



รู้รับ ปรับตัว ลดเสี่ยงอุทกภัย



กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย กระทรวงมหาดไทย
Department of Disaster Prevention and Mitigation



ຮູ້ຮັບ ປຣັບຕົວ ສາດເສີຍບອຸທຸກກັຍ



สาเหตุการเกิดอุทกภัย

อุทกภัย เป็นเหตุการณ์ที่มีน้ำท่วมพื้นดินสูงกว่าระดับปกติ ซึ่งมีสาเหตุจากปริมาณน้ำฝนมาก และจากการปิดกั้นการไหลของน้ำตามธรรมชาติ แบ่งเป็น 2 ลักษณะ คือ





น้ำท่วมขัง/น้ำล้นตลิ่ง

เนื่องจากมีสิ่งกีดขวางทางน้ำ มักเกิดขึ้นในบริเวณที่ราบลุ่มริมแม่น้ำ และบริเวณชุมชนเมืองที่ระบบระบายน้ำขาดประสิทธิภาพ จะมีลักษณะค่อยเป็นค่อยไปซึ่งเกิดจากฝนตกหนักติดต่อกันเป็นเวลาหลายวัน





น้ำท่วมฉับพลัน

เกิดขึ้นหลังจากฝนตกหนัก ในบริเวณพื้นที่ที่มีความชันมาก และที่ราบระหว่างหุบเขา หรือเกิดจากสาเหตุอื่นๆ เช่น เขื่อนหรืออ่างเก็บน้ำพังทลาย มวลน้ำจะมีความรุนแรง และเคลื่อนที่ด้วยความรวดเร็ว โอกาสที่จะป้องกันและหลบหนีจึงมีน้อย



รู้รับ ปรับตัว ลดเสี่ยงอุทกภัย



การปฏิบัติตนและ เตรียมตัวรับมืออุทกภัย

รู้
รู้

หมั่นติดตามสภาพอากาศ



รับฟังการพยากรณ์อากาศ



ติดตามประกาศแจ้งเตือนภัย



25°



20°



19°



15°

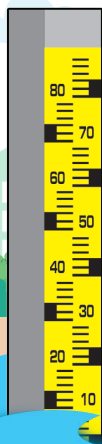


รู้รู้

พร้อมรับมืออุทกภัย



ติดตามปริมาณน้ำในพื้นที่
และระดับน้ำทะเลหนุน



รู้รู้ ปรับตัว ลดเสี่ยงอุทกภัย



ปรับตัว

จัดสภาพแวดล้อมรอบบ้าน



กำจัดขยะมิให้อุดตันท่อระบายน้ำ
เพื่อให้น้ำไหลผ่านได้สะดวก



จัดทำคันแนวกระสอบทราย
กั้นน้ำบริเวณรอบบ้าน



ตรวจสอบ ซ่อมแซมบ้านเรือน
ให้อยู่ในสภาพมั่นคง



ปรับตัว

ขนย้ายสิ่งของเครื่องใช้ ชั้นที่สูง



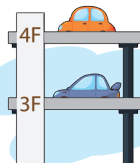
ยกเครื่องใช้ไฟฟ้าให้พ้น
จากระดับน้ำท่วมถึง



ถ่ายรูปทรัพย์สินและเก็บเอกสาร
สำคัญ สิ่งของมีค่าไว้ในสถานที่
ปลอดภัย



นำรถยนต์และยานพาหนะไปจอดไว้
ในสถานที่ซึ่งน้ำท่วมไม่ถึง



อพยพสัตว์เลี้ยงไปอยู่ในสถานที่
ปลอดภัย พร้อมเตรียมสำรองน้ำ
และอาหารสัตว์ไว้



รู้รับ ปรับตัว ลดเสี่ยงอุทกภัย



ปรับตัว

จัดเตรียมสิ่งของเครื่องใช้ ที่จำเป็น



สำรองอาหารแห้ง น้ำดื่ม
และแก๊สสำหรับหุงต้ม



เตรียมยารักษาโรค ไฟฉาย เทียนไข นกหวีด



จัดเก็บเอกสารสำคัญไว้ในซองกันน้ำ
พร้อมนำติดตัวไปได้ทันทีที่อพยพ



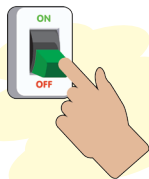
ลดเสียง

ตัดกระแสไฟฟ้าทันที เมื่อน้ำเข้าบ้าน

- ห้ามใช้และสัมผัสเครื่องใช้ไฟฟ้า
ขณะที่ร่างกายเปียก



- ปิดสวิตช์ไฟ สับคัทเอาท์
เพื่อป้องกันกระแสไฟฟ้ารั่วไหล



- ไม่เดินใกล้แนวเสาไฟฟ้า
เพราะหากมีกระแสไฟฟ้ารั่วไหล
อาจทำให้ถูกไฟฟ้าดูดเสียชีวิต



ลดเสียง

อพยพหนีภัยไปตาม เส้นทางที่ปลอดภัย

- ❗ ผู้ป่วย คนชรา ควรตัดสินใจ
ย้ายออกจากพื้นที่โดยเร็ว
หากน้ำท่วมสูงการอพยพ
จะลำบาก



- ❗ ไม่อพยพไปตามเส้นทางที่เป็นทางไหลของน้ำ

- ❗ ห้ามขับรถผ่านน้ำหลากเพราะความแรง
ของกระแสน้ำอาจก่อให้เกิดอันตรายได้



- หากถูกสัตว์มีพิษกัดให้ล้างแผล
ด้วยน้ำต้มสุกและเช็ดด้วย
แอลกอฮอล์รอบแผล



- รับประทานอาหารที่ปรุงสุก สด ใหม่
รวมถึงดื่มน้ำสะอาดที่ผ่านการต้มสุก



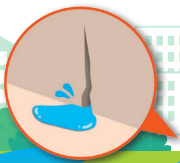
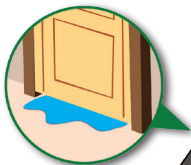
- ไม่ทิ้งขยะลงในน้ำ



จุดพิจารณาบ้าน

ระยะห่างระหว่างขอบล่างประตูและพื้นให้ใช้ถุงทรายวางซ้อนกันเป็นชั้นๆ บรรเทาความรุนแรงได้

ผนังบ้านที่มีรอยแตกร้าว คือช่องทางหนึ่ง ที่น้ำพร้อมจะเข้าสู่ตัวบ้านได้ทันที





ปลั๊กไฟ เป็นช่องว่างเล็กๆ ที่น้ำอาจซึม
เข้ามาได้ ควรหาเทปกาวปิดให้แน่นสนิท



ห้องน้ำ ให้นำถุงทรายอุดบริเวณที่น้ำ
จะเล็ดลอดได้ เช่น ชักโครก อ่างล้างมือ



รู้รับ ปรับตัว ลดเสี่ยงอุทกภัย





น้ำจะพุ่งจากท่อระบายน้ำ ให้สวมด้วยท่อพีวีซี
ขนาดยาวแล้วพอกทับด้วยปูนหรือซิลิโคน
กันน้ำซึม เมื่อน้ำมาจริงจะสูงขึ้นตามระดับน้ำ
ภายนอกบ้านโดยไม่ล้น



วิธีก่อตุ๊กทราย

๑ บุกร่องก่อนวางตุ๊กทรายเพื่อให้ตุ๊กทรายมันคง
ไม่เคลื่อนที่

๒ ปริมาณทรายไม่ควรเติมถุงเพื่อให้ตุ๊กทราย
แต่ละถุงแนบกันสนิท



รู้รับ ปรับตัว ลดเสี่ยงอุทกภัย





3

วางผ้าพลาสติกพื้นใหญ่ใต้กุงทรายชั้นล่างสุด
และวนรอบนอกกุงทราย แล้วเอากุงทราย
ทับชั้นบนสุด



4

จัดวางเป็นแบบพีระมิดและวางสับหว่างกัน
ในแต่ละชั้น





5

ทันปากถุงทรายเข้าด้านในบ้าน



6

เหยียบถุงทรายให้ทับกันแน่นมากที่สุด



รู้รับ ปรับตัว ลดเสี่ยงอุทกภัย



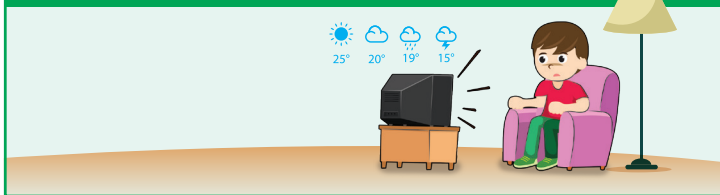
ระดับการเตือนภัยน้ำท่วม

ส่วนราชการและท้องถิ่นจะสื่อสารแจ้งข่าว
นอก ระดับความรุนแรง

แบ่งเป็น 4 ระดับ



การเฝ้าระวังน้ำท่วม : มีความเป็นไปได้ที่จะเกิด
น้ำท่วมและอยู่ในระหว่างสังเกตการณ์



การเตือนภัยน้ำท่วม : การเตือนภัยภาวะน้ำท่วม
ซึ่งจะเกิดขึ้นแน่นอน ขอให้ประชาชนทุกคนเตรียมพร้อมเพื่อ
ป้องกันชีวิตและทรัพย์สินของตนเอง



การเตือนภัยน้ำท่วมรุนแรง :
เกิดน้ำท่วมอย่างรุนแรง



การกลับสู่ภาวะปกติ : เหตุการณ์กลับสู่ภาวะปกติ
หรือเป็นพื้นที่ไม่ได้รับผลกระทบจากภาวะน้ำท่วม



รู้รับ ปรับตัว ลดเสี่ยงอุทกภัย



จัดเตรียมสิ่งของเมื่ออพยพ



ควรเตรียมสิ่งของจำเป็นสำหรับการยังชีพ
และอพยพให้เพียงพอสำหรับการดำเนินชีวิต
ประมาณ 3-7 วัน





ผู้ดูแลผู้ป่วยต้องสำรองอุปกรณ์ต่างๆ
ให้เหมาะสมกับสถานการณ์ ทั้งนี้ต้อง
คำนึงถึงความสะดวกและคล่องตัว



ระหว่งน้ำท่วม

🕒 จงมีสติ อย่าตื่นตระหนก และทำตามแผนรับมือ
น้ำท่วมประจำบ้าน

🕒 ถอดปลั๊กอุปกรณ์ไฟฟ้า และห้ามเข้าใกล้อุปกรณ์ไฟฟ้า
สายไฟ



🕒 เก็บกวาดขยะ: ดูแล่วัตถุแหลมคม และสิ่งของบริเวณ
พื้นบ้าน



🕒 ระวังสัตว์มีพิษที่มาตามน้ำ เช่น งู ตะขาบ





อย่าเดินตามทางน้ำไหล เพราะอาจทำให้เสียหลัก
ล้มลงจนน้ำได้



หากต้องเดินลุยน้ำ ต้องสวมรองเท้าบู๊ท หรือ
ชุดเอี๊ยมกันน้ำ และใช้ไม้จุ่มเพื่อวัดระดับน้ำก่อน
ทุกครั้ง





การขับรถในพื้นที่น้ำท่วม หากเห็นป้ายเตือนน้ำท่วม
ไม่ควรขับรถผ่าน หากน้ำสูงเกิน 50 ซม. อาจทำให้
รถจักรยานยนต์ลอยน้ำได้



รู้รับ ปรับตัว ลดเสี่ยงอุทกภัย





สำหรับรถยนต์ให้ประเมินความสูงของน้ำ
จากรถคันหน้าถ้าพอไปได้ ให้อัตโนมัติ ใช้เกียร์ต่ำ
ขับช้าๆ อย่าเร่งเครื่อง เมื่อขับพ้นน้ำท่วมแล้ว
ค่อยๆ เหยียบเบรคย่ำเบาๆ





กรณีไม่สามารถใช้ห้องสุขาได้ ควรขับถ่าย
ลงในถุงดำ ใส่ปูนขาว หรือน้ำยามาเชื้อโรค
และมัดปากถุงให้แน่น แล้วรวบรวมส่งไปกำจัด
อย่างถูกวิธี

สุขาฉุกเฉิน



โรคที่พบบ่อย



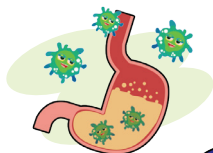
โรคผิวหนัง เช่น โรคน้ำกัดเท้า ผิพท่ง จากเชื้อรา แผลพุพอง เป็นหนอง ควรหลีกเลี่ยง การเดินย่ำน้ำ สวมเสื้อผ้า กุญเก่า รองเท้า ที่สะอาด ไม่เปียกชื้น ล้างเท้าให้สะอาด หากเกิดแผลให้ ทำความสะอาด บำเช็ดด้วยทิงเจอร์หรือเบตาดีน





โรคติดเชื้อระบบทางเดินอาหาร

โรคอุจจาระร่วง เชื้อโรคจะเข้าสู่ร่างกายโดยการกินอาหารและน้ำที่ปนเปื้อนเชื้อโรค ให้อิ่มสารละลายน้ำตาลเกลือแร่ (โออาร์เอส) ไม่ควรกินยาหยุดถ่าย เพราะเชื้อโรคจะตกค้างอยู่ในร่างกาย



รู้รับ ปรับตัว ลดเสี่ยงอุทกภัย



หลักร่วม

- + ทำความสะอาดบ้านเรือนหลังน้ำลด หรือฟื้นฟู
- + บ้านเรือนที่ได้รับความเสียหายให้กลับสู่สภาพเดิม
- + ด้วยความระมัดระวัง



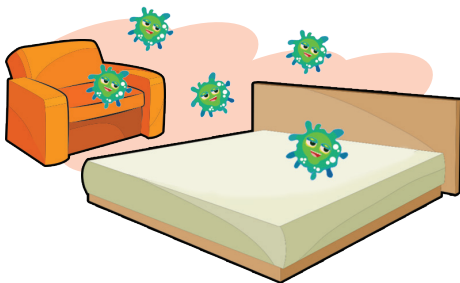


ฝ้าเพดาน หากเป็นวัสดุที่เปื่อยยุ่ยต้องเลาะออก แล้วเปลี่ยนใหม่ ฝ้าระวังปลวก และสัตว์เลื้อยคลาน ต่างๆ อาจหลบไปในฝ้าเพดาน ต้องไล่ออกให้หมด





โซฟานวม นุ่นที่นอนที่แช่น้ำอย่านำกลับมาใช้อีก
เพราะเชื้อโรคจะเข้าไปอยู่ภายใน แม้ตากแห้ง
แล้วก็ตาม



บานพับลูกบิด กลอน หากเกิดสนิม
ให้ขัดออก และใช้น้ำยาหล่อลื่น
สารพัดประโยชน์หยอดตาม
ข้อต่อเฟือง และรูต่างๆ ทั่วทั้ง





ประตูไม้ แก้วโดยทึบไว้ให้แห้ง แล้วค่อยซ่อมแซมพื้นผิว
ประตูเหล็กที่ขึ้นสนิม จัดการขัดสนิมออก เช็ดให้สะอาด
ให้แห้งแล้วทาสีใหม่ ประตูพลาสติกพยายามระบายน้ำ
ออกให้หมด โดยการเอาระลู็กๆ

การกำจัดเชื้อรา ควรสวมหน้ากากอนามัยชนิด
N95 เพื่อป้องกันเชื้อราเข้าสู่ร่างกาย สวมถุงมือยาง
รองเท้ายาง โดยใช้กระดาษหั่นงอหรือทิชชูชุบน้ำ
พอหมาดๆ เช็ดเชื้อราไปทางเดียวกัน ใช้น้ำสบู่เช็ดซ้ำ
แบบเดิม ไม่แนะนำให้ใช้ผงซักฟอก และเช็ดอีกครั้ง
ด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อรา



รู้รับ ปรับตัว ลดเสี่ยงอุทกภัย





**กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย
กระทรวงมหาดไทย**

3/12 ถนนอุทองนอก แขวงดุสิต เขตดุสิต

กรุงเทพมหานคร 10300

โทรศัพท์/โทรสาร 0-2243-0674 0-2243-2200



สายด่วน
ป.ภ.

1784

www.disaster.go.th