງປອດໄພ.



ຢາຂ້າສັດຕູພຶດມີຜົນເສຍຕໍ່ສະພາບແວດລ້ອມ

ນອກຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດຈະເປັນພິດຕໍ່ຄົນ ແລະ ສັດຕ່າງໆແລ້ວ, ພວກມັນຍັງກໍ່ຜົນເສຍຕໍ່ສະພາບແວດລ້ອມນຳ.

ຢາຂ້າສັດຕູພຶດເປັນພິດຕໍ່ສັດຕ່າງໆ ເຊັ່ນດຽວກັນກັບມັນເປັນພິດຕໍ່ກັບຄົນ, ຖ້າຫາກສັດເຫຼົ່ານັ້ນກິນ, ຕື່ມ ແລະ ຫາຍໃຈເອົາຢາຂ້າສັດຕູພຶດເຂົ້າໄປ; ສານພິດກໍ່ຈະສະສົມຢູ່ໃນຕົວສັດເຫຼົ່ານັ້ນ. ເມື່ອສັດທີ່ໃຫຍ່ກວ່າກິນສັດນ້ອຍທີ່ມີສານພິດສະສົມຢູ່ໃນປະລິມານໜ້ອຍເຂົ້າໄປຫຼາຍໂຕ, ປະລິມານສານພິດກໍ່ຈະມີປະລິມານສະສົມຫຼາຍຂຶ້ນເຊັ່ນກັນ.

ມີນ້ຳໜັງຂ້ອຍສິດຢາເອັນໂດຊູນ
ແຟນເພື່ອຂ້າປວກໃນສວນ
ຝາຍ. ຕໍ່ມາກໍ່ມີກີບໂຕໜຶ່ງມາ
ກິນປວກທີ່ຕາຍນັ້ນ.



ທັນໃດນັ້ນກໍ່ມີນົກເຄົ້າຕົວໜຶ່ງບິນ
ເຈັດລົງມາຈັບເອົາກີບນັ້ນຂຶ້ນໄປ
ກິນຢູ່ເທິງຕົ້ນໄມ້. ສິບນາທີຕໍ່ມາ,
ນົກເຄົ້າໂຕນັ້ນກໍ່ຕົກລົງມາຕາຍ.

ຢາຂ້າສັດຕູພືດເປັນພືດຕໍ່ຕິນເພາະໄປມັນຂ້າແມງໄມ້, ຂີ້ກະເດືອນ, ເຊື້ອລາ, ແລະ
ແບັກທີເຣຍ ທີ່ສ້າງທາດບຳລຸງລ້ຽງໃນດິນທີ່ເຮັດໃຫ້ດິນອຸດົມສົມບູນ.

ຢາຂ້າສັດຕູພືດເປັນພືດຕໍ່ນ້ຳເມື່ອມັນໄຫຼລົງໄປໃນຫ້ວຍນ້ຳລຳທານຕ່າງໆ. ມັນເຮັດ
ໃຫ້ປາຕາຍ ແລະ ເປັນອັນຕະລາຍຕໍ່ຄົນ ແລະ ສັດທີ່ກິນນ້ຳຈາກຫ້ວຍນ້ຳລຳທານເຫຼົ່ານັ້ນ.

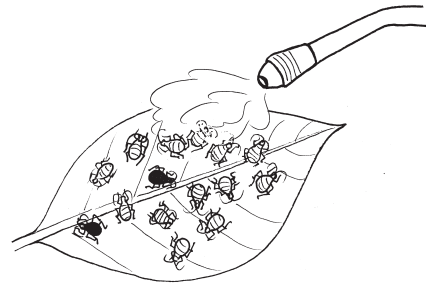
ຢາຂ້າສັດຕູພືດເປັນພືດຕໍ່ອາກາດເມື່ອມັນລ່ອງລອຍໄປຕາມລົມ. ຢາຂ້າສັດຕູພືດ
ສາມາດປົວໄປໄກເປັນໄລຍະທາງຫຼາຍກິໂລແມັດຈາກບ່ອນທີ່ໃຊ້ມັນ.

ການດື່ຢາຂອງສັດຕູພືດ

ໃນແຕ່ລະຄັ້ງຂອງການສິດພື້ນຢາຂ້າສັດຕູພືດ ຈະມີ
ສັດຕູພືດ (ແມງໄມ້ຕ່າງໆ) ຈຳນວນໜ້ອຍໜຶ່ງລອດຊີ
ວິດສະເໝີ ນັ້ນກໍ່ຍ້ອນວ່າມັນແຂງແຮງກວ່າ ຫຼື ບໍ່ຊັ້ນ
ພວກມັນກໍ່ມີຢາຂ້າສັດຕູພືດໃນຮ່າງກາຍຢູ່ກ່ອນ
ແລ້ວ ທີ່ຊ່ວຍປ້ອງກັນພວກມັນຈາກຢາຂ້າສັດຕູພືດ
ທີ່ສິດຂ້າພວກມັນອີກ. ຕໍ່ມາພວກສັດຕູພືດເຫຼົ່ານັ້ນກໍ່
ແຜ່ພັນຕໍ່ໄປອີກ ໂດຍທີ່ບັນດາລູກໆຂອງພວກມັນກໍ່
ມີຄວາມແຂງແກ່ນ ແລະ ສາມາດຕ້ານທານກັບຢາຂ້າ
ສັດຕູພືດຊະນິດຕ່າງໆໄດ້. ແນວນີ້ເຮົາເອີ້ນວ່າ ການດື່
ຢາຂອງສັດຕູພືດ. ນັບມື້ກໍ່ຍິ່ງມີສັດຕູພືດທີ່ດື່ຢາເກີດຫຼາຍ
ຂຶ້ນເລື້ອຍໆ ແລະ ຢາຂ້າສັດຕູພືດຊະນິດເດີມໆກໍ່ເຮັດ
ຫຍັງພວກມັນບໍ່ໄດ້.

ເມື່ອແມງໄມ້ເກີດມີການດື່ຢາ ບັນດາບໍລິສັດຜູ້ຜະລິດຢາຂ້າສັດຕູພືດກໍ່ໄດ້ຄິດຄົ້ນ
ແລະ ຜະລິດຢາຂ້າສັດຕູພືດຊະນິດໃໝ່ອອກຂ້າບັນດາສັດຕູພືດທີ່ດື່ຢານັ້ນ. ຊາວກະສິກອນ
ກໍ່ຊື້ຢາຂ້າສັດຕູພືດຊະນິດໃໝ່ນັ້ນມາໃຊ້ ແລະ ໃນແຕ່ລະໆດູບູກຝັງເຂົາເຈົ້າກໍ່ຕ້ອງໄດ້ໃຊ້
ຈ່າຍຊື້ຢາຂ້າສັດຕູພືດເພີ່ມຂຶ້ນອີກ. ພ້ອມດຽວກັນນີ້ໃນແຕ່ລະປີສານພິດເຄມີຂອງຢາຂ້າສັດ
ຕູພືດກໍ່ເຮັດໃຫ້ສະພາບແວດລ້ອມເປັນພິດຫຼາຍຂຶ້ນ, ມີສັດຕູພືດທີ່ດື່ຢາຫຼາຍຂຶ້ນ ແລະ ບໍລິສັດ
ຜູ້ຜະລິດຢາຂ້າສັດຕູພືດກໍ່ມີກຳໄລຫຼາຍຂຶ້ນ.

ສັດຕູພືດເກີດການດື່ຢາໄດ້ແນວໃດ?



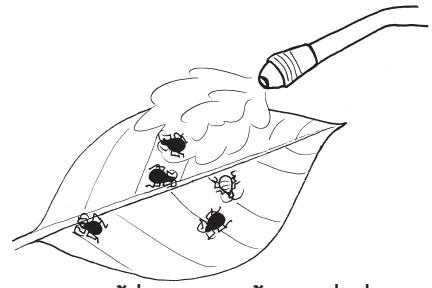
ຢາຂ້າສັດຕູພືດສາມາດຂ້າແມງໄມ້ທີ່ເປັນ
ສັດຕູພືດໄດ້ເກືອບທັງໝົດ, ແຕ່ມີແມງໄມ້
ຈຳນວນໜ້ອຍໜຶ່ງລອດຊີວິດໄດ້ ເພາະວ່າ
ພວກມັນສາມາດຕ້ານທານກັບຢາຂ້າສັດ
ຕູພືດໄດ້ (ຫຼື ພວກມັນດື່ຢາ).

ໃນຂະນະທີ່ຢາຂ້າສັດຕູພືດຊ່ວຍປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ຜົນຜະລິດທາງການກະສິກໍາເສຍຫາຍຈາກສັດຕູພືດໄດ້ພຽງແຕ່ 2-3 ລະດູເທົ່ານັ້ນ, ແຕ່ຜົນເສຍໄລຍະຍາວນັ້ນຢາຂ້າສັດຕູພືດເປັນພິດຕໍ່ຄົນ, ສັດ, ດິນ ແລະ ນ້ຳ. ແຕ່ຜົນປະໂຫຍດໄລຍະຍາວຢ່າງໜຶ່ງກໍ່ຄືຜົນກໍາໄລທີ່ຕົກເປັນຂອງບັນດາບໍລິສັດຜະລິດຢາຂ້າສັດຕູພືດທັງຫຼາຍ.

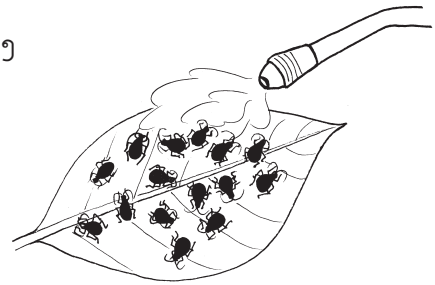
ຢາຂ້າສັດຕູພືດໄດ້ຂ້າບັນດາແມງໄມ້ທີ່ເປັນປະໂຫຍດຕ່າງໆ.

ມັນບໍ່ແມ່ນວ່າແມງໄມ້ພືດທຸກຊະນິດຈະເປັນສັດຕູພືດ, ແມງໄມ້ຫຼາຍໆຊະນິດແມ່ນມີປະໂຫຍດຕໍ່ຊາວກະສິກອນເຊິ່ງເຮັດໜ້າທີ່ປະສົມເກ ສອນ ແລະ ຜະລິດນ້ຳເຜິ້ງ. ແມງເຕົ້າທອງກໍາຈັດແມງໄມ້ອື່ນໆທີ່ມາທຳລາຍພືດທັນຍາຫານຕ່າງໆ. ອັນທີ່ຈົງແລ້ວແມ່ນມີແມງໄມ້ທີ່ເປັນປະໂຫຍດຫຼາຍກວ່າແມງໄມ້ທີ່ເປັນສັດຕູພືດ. ແຕ່ວ່າຢາຂ້າສັດຕູພືດແມ່ນກໍາຈັດທັງແມງໄມ້ດີ ແລະ ແມງໄມ້ທີ່ບໍ່ດີ.

ຍົກຕົວຢ່າງເຊັ່ນ: ເມື່ອສິດຢາເພື່ອຂ້າເພັຍຕາມໂຮ່ນາຮິ້ວສວນ, ນອກຈາກເພັຍ ແລ້ວ ສານພິດນັ້ນກໍ່ຍັງກໍາຈັດແມງມຸມ ແລະ ແມງເຕົ້າທອງທີ່ກິນເພັຍເປັນອາຫານນຳ. ເມື່ອປາດສະຈາກແມງມຸມ ແລະ ແມງເຕົ້າທອງທີ່ເຮັດໜ້າທີ່ຄວບຄຸມເພັຍແລ້ວ ເພັຍກໍ່ຈະກັບມາເກີດຫຼາຍກວ່າເດີມ.



ແມງໄມ້ທີ່ລອດຊີວິດໄດ້ອອກແມ່ແຕ່ລູກທີ່ມີຄວາມສາມາດຕ້ານທານຢາຂ້າສັດຕູພືດໄດ້ຫຼາຍຂຶ້ນ.



ໃນບໍ່ຊ້າບັນດາສັດຕູພືດຊະນິດຕ່າງໆກໍ່ສາມາດຕ້ານທານກັບຢາຂ້າສັດຕູພືດໄດ້, ແລະ ຢາຂ້າສັດຕູພືດກໍ່ເຮັດໜ້າທີ່ພວກມັນບໍ່ໄດ້ອີກຕໍ່ໄປ.

ສຶກສາໃຫ້ທຸກຄົນເຂົ້າໃຈເຖິງຜົນຮ້າຍຂອງການໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພືດ

ຖ້າຫາກທຸກໆຄົນຢຸດເຊົາການນຳໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພືດໃນອະນາຄົດອັນໃກ້ໆນີ້, ພວກເຮົາກໍ່ຈະສາມາດຢຸດຕິການແຜ່ລະບາດຂອງສານພິດຈາກຢາຂ້າສັດຕູພືດ ແລະ ພວກເຮົາກໍ່ຈະສາມາດຟື້ນຟູຜົນດິນ, ອາກາດ ແລະ ນ້ຳຂອງພວກເຮົາ ໃຫ້ກັບມາຢູ່ໃນສະພາບທີ່ດີຄືເກົ່າ. ການສຶກສາຕົນເອງ ແລະ ທຸກຄົນໃນຊຸມຊົນໃຫ້ເຂົ້າໃຈເຖິງຜົນຮ້າຍທີ່ມາຈາກການໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພືດ ແລະ ການຊອກຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບວິທີການປູກພືດທັນຍາຫານໂດຍບໍ່ໃຊ້ສານເຄມີ ແມ່ນຈະເປັນການຊ່ວຍໃຫ້ການຟື້ນຟູນັ້ນເກີດຂຶ້ນໄດ້. ບາດກ້າວທຳອິດກໍ່ອາດຈະແມ່ນການຊັກຊວນເຕົ້າໂຮມປະຊາຊົນໃນບ້ານຂອງທ່ານເອງ, ໃນເມືອງ, ຫຼື ປະຊາຊົນທີ່ຢູ່ຕາມບ້ານໃກ້ຄຽງມາໂອ້ລົມແລກປ່ຽນປະສົບການກ່ຽວກັບຢາຂ້າສັດຕູພືດ.

ເມື່ອປະຊາຊົນໄດ້ມາເຕົ້າໂຮມກັນແລ້ວ, ກໍ່ໃຫ້ພິຈາລະນານຳກັນວ່າ ອັນໃດທີ່ເປັນສິ່ງສຳຄັນທີ່ສຸດສຳລັບຊຸມຊົນ ຫຼື ບ້ານຂອງຕົນເອງ: ສຸຂະພາບຂອງຜູ້ຄົນທີ່ສຳຄັນທີ່ສຸດ? ມັນແມ່ນນ້ຳເປື້ອນຈາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດທີ່ເປັນບັນຫາສຳຄັນ? ຄຳໃຊ້ຈ່າຍໃນການຊື້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດທີ່ສຳຄັນ? ຫຼັງຈາກທີ່ເຂົາໃຈບັນດາບັນຫາທີ່ເກີດຂຶ້ນນັ້ນ, ຂັ້ນຕອນຕໍ່ໄປກໍ່ຈະແມ່ນການຕັ້ງເປົ້າໝາຍ. ບາງທີປະຊາຊົນອາດຢາກຈະຈັດໃຫ້ມີການຝຶກອົບຮົມກ່ຽວກັບຄວາມປອດໄພໃນການໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດ, ຫຼື ຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບການປູກຝັງໂດຍບໍ່ໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດ.



ຊາວໂຮ່ນາຮວມຕົວກັນຕໍ່ສູ້ເພື່ອຄວາມເປັນອິດສະຫຼະພາບຈາກນາຍທຶນ

ກຸ່ມຊາວໂຮ່ນາໃນປະເທດບັງກະລາເດັດໄດ້ເລີ່ມຮວມຕົວມາໂອ້ລົມກັນກ່ຽວກັບຢາຂ້າສັດຕູພຶດທີ່ພວກເຂົາເຈົ້າໃຊ້ ແລະ ຜູ້ທີ່ພວກເຂົາໄປຊື້ນຳ. ເຊິ່ງຈຸດປະສົງຂອງການໂອ້ລົມກັນນັ້ນແມ່ນເພື່ອການນຳໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດຢ່າງປອດໄພ ແລະ ກໍ່ເພື່ອປະຢັດເງິນໄວ້ໃຊ້ໃນການເຮັດການປູກຝັງໃນໂຮ່ນາຮົ່ວສວນຂອງເຂົາເຈົ້າ.

ຈາກນັ້ນພວກເຂົາກໍ່ໄດ້ຮູ້ວ່າທະນາຄານທ້ອງຖິ່ນທີ່ປ່ອຍເງິນກູ້ເພື່ອການກະເສດແກ່ພວກເຂົານັ້ນ ແມ່ນມີການພົວພັນເຮັດທຸລະກິດຮ່ວມກັນກັບ ບໍລິສັດທຸລະກິດການກະເສດມົນຊັນໂຕ. ທະນາຄານ ແລະ ບໍລິສັດດັ່ງກ່າວໄດ້ເຮັດສັນຍາຮ່ວມກັນໃຫ້ປ່ອຍເງິນກູ້ແກ່ຊາວກະສິກອນຜູ້ທີ່ຢືມເງິນໄປຊື້ຜະລິດຕະພັນຂອງບໍລິສັດມົນຊັນໂຕເທົ່ານັ້ນ. ນີ້ມັນເປັນການບັງຄັບຊາວກະສິກອນໃຫ້ໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດ ແລະ ແນວພັນຈາກບໍລິສັດມົນຊັນໂຕເທົ່ານັ້ນ ແລະ ມັນຍັງບໍ່ປ່ອຍເງິນກູ້ໃຫ້ຊາວກະສິກອນກູ້ຢືມໄປຊື້ສິ່ງອື່ນໆ ເຊັ່ນ: ສັດລ້ຽງ ຫຼື ແນວພືດປອດສານພິດເປັນຕົ້ນ.

ເມື່ອຊາວກະສິກອນຮູ້ເຖິງຄວາມສຳພັນທາງທຸລະກິດລະຫວ່າງທະນາຄານ ແລະ ບໍລິສັດມົນຊັນໂຕດັ່ງກ່າວ, ພວກເຂົາກໍ່ຈັດຕັ້ງກຸ່ມຂຶ້ນມາ ແລະ ກໍ່ໄດ້ບອກຄວາມເປັນຈິງຕໍ່ຊາວນາຄົນອື່ນໆ.

ບັນດາຊາວກະສິກອນໄດ້ຈັດຕັ້ງກັນມາປະທ້ວງຢູ່ຕໍ່ໜ້າທະນາຄານ ພ້ອມກັບປະຕິເສດບໍ່ຮັບເງິນກູ້ຢືມໃໝ່ຈາກທາງທະນາຄານອີກ. ຫຼັງຈາກມີການປະທ້ວງຫຼາຍໆຄັ້ງ, ທາງທະນາຄານກໍ່ຍຸດເຮັດທຸລະກິດກັບບໍລິສັດມົນຊັນໂຕ.

ກິດຈະກຳແຕ້ມຮູບທາທາງແກ້ໄຂບັນຫາຂອງຢາຂ້າສັດຕູພືດ

ເວລາ: 2 ຫາ 3 ຊົ່ວໂມງ

ອຸປະກອນ: ເຈ້ຍແຕ້ມຮູບ, ບິກສີ ຫຼື ສີ່ສີ, ເຂັມມຸດທົວແປໃຫຍ່ສຳລັບປັກເຈ້ຍຕິດໃສ່ກະດານຂາວ

ຖ້າປະຊາຊົນຕ່າງກໍ່ຮູ້ວ່າຢາຂ້າສັດຕູພືດນັ້ນມີພິດໄພ, ກິດຈະກຳນີ້ຈະຊ່ວຍໃຫ້ເຂົາເຈົ້າຄິດທາງທາງອອກໃຫ້ກັບບັນຫາທີ່ເກີດມາຈາກຢາຂ້າສັດຕູພືດໄດ້. ມັນຈະເປັນການດີຖ້າທາກມີຜູ້ໃດຜູ້ໜຶ່ງເປັນຜູ້ນຳພາເຮັດກິດຈະກຳດັ່ງກ່າວ.

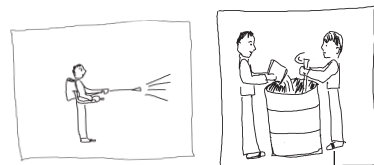
1 ໃຫ້ສົນທະນາກັນເຖິງບັນຫາຂອງຢາຂ້າສັດຕູພືດ

ສົນທະນາກັນເຖິງວິທີທາງທົ່ວໆໄປທີ່ຜູ້ຄົນໃນຊຸມຊົນຫຼືບ້ານມັກໄດ້ຮັບພິດຈາກຢາຂ້າສັດຕູພືດຊະນິດຕ່າງໆ.



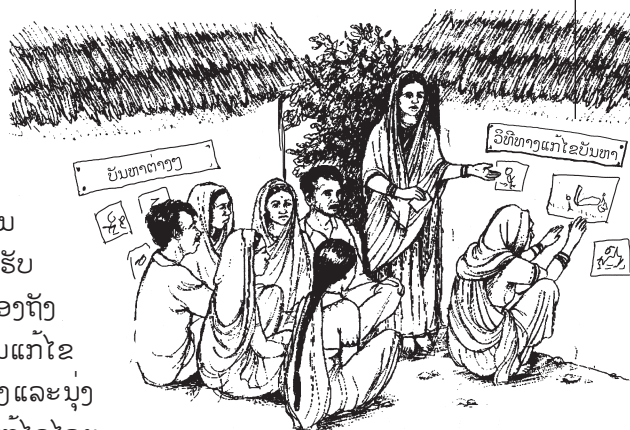
2 ແຕ້ມຮູບບັນຫາຕ່າງໆຂອງຢາຂ້າສັດຕູພືດ

ໃຫ້ແຕ່ລະຄົນໃນກຸ່ມແຕ້ມວິທີທາງໜຶ່ງທີ່ຜູ້ຄົນໄດ້ຮັບພິດຂອງຢາຂ້າສັດຕູພືດ. ຈາກນັ້ນກໍ່ໃຫ້ເອົາຮູບທີ່ແຕ້ມແລ້ວນັ້ນໄປຕິດໃສ່ຝາ, ແລ້ວໃຫ້ທຸກຄົນໃນກຸ່ມເບິ່ງ ແລະ ຕັດສິນໃຈເອົາຈັກ 3 ຫາ 5 ບັນຫາທີ່ມັກພົບເຫັນທົ່ວໆໄປຫຼາຍທີ່ສຸດ. ຈາກນັ້ນ ກໍ່ໃຫ້ທຸກຄົນໃນກຸ່ມລົມກັນວ່າແມ່ນຫຍັງທີ່ເປັນສາເຫດຂອງບັນຫາດັ່ງກ່າວ? ແມ່ນຫຍັງທີ່ມັກເຮັດໃຫ້ຄົນໄດ້ຮັບພິດຈາກຢາຂ້າສັດຕູພືດເລື້ອຍໆ? ຍ້ອນສາເຫດອັນໃດມັນຈຶ່ງປ້ອງກັນໄດ້ຍາກ?



3 ແຕ້ມວິທີທາງແກ້ໄຂ

ໃຫ້ສະມາຊິກໃນກຸ່ມປຶກສາຫາລືກັນເຖິງວິທີທາງອອກທີ່ເປັນໄປໄດ້ພ້ອມໃຫ້ແຕ້ມຮູບແນວຄວາມຄິດນັ້ນພ້ອມ. ຍົກຕົວຢ່າງ ເຊັ່ນ: ຖ້າບັນຫາທີ່ເກີດຂຶ້ນແມ່ນມາຈາກການໄດ້ຮັບພິດຢາຂ້າສັດຕູພືດຈາກການຮົ່ວຂອງຖັງຢາທີ່ເປົ່ວທາງຫຼັງ, ສຳລັບວິທີການແກ້ໄຂໄລຍະສັ້ນກໍ່ລວມມີການສ້ອມແປງຖັງແລະນຸ່ງເຄື່ອງປ້ອງກັນ. ສຳລັບວິທີທາງແກ້ໄຂໄລຍະຍາວ ກໍ່ອາດຈະລວມມີການຊື້ອຸປະກອນສິດຢາໃໝ່ ຫຼື ປ່ຽນມາເປັນການປູກຝັງແບບຊີວະພາບ (ບໍ່ໃຊ້ສານເຄມີ). ເຊິ່ງວ່າກຸ່ມໜຶ່ງອາດຈະແຕ້ມທາງອອກອັນດຽວຫຼື ແຕ້ມທາງອອກທັງໝົດກໍ່ໄດ້. ຕາມປົກກະຕິແລ້ວ ທາງອອກໜຶ່ງສາມາດແກ້ໄຂບັນຫາໄດ້ຫຼາຍອັນ. ຫຼັງຈາກແຕ້ມວິທີທາງອອກແລ້ວໆ ໃຫ້ເອົາໄປຕິດໄວ້ອີກຝາໜຶ່ງຕ່າງທາກ.



4 ສິນທະນາກັນກຽວກັບວິທີທາງແກ້ໄຂບັນຫາ

ໃຫ້ສິນທະນາກັນກຽວກັບວິທີທາງແກ້ໄຂບັນຫາໃນແບບຕ່າງໆທີ່ແຕ່ລະຄົນໄດ້ແຕ້ມໄວ້. ວິທີທາງແກ້ບັນຫາໃດທີ່ຈະເຮັດສຳເລັດໄດ້ໄວ? ວິທີທາງແກ້ບັນຫາໃດທີ່ຈະໃຊ້ເວລາດົນກວ່າ? ຈາກນັ້ນກໍ່ອາດຈະໃຫ້ມີການຈັດລຽງຮູບແຕ້ມວິທີທາງແກ້ໄຂບັນຫານັ້ນຄືນໃໝ່ ໂດຍເອົາວິທີທາງທີ່ໃຊ້ໄດ້ຜົນໃນໄລຍະສັ້ນໄວ້ທາງເທິງ ແລ້ວຈາກນັ້ນ ກໍ່ໃຫ້ທຸກຄົນໃນກຸ່ມລົມກັນເບິ່ງວ່າຈະເຮັດໃຫ້ວິທີທາງແກ້ໄຂບັນຫາດັ່ງກ່າວສຳເລັດໄດ້ແນວໃດ ແລະ ຈາກນັ້ນ ກໍ່ໃຫ້ລົມກັນເຖິງວິທີທາງແກ້ໄຂບັນຫາໃນໄລຍະຍາວນຳເຊັ່ນກັນ. ໃຫ້ທຸກຄົນໃນກຸ່ມປຶກສາຫາລືກັນວ່າກຸ່ມຕົນເອງເດຈະເຮັດແນວໃດເພື່ອໃຫ້ທາງອອກດັ່ງກ່າວນັ້ນປະກົດຜົນເປັນຈິງໄດ້.

ວິທີອ່ານ ແລະ ເຂົ້າໃຈສະຫຼາກຂ້າງຂວດຢາ (ເອກະສານກຳກັບຢາ)

ພາກສ່ວນໜຶ່ງທີ່ສຳຄັນໃນການໃຫ້ການສຶກສາຜູ້ຄົນໃຫ້ເຂົ້າໃຈໃນເລື່ອງການໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດຢ່າງປອດໄພກໍ່ຄືການຊ່ວຍໃຫ້ຜູ້ຄົນເຂົ້າໃຈສະຫຼາກ ຫຼື ເອກະສານກຳກັບການໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພຶດ. ຊາວກະສິກອນ ຫຼື ຜູ້ອອກແຮງງານຕາມຟາມປູກຝັງລ້ຽງສັດຕ່າງໆ ແມ່ນມີສິດທີ່ຈະໄດ້ຮູ້ວ່າ ແມ່ນສານເຄມີຊະນິດໃດທີ່ພວກເຂົາເຈົ້າກຳລັງໃຊ້ຢູ່, ອັນຕະລາຍຂອງມັນມີຫຍັງແດ່ ແລະ ຄວນຈະມີການປ້ອງກັນແບບໃດ. ຢູ່ຕາມພາຊະນະບັນຈຸຢາຂ້າສັດຕູພຶດຕ່າງໆຄວນຕ້ອງມີສະຫຼາກ ຫຼື ເອກະສານກຳກັບການໃຊ້ຢາຕິດຢູ່ນຳ ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ທີ່ຈະໃຊ້ນັ້ນຮູ້ຈັກວິທີໃຊ້ຢ່າງຖືກຕ້ອງ ແລະ ປອດໄພ. ສະຫຼາກ ຫຼື ເອກະສານກຳກັບການໃຊ້ຢາຈະບອກໃຫ້ເຮົາຮູ້ວ່າແມ່ນສານພິດຊະນິດໃດທີ່ກຳລັງໃຊ້ຢູ່, ປະລິມານຢາທີ່ຕ້ອງໃຊ້ ແລະ ວິທີປະສົມ, ວິທີການຮັກສາກໍລະນີໄດ້ຮັບພິດຂອງມັນເຂົ້າສູ່ຮ່າງກາຍ ແລະ ຫຼັງຈາກໃຊ້ຢາແລ້ວຕ້ອງລໍຖ້າເປັນໄລຍະເວລາເທົ່າໃດຈຶ່ງປອດໄພ ແລະ ສາມາດເຂົ້າໄປໃນຟາມນັ້ນໄດ້.

ສະຫຼາກຢາຂ້າສັດຕູພຶດຫຼາຍຊະນິດແມ່ນອ່ານຍາກ. ພາສາທີ່ໃຊ້ຂຽນສະຫຼາກນັ້ນແມ່ນໃຊ້ພາສາທີ່ຍາກຕໍ່ການເຂົ້າໃຈ. ສະຫຼາກ ຫຼື ເອກະສານກຳກັບການໃຊ້ຢານັ້ນແມ່ນບໍ່ໄດ້ພິມເປັນພາສາທີ່ງ່າຍດາຂອງຊາວກະສິກຳ. ເນື່ອງຈາກວ່າບັນດາຜູ້ອອກແຮງງານໃນຟາມຕ່າງໆສ່ວນຫຼວງຫຼາຍແມ່ນບໍ່ຮູ້ຊື່ວ່າຕົນເອງກຳລັງໃຊ້ຢາຊະນິດໃດຢູ່, ສະນັ້ນໃນກໍລະນີນີ້ສະຫຼາກ ຫຼື ເອກະສານກຳກັບການໃຊ້ຢາຈຶ່ງບໍ່ໄດ້ຊ່ວຍຫຍັງຫຼາຍໃນການເຮັດໃຫ້ພວກເຂົາເຈົ້າເຂົ້າໃຈໃນການໃຊ້ຢາຢ່າງປອດໄພ.

ອັນນີ້ແມ່ນແບບຢ່າງຂອງສະຫຼາກ ຫຼື ເອກະສານ ກຳກັບຢາ. ຊຶ່ງສະຫຼາກ ຫຼື ເອກະສານກຳກັບຢາ ຂອງຢາຊະນິດອື່ນກໍອາດຈະມີໜ້າຕາທີ່ແຕກຕ່າງ ກັນ ແຕ່ພວກມັນຄວນມີຂໍ້ມູນຊະນິດດຽວກັນ. ຈຶ່ງ ໃຫ້ຄຳນຶງຢູ່ສະເໝີວ່າ ເຖິງແມ່ນວ່າທ່ານຈະປະຕິບັດ ຕາມຄຳແນະນຳທຸກຢ່າງ ແຕ່ຢາຂ້າສັດຕູພືດກໍຍັງສາ ມາດເປັນອັນຕະລາຍຕໍ່ທ່ານ ແລະ ສະພາບແວດ ລອມ.

ສານອອກລິດ (active ingredients) ເປັນ ສານເຄມີທີ່ອອກລິດກຳຈັດສັດຕູພືດຕ່າງໆ.

ພາກສ່ວນນີ້ຈະສະແດງໃຫ້ເຫັນວ່າຢາຂ້າສັດຕູພືດນັ້ນມີ ພິດສຳໄດ. ຄຳສັບທີ່ມັກພົບຢູ່ພາກສ່ວນນີ້ລວມມີ:

ຢາອັນຕະລາຍ (DANGER), ຢາມີພິດ  (POISON) ນີ້ໝາຍເຖິງວ່າ ຢາດັ່ງກ່າວນັ້ນມີ ພິດຮ້າຍແຮງທີ່ສຸດ. ຮູບນີ້ (ຮູບ) ທີ່ຢູ່ໃກ້ກັບ ຄຳເຕືອນ, ຢາມີພິດ ຫຼື ຢາອັນຕະລາຍ, ໝາຍຄວາມວ່າ ເຖິງຈະປະລິມານໜ້ອຍກໍຮ້າຍແຮງເຖິງຊີວິດໄດ້.

ຄຳເຕືອນ (WARNING) ມີພິດແຮງຫຼາຍ.

ລະວັງ (CAUTION) ເປັນຢາຂ້າສັດຕູພືດທີ່ເປັນພິດ ໜ້ອຍທີ່ສຸດ, ແຕ່ພວກມັນກໍສາມາດເຮັດໃຫ້ເກີດບັນຫາ ສຸຂະພາບທີ່ຮຸນແຮງໄດ້ເຊັ່ນກັນ!

ພາກສ່ວນນີ້ຈະບອກໃຫ້ຮູ້ວ່າຈະຕ້ອງໄດ້ມີການ ກະກຽມການປ້ອງກັນແນວໃດແດ່ເມື່ອໃຊ້ຢາຂ້າ ສັດຕູພືດຊະນິດນີ້.

ພາກສ່ວນນີ້ຈະບອກສິ່ງທີ່ຕ້ອງເຮັດໃນກໍລະ ນີ້ໄດ້ຮັບພິດເຂົ້າສູ່ຮ່າງກາຍ. ມັນເປັນພາກ ສ່ວນທີ່ສຳຄັນ ເພາະວ່າມັນຈະບອກໃຫ້ຮູ້ວ່າ ຄວນຈະເຮັດໃຫ້ຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບພິດນັ້ນຮາກອອກ ຫຼື ບໍ່.

NO PEST

ບໍລິສັດ ABC ChemCorp
ຢາຂ້າແມງໂມ

ເລກທະບຽນ: M7485

ສານອອກລິດ:

ເດລທາຕຽນ(deltathion) (1,2 ໂຟສໂຟ-(5)-4 ໂຄໂຣເມຕານ (chloromethane))	50%
ສານປະສົມທີ່ບໍ່ອອກລິດ	50%
ລວມ	100%

ເກັບຢາໄວ້ໃຫ້ໝັ້ນມີເດັກນ້ອຍ

ຢາອັນຕະລາຍ  ຢາພິດ
PELIGRO

ຄຳເຕືອນໃນການໃຊ້ຢາ

ເມື່ອໃຊ້ຢາໃຫ້ນຸ່ງເສື້ອແຂນຍາວ ແລະ ໂສ້ງຂາຍາວປົກຫຸ້ມຮ່າງກາຍ ໃຫ້ມີດຊິດ, ໂສແວນປ້ອງກັນຕາ ແລະ ໂສຖົງມືຢ່າງ. ກ່ອນກິນອາຫານ ຫຼື ສູບຢາແມ່ນໃຫ້ລ້າງໜ້າ ແລະ ມືໃຫ້ສະອາດກ່ອນ. ຫຼັງເລີກວຽກແລ້ວ ໃຫ້ອາບນ້ຳຊຳລະຮ່າງກາຍທັງໝົດ ພ້ອມທັງສະຫຼຸດດວຍສະບູ ແລະ ນ້ຳສະອາດ. ແຕ່ລະມື້ໃຫ້ປຸງເຄື່ອງນຸ່ງສະເໝີ. ໃຫ້ຊີກເຄື່ອງນຸ່ງທີ່ເປັນ ຢາຂ້າສັດຕູພືດໃຫ້ສະອາດກ່ອນຈະໃຊ້ອີກ.

ຄຳແນະນຳໃນການປິ່ນປົວໃນກໍລະນີພິດເຂົ້າສູ່ຮ່າງກາຍ ເປັນອັນຕະລາຍຕໍ່ທັງຄົນ ແລະ ສັດລ້ຽງ

ຖ້າກິນຢາລົງໄປ: ບໍ່ໃຫ້ເຮັດໃຫ້ຄົນເຈັບຮາກ ເພາະຢາມີສ່ວນປະສົມ ຂອງນ້ຳມັນ. ໃຫ້ໂທຫາທ່ານໝໍ ຫຼື ສູນຄວບຄຸມພິດທັນທີ. ຖ້າຢາເຂົ້າ ຕາ: ໃຊ້ນ້ຳລ້າງຕາໂດຍໃຫ້ນ້ຳໄຫຼຜ່ານເປັນເວລາ 15 ນາທີ. ແລ້ວໃຫ້ ໄປຫາໝໍ. ຖ້າຢາຖືກຜິວໜັງ: ໃຫ້ລ້າງດ້ວຍນ້ຳ ແລະ ສະບູຫຼາຍໆ. ໃຫ້ໄປ ຫາແພດຖ້າຍັງມີອາການລະຄາຍເຄື່ອງຢູ່. ຖ້າຫາຍໃຈເອົາຢາເຂົ້າໄປ: ໃຫ້ອອກໄປຫາບ່ອນທີ່ມີອາກາດສົດທັນທີ. ແລ້ວໃຫ້ໄປຫາໝໍ.

ນີ້ແມ່ນໝາຍຄວາມວ່າມີພຽງແຕ່ຜູ້ທີ່ໄດ້ຜ່ານການຝຶກອົບ
ຮົມແລ້ວເທົ່ານັ້ນຈຶ່ງຄວນຊື້ ຫຼື ໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພືດດັ່ງກ່າວ.
ແຕ່ໃນຕົວຈິງແລ້ວທາງຮ້ານຂາຍເຄື່ອງກະສິກຳແມ່ນຈະ
ຂາຍໃຫ້ແກ່ທຸກຄົນທີ່ມາຊື້.

ເປັນຫຍັງສະຫຼາກກຳກັບຢາຂ້າ
ສັດຕູຈຶ່ງເຂົ້າໃຈຍາກແທ້ໆ?

ເຈົ້າກໍ່ຈະຊື້ຢານີ້ມາໃຊ້
ບໍ່ຖາສະຫຼາກກຳກັບຢາ
ຂຽນວ່າ: “ຢານີ້ເປັນພິດ!
ໃຊ້ຜິດແມ່ນຈະມີຜົນ
ເຖິງຕາຍໄດ້!”



ຢາຂ້າສັດຕູພືດທີ່ຈຳກັດການນຳໃຊ້

ຂາຍຍ່ອຍໃຫ້ ແລະ ນຳໃຊ້ໄດ້ສຳລັບຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບການຮັບຮອງ ຫຼື ໃຫ້ການຊີ້ນຳ
ຂອງຜູ້ທີ່ຖືກຮັບຮອງແລ້ວເທົ່ານັ້ນ, ແລະ ກໍ່ໃຊ້ສະເພາະຕາມທີ່ໄດ້ລະບຸໄວ້ໃນ
ໃບຮັບຮອງເທົ່ານັ້ນ.

ໝາຍເຫດສຳລັບແພດ:

“No Pest” ເປັນຢາຢັບຢັ້ງເອີ້ນໄຊໂຄລິເນັດເຕີເຣ (cholinesterase). ໃຫ້
ທຳການປິ່ນປົວຕາມອາການ. ຖ້າຖືກພິດຢາ, ໃຫ້ກວດເລືອດ cholinesterase
ເບິ່ງ plasma ແລະ ເຊລູນີດເລືອດແດງ ຊຶ່ງມັນອາດຈະສາມາດບອກໄດ້ວ່າໄດ້
ຢັບພິດ ຫຼື ບໍ່. ຢາທີ່ມັກໃຊ້ໃນການແກ້ພິດແມ່ນມີແຕ່ຢາອາໂຕຣ໌ປິນ (atropine)
ເທົ່ານັ້ນ ໂດຍໃຊ້ສັກ.

ເປັນໄພຕໍ່ສິ່ງແວດລ້ອມ

ຢານີ້ແມ່ນເປັນພິດຮ້າຍແຮງຕໍ່ປາ ແລະ ສັດປ່າ. ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ໃຊ້ໃນນ້ຳໂດຍກົງ ຫຼື
ພື້ນທີ່ງ່າງກຸ່ມຕະຫຼອດ (ໜອງ, ບຶງ ແລະ ນ້ຳສາງ). ບໍ່ໃຫ້ເຮັດໃຫ້ນ້ຳປົນເປື້ອນ
ຈາກການອະນາໄມອຸປະກອນ ຫຼື ການກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອຂອງຢາຂ້າສັດຕູພືດ.

ຄຳເຕືອນກ່ອນເຂົ້າໄປໃນພື້ນທີ່ຫຼັງໃຊ້ຢາ

ຫ້າມເຂົ້າ ຫຼື ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ກຳມະກອນເຂົ້າໄປໃນພື້ນທີ່ທີ່ໃຊ້ຢາໃນໄລຍະເວ
ລາ 12 ຊົ່ວໂມງຫຼັງໃຊ້ຢາ. ຈຶ່ງເຕືອນກຳມະກອນທຸກຄົນທີ່ຄາດວ່າຈະເຂົ້າໄປໃນ
ພື້ນທີ່ໃຊ້ຢາ ບໍ່ວ່າຈະເປັນທາງລາຍລັກອັກສອນ ຫຼື ປາກເປົ່າ.

ຄຳສັ່ງແນະນຳໃນການໃຊ້ຢາ

ຈຶ່ງນຳໃຊ້ຢາຂ້າສັດຕູພືດ “No Pest” ຕາມປະລິມານທີ່ລະບຸໄວ້ຕາມແຕ່ລະຊະ
ນິດຂອງທັນຍາພືດທີ່ຈະໃຊ້ ດັ່ງທີ່ລະບຸໄວ້ໃນຕາຕະລາງ. ຕື່ມນ້ຳ 1/2 ຂອງປະລິ
ມານທີ່ລະບຸໄວ້ໃນຕາຕະລາງໃສ່ຖັງສີດຢາ ແລ້ວເລີ່ມຄືນ. ຕື່ມນ້ຳຢາ “No
Pest” ລົງໄປໃນຕາມປະລິມານທີ່ກຳນົດໄວ້, ຈາກນັ້ນກໍ່ຕື່ມນ້ຳສ່ວນທີ່ເຫຼືອໃສ່ຖັງ
ໄປອີກ ແລະ ສືບຕໍ່ຄືນໄປຈົນກວ່າພວກມັນຈະເຂົ້າກັນດີ.

ການເກັບມ້ຽນ ແລະ ການກຳຈັດ

ໃຫ້ເກັບໄວ້ໃນພາຊະນະບັນຈຸຂອງມັນເອງເທົ່ານັ້ນ. ໃຫ້ອັດປາກມັນໃຫ້ແໜ້ນ ແລະ
ຕັ້ງໄວ້. ໃຫ້ເກັບໄວ້ໃນບ່ອນທີ່ອາກາດລ່ວງດີ ບໍ່ຮອນເກີນໄປ. ໃນກໍລະນີມັນຂວ້າ
ຫຼື ຮົ່ວ ແມ່ນໃຫ້ເອົາຂີ້ເລື້ອຍ, ຊາຍ, ຂີ້ດິນ ແລະ ອື່ນໆມາປົກເພື່ອໃຫ້ມັນດູດ
ຊັບເອົາຢານັ້ນ ແລະ ກຳຈັດຖິ້ມກັບກາກສານພິດເຄມີອື່ນໆ.

ສຳລັບການກຳຈັດພາຊະນະບັນຈຸ, ໃຫ້ລ້າງພາຊະນະບັນຈຸນັ້ນໃຫ້ສະ
ອາດ ສາມຄັ້ງ ແລະ ເອົາຮິນເຊທ (rinsate) ໃສ່ເຂົ້າໄປໃນ ຖັງສີດຢາ,
ຈາກນັ້ນ ກໍ່ໃຫ້ເຈາະຖັງນັ້ນ ແລະ ນຳໄປຖິ້ມໃຫ້ຖືກຕາມຫຼັກການຂອງ
ອຳນາດການປົກຄອງທ້ອງຖິ່ນ.

ຂໍ້ມູນສຳລັບແພດ ກ່ຽວກັບອາການຂອງການ
ໄດ້ຮັບພິດຂອງຢາ ແລະ ວິທີການຮັກສາ. ນີ້
ເປັນເຫດຜົນທີ່ຕ້ອງໄດ້ຖືສະຫຼາກກຳກັບຢາ
ຂ້າສັດຕູພືດໄປນຳສະເໝີເມື່ອໄປພົບແພດ.

ຖ້າຫາກໃນສະຫຼາກກຳກັບຢາລະບຸເຖິງຢາ
ອາໂຕຣ໌ປິນ (atropine), ນີ້ເປັນສິ່ງທີ່ບໍ່
ບອກອີກຢ່າງວ່າຢາຂ້າສັດຕູພືດນັ້ນເປັນພິດ
ທີ່ອັນຕະລາຍຫຼາຍ.

ໄລຍະເວລາຫ້າມເຂົ້າຫຼັງໃຊ້ຢາ ແມ່ນໝາຍ
ເຖິງຊ່ວງເວລາຫຼັງໃຊ້ຢາທີ່ລະບຸໄວ້ນັ້ນ
ຜ່ານກາຍໄປກ່ອນໆທີ່ຄົນຈະເຂົ້າໄປໃນ
ພື້ນທີ່ນັ້ນໄດ້ຢ່າງປອດໄພ. ຊຶ່ງໄລຍະເວລາ
ດັ່ງກ່າວປົກກະຕິແລ້ວແມ່ນຈະຢູ່ລະຫວ່າງ
4 ຊົ່ວໂມງ ຫາ 3 ມື້.

ວິທີປະສົມຢາ, ຂົນຍ້າຍຢາ, ການສີດຢາ,
ເກັບມ້ຽນ ແລະ ການກຳຈັດຢາຂ້າສັດຕູພືດ.

ລະຫັດສີ:

ໃນຫຼາຍປະເທດ, ພາຊະນະ
ບັນຈຸຢາຂ້າສັດຕູພືດແມ່ນ
ມີຫຼາຍສີທີ່ແຕກຕ່າງກັນ.



ສີນັ້ນແມ່ນໝາຍເຖິງລະ
ດັບຄວາມ ເປັນພິດຂອງຢາວ່າ
ມີຫຼາຍພຽງໃດ. ສີທີ່ໃຊ້ນັ້ນກໍ່ມີ
ຄວາມໝາຍທີ່ແຕກຕ່າງກັນໄປຕາມ
ແຕ່ລະພາກສ່ວນຂອງໂລກ. ຈຶ່ງຊອກ
ຮູ້ວ່າໃນປະເທດຂອງທ່ານສີທີ່ໃຊ້ນັ້ນມີ
ລະຫັດ ຫຼື ຄວາມໝາຍຄືແນວໃດ.