

กองทัพบกในการช่วยเหลือภัยพิบัติ ■

เมื่อวันที่ ๑๔ ก.ค. ๖๑ เวลา ๐๙๐๐ บริเวณวนอุทยานถ้ำหลวง - ขุนน้ำนางนอน อ.แม่สาย จว.ช.ร. พล.อ.ต.สุพิชัย สุนทรบุระ รองเลขาธิการพระราชวัง เปิดกิจกรรมจิตอาสาโครงการพระราชทาน “เราทำความดี ด้วยหัวใจ” กิจกรรมฟื้นฟูและพัฒนาพื้นที่วนอุทยานถ้ำหลวง - ขุนน้ำนางนอน โดยมีประชาชนจิตอาสาเข้าร่วมกิจกรรมกว่า ๔ พันคน เพื่อร่วมกันปรับปรุงฟื้นฟูสภาพภูมิทัศน์และระบบนิเวศ ของวนอุทยานถ้ำหลวง - ขุนน้ำนางนอน และบริเวณใกล้เคียง เพื่อเป็นการพัฒนาให้วนอุทยานถ้ำหลวง - ขุนน้ำนางนอน เป็นแหล่งท่องเที่ยวที่สวยงามและปลอดภัยสำหรับทุกคน

ซึ่งได้มีการแบ่งพื้นที่ปฏิบัติการฟื้นฟูเป็น ๕ จุด ทั้งบริเวณถ้ำหลวง ถ้ำทรายทอง ดอยผาหมี กิวคองนาง และวัดบริเวณใกล้เคียงที่ใช้เป็นที่พักของเจ้าหน้าที่ ที่มาร่วมปฏิบัติการกิจช่วยเหลือ ซึ่งจิตอาสาทุกคนล้วนมาด้วยความเต็มใจ และอยากมีส่วนร่วมช่วยให้สภาพพื้นที่กลับมาสวยงามอีกครั้ง



■ กองทัพบกในการช่วยเหลือภัยพิบัติ

การปฏิบัติที่สำคัญ วันที่ ๑๖ ก.ค. ๖๑

- เวลา ๐๙๐๙ พ.อ.สัชฌาการ คุณยศยิ่ง เป็นผู้แทน ผบ.มทบ.๓๗ ร่วมพิธีบวงสรวงเจริญพระพุทธมนต์ วนอุทยานถ้ำหลวง - ขุนน้ำนางนอน โดยมี นายณรงค์ศักดิ์ โอสถธนากร ผวจ.พะเยา (อดีต.ผบ.เหตุการณ์ ศอร.) และนายประจัญ ปรัชญ์สกุล ผวจ.เชียงราย เป็นประธานในพิธีฯ มีข้าราชการ ภาครัฐ, เอกชน และประชาชนร่วมพิธีฯ ประมาณ ๑,๕๐๐ คน



การถอดบทเรียน

จากการปฏิบัติการช่วยเหลือผู้ประสบภัย ขอว มทบ.๓๗
ณ วนอุทยานกำหลว - ขุนน้ำนางนอน จังหวัดเชียงราย
ตั้งแต่วันที่ ๒๓ มี.ย. - ๑๖ ก.ค. ๖๑

๑. ด้านกำลังพล

- ไม่มีความขาดแคลน จัดกำลังพลผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนได้
- มีความเข้าใจในภารกิจเป็นอย่างดี

บทเรียนที่ดี คือ กำลังพลทุกคนมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติภารกิจให้สำเร็จ ซึ่งเป็นภารกิจที่ไม่เคยปฏิบัติมาก่อน และเป็นการปฏิบัติภารกิจร่วมกับส่วนราชการอื่น ภาคเอกชน และต่างชาติ ตลอดจนมีอาหาร เครื่องดื่ม สนับสนุนให้ตลอด ๒๔ ชม.

บทเรียนที่ต้องแก้ไข คือการลดความอ่อนล้าของกำลังพลที่ปฏิบัติงาน ๒๔ ชม. จะต้องมีการหมุนเวียนและมีการส่งต่อข้อมูลผลัดต่อผลัดเพื่อความต่อเนื่อง

๒. ด้านยุทธโรปกรณ์ ยานพาหนะ และอุปกรณ์ในการกู้ภัย

- ยานพาหนะมีเพียงพอ
- อุปกรณ์กู้ภัยทางน้ำ ส่วนใหญ่ต้องจัดหาเพิ่มเติม เช่น เชือก, สแนปลิงค์, ถังอากาศ, ชุดดำน้ำสำหรับเด็ก และหน้ากากดำน้ำสำหรับเด็ก

บทเรียนที่ดี คือ การใช้รถครัวสนามเป็นโรงครัวพระราชทาน นอกจากนั้นยุทธโรปกรณ์ของ ทบ. ที่เก่าล้าสมัย แต่ทรงคุณค่าในภารกิจนี้ได้แก่ โทรศัพท์สนาม TA312/PT และพลั่วสนาม

■ กองทัพบกในการช่วยเหลือภัยพิบัติ

บทเรียนที่ต้องแก้ไข คือมาตรการหรือแผนการเก็บกู้เมื่อภารกิจสำเร็จ ยังไม่มีอย่างชัดเจน ทำให้มีอุปสรรคกู้ภัยยุทธโศกกรรมทางการแพทย์ไม่สามารถเก็บกู้ได้ เนื่องจากน้ำท่วมซึ่งต้องรอเวลาที่น้ำลดหรือเข้าฤดูแล้ง

๓. ด้านการฝึก

- การฝึกกำลังพลของ ทบ. ในการบรรเทาสาธารณภัย ส่วนใหญ่จะเป็นในเรื่องอุทกภัย เช่น ขนย้ายสิ่งของ คน โดยใช้ ulyb. หรือเรือ และการยกขนโดยใช้แรงงานจะทำได้ดี

บทเรียนใหม่ : ที่จะต้องฝึกให้กับกำลังพล ทบ. ได้แก่ การช่วยเหลือไต้มน้ำ, ไต้ถ้ำ, ฝึกทักษะการดำน้ำ, การไต่เชือกขึ้นหน้าผาหรือตึกสูง และการลงทางดิ่ง การมุดปล่องเขา

๔. ด้านการวางแผน

- ในห้วง ๓ - ๔ วันแรกมีปัญหาด้านสถานที่ห้องประชุม/ห้องยุทธการคับแคบ ต้องย้ายสถานที่ห้องประชุมภายใต้สภาพความเฉอะแฉะ เปียกชื้น

- การจัดห้องยุทธการที่ประกอบด้วยแผนที่สถานการณ์ แผนที่ขยายแผนผัง แผนภาพสังเขป จอทีวีขนาดใหญ่ และคอมพิวเตอร์ เป็นเครื่องมือวางแผนได้ดี

- การจัดห้องประชุมแยกส่วนระหว่าง ศอร. กับทีมดำน้ำต่างชาติทำให้เกิดผลดีต่อการวางแผน และการทำผังในพื้นที่บัญชาการ ศอร. ให้เป็นสัดส่วน จะง่ายต่อการควบคุมการจราจร และการจัดระเบียบสื่อมวลชน

บทเรียนที่ดี : การวางแผนในภารกิจที่ไม่เคยปฏิบัติมาก่อนนั้น การใช้ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้านจะทำให้การวางแผนง่ายขึ้น

บทเรียนที่ต้องแก้ไข : แผนการเก็บกู้ต้องชัดเจน เช่น อุปกรณ์ดำน้ำ, วัสดุอุปกรณ์อื่น ๆ เช่น สายไฟ, ท่อน้ำ, บีมน้ำ และอุปกรณ์ทางการแพทย์

๕. ด้านการควบคุมบังคับบัญชา

- การบังคับบัญชาของ ผบ.เหตุการณ์ มีความเด็ดขาด แต่หน่วยปฏิบัติได้ไม่ทันเวลาหรือจัดหาอุปกรณ์ได้ไม่ทันเวลา

บทเรียนที่ดี : สำหรับการควบคุมการปฏิบัติ กำหนดให้หน่วยทหารควบคุมการปฏิบัติมีความเด็ดขาดเกิดความเรียบร้อย เช่น การควบคุมเขต, การควบคุมสื่อ, การควบคุมการปฏิบัติ บริเวณหน้าถ้ำ, การค้นหาปล่อง, โพรงบนถ้ำ หรือการพร่องน้ำหน้าถ้ำหลวงและบริเวณถ้ำทรายทอง

๖. ด้านความเหมาะสมของภารกิจที่หน่วยได้รับ

- ภารกิจการให้การสนับสนุน มีความเหมาะสม ส่วนใหญ่จะเป็นการใช้แรงงานทหาร ซึ่งมีกำลังเพียงพอ ไม่มีผลกระทบต่อภารกิจหลักของหน่วย ซึ่งในระหว่างการปฏิบัติตามภารกิจที่ได้รับมอบนั้น หน่วยยังต้องปฏิบัติภารกิจถวายความปลอดภัย พระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา หนึ่ง ๓ - ๕ ก.ค. ๖๑ อีกด้วย

๗. ด้านอื่น ๆ

- การปฏิบัติภารกิจร่วมกับนานาชาติหรือมิตรประเทศ การประสานงานจะลดประสิทธิภาพ ถ้ากำลังพลไม่มีทักษะด้านภาษาอังกฤษ กล่าวคือต้องมีล่ามภาษาประจำ คอร.

- ผู้ประกาศหรือประชาสัมพันธ์ ขอความร่วมมือต้องใช้อย่างน้อย ๒ ภาษา เช่นภาษาไทยและภาษาอังกฤษ เพื่อให้ผู้สื่อข่าวต่างประเทศเข้าใจมากขึ้น

ผนวก น

เตรียมพร้อมรับมือภัยพิบัติ ลดเสี่ยงอันตราย...ดำเนินชีวิตปลอดภัย

ที่มา : คู่มือประชาชนในการเตรียมตัวให้รอดปลอดภัยพิบัติ ภัย ป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย กระทรวงมหาดไทย

ความแปรปรวน ของสภาพอากาศโลกและภาวะโลกร้อน ส่งผลให้ภัยพิบัติทางธรรมชาติ ทวีความรุนแรงและเกิดบ่อยครั้ง มากขึ้น การเตรียมพร้อมรับมือภัยพิบัติไว้ล่วงหน้า จะช่วยลดผลกระทบจากสถานการณ์ภัย เพื่อความปลอดภัย ข้อควรปฏิบัติในการเตรียมพร้อมรับมือภัยพิบัติ ดังนี้

การเตรียมพร้อมรับมือภัยพิบัติ

๑. จัดเตรียมสิ่งของที่จำเป็นไว้ใช้งานยามฉุกเฉิน เช่น เครื่องอุปโภคบริโภค อาหารแห้ง น้ำดื่ม ยารักษาโรค ไฟฉาย เป็นต้น เรียนรู้หลักปฏิบัติในการรับมือภัยพิบัติ โดยศึกษา ลักษณะข้อควรปฏิบัติ ข้อควรหลีกเลี่ยงของภัยพิบัติแต่ละประเภท วิธีป้องกัน แก้อันตราย การปฏิบัติตนเมื่อเกิดภัยพิบัติ การช่วยเหลือ และการปฐมพยาบาลเบื้องต้น วิธีใช้งานอุปกรณ์ดับเพลิง การเปิด - ปิดระบบไฟฟ้า ประปา และอุปกรณ์ถึงก๊าซ

๒. จัดจำหมายเลขโทรศัพท์ของหน่วยงานสำคัญ โดยเฉพาะหน่วยป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย สถานีตำรวจ สถานีดับเพลิง โรงพยาบาล สำหรับติดต่อแจ้งเหตุและประสานขอความช่วยเหลือ

๓. หมั่นติดตามข้อมูลที่เป็นประโยชน์ ต่อการป้องกันภัยทั้งสภาพอากาศ ปริมาณน้ำฝน สถานการณ์น้ำระดับการขึ้น - ลงของน้ำในแม่น้ำ ระดับน้ำทะเลหนุน จะได้สามารถคาดการณ์แนวโน้ม สถานการณ์ภัยและเตรียมพร้อมรับมือภัยพิบัติ ได้ทัน่วงที

๔. ตรวจสอบบ้านเรือนให้อยู่ในสภาพปลอดภัยมีโครงสร้างมั่นคงแข็งแรง ไม่ต่อเติมอาคาร จัดวางสิ่งของให้เป็นระเบียบ ไม่กีดขวางทางเดิน ไม่จัดเก็บสิ่งของในบริเวณที่เสี่ยงต่อการล้มทับ หรือตกหล่น ตัดแต่งกิ่งไม้และโคนต้นไม้ที่เสี่ยงต่อการล้มทับ รวมถึงติดตั้งถังดับเพลิงเคมีไว้ในจุดที่หยิบใช้งาน สะดวก

๕. วางแผนเส้นทางการอพยพไปยังพื้นที่ปลอดภัย โดยเรียนรู้ จุดจำเส้นทางหนีภัย จุดนัดพบ ที่ปลอดภัยไว้หลายแห่งในทุกทิศทาง ทั้งระยะใกล้และระยะไกล รวมถึงวางแผนการอพยพหนีภัย กรณีอาศัยอยู่ในชุมชนเสี่ยงภัย ควรเข้าร่วมการฝึกซ้อมอพยพหนีภัยอยู่เสมอ เมื่อเกิดภัยพิบัติจะได้ปฏิบัติตนอย่างปลอดภัย

ปลอดภัยไว้ก่อน...

การเรียนรู้สัญญาณความผิดปกติทางธรรมชาติก่อนเกิดภัยพิบัติ ทำให้สามารถเตรียมพร้อมรับมือภัยพิบัติได้ทันเวลาที่ และปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้อง และปลอดภัยเมื่อเกิดสถานการณ์ภัย

- อุทกภัย เกิดฝนตกหนักและระดับน้ำเพิ่มสูงขึ้นต่อเนื่อง
- ดินถล่ม น้ำเป็นสีขุ่นข้นและเปลี่ยนเป็นสีเดียวกับสีดิน ภูเขา
- สึนามิ น้ำทะเลลดระดับลงอย่างรวดเร็วหลังเกิดแผ่นดินไหว

ขนาดรุนแรงได้มหาสมุทร

- พายุฤดูร้อน อากาศร้อนอบอ้าวและเมฆก่อตัวอย่างรวดเร็ว

ผู้ที่อาศัยอยู่ในพื้นที่เสี่ยงภัยควรจดชื่อ-นามสกุล หมายเลขโทรศัพท์ สมาชิกในครอบครัว สำหรับใช้ติดต่อในกรณีเกิดเหตุฉุกเฉิน หากมีเด็กเล็กหรือผู้สูงอายุให้เขียนชื่อ-นามสกุล ที่อยู่ของผู้ดูแล ญาติ และสมาชิกในครอบครัวไว้ในกระเป๋าเสื้อ เพื่อใช้ติดต่อกรณีได้รับบาดเจ็บ พัดหลงขณะอพยพหรืออาศัยในศูนย์พักพิงชั่วคราว

ถุงยังชีพฉุกเฉิน... พร้อมไว้เมื่อภัยมา



นับวันภัยพิบัติทางธรรมชาติเกิดบ่อยครั้ง จนกลายเป็นเรื่องใกล้ตัวที่ทุกคนต้องเตรียมพร้อมรับมือ ถุงยังชีพ จึงเป็นสิ่งจำเป็นที่จะช่วยให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปลอดภัย จึงขอแนะประชาชนให้จัดเตรียมอุปกรณ์และสิ่งของจำเป็นในถุงยังชีพ ประกอบด้วย

- เครื่องอุปโภคบริโภค เช่น ข้าวสาร อาหารแห้ง อาหารกระป๋อง น้ำดื่มสะอาดบรรจุขวด ยารักษาโรคที่สามารถใช้ได้ อย่างน้อย ๓ - ๔ วัน

- ของใช้ที่จำเป็นต่อการดำเนินชีวิตในระยะแรก เช่น ไฟฉายพร้อมถ่านแบบกันน้ำ วิทยุพร้อมถ่านสำรอง ชุดปฐมพยาบาลเบื้องต้น นกหวีด เทียนไข เชือก ถุงพลาสติกสีดำ กระดาษชำระ ต่างทับทิม สบู่ แปรงฟัน ยาสีฟัน เสื้อผ้าสำรอง เป็นต้น

- เอกสารสำคัญต่างๆ ให้เก็บไว้ในถุงพลาสติกกันน้ำ ได้แก่ บัตรประจำตัวประชาชน ทะเบียนบ้าน สุนัขบัตร สำเนาเอกสาร ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ เช่น บัตรประกันสังคม กรมธรรม์ประกันชีวิต ภาพถ่ายของคนในครอบครัว เป็นต้น พร้อมถ่ายสำเนาไว้หลาย ๆ ชุด เพื่อป้องกันการสูญหาย

ที่สำคัญ สิ่งของเหล่านี้ต้องบรรจุในกระเป๋าที่มีน้ำหนักเบาพกพาสะดวก โดยจัดเก็บไว้ในที่ที่สามารถหยิบใช้งานได้ง่าย หมั่นตรวจสอบและเปลี่ยนสิ่งของที่บรรจุ เพื่อป้องกันการหมดอายุและเน่าเสีย ทำให้ไม่สามารถนำมาใช้งานได้ เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน

อุบัติเหตุทางน้ำ

ปัจจุบันประชาชนหันมาใช้เส้นทางจราจรทางน้ำมากขึ้น แต่หากขาดความระมัดระวัง จะมีความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุทางน้ำ เพื่อความปลอดภัย ขอแนะวิธีโดยสารเรืออย่างปลอดภัย ดังนี้

การโดยสารเรือ

การยืนหรือบนนิเปะ ไม่รื้อเรือบนนิเปะ เพราะขณะที่เรือเทียบท่าเข้าจอด คลื่นอาจซัดทำให้ท่าเรือโคลงเคลง จนผู้ที่ยืนอยู่บนท่าเรือ เสียการทรงตัว และพลัดตกน้ำได้ ควรยืนหรือเรือภายในเขตเส้นสีเหลืองที่กำหนดไว้

การขึ้น-ลงเรือ

รอให้เรือเทียบท่าสนิทก่อนจึงเดินขึ้น-ลงเรืออย่างเป็นระเบียบ ไม่ลงเรือที่บรรทุุกเกินอัตราเพราะอาจเป็นสาเหตุให้เรือล่มได้

การโดยสารทางเรือ

กระจายการนั่งบนเรืออย่างสมดุลหลีกเลี่ยงการยืนบริเวณท้ายเรือ หรือกราบเรือเพราะเสี่ยงต่อการพลัดตกน้ำ ไม่หยอกล้อเล่นกันหรือเดินไปมา เพราะอาจทำให้เรือเสียการทรงตัว หากเรือมีอาการเอียงหรือไหว ให้นั่งนิ่งๆ อย่าตื่นตระหนก ให้พยายามฝืนอาการเอียงของเรือ ที่สำคัญควรสวมเสื้อชูชีพทุกครั้งที่ได้โดยสารเรือ หลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หรือของมีเมาทุกชนิด หากเกิดเหตุฉุกเฉินจะไม่สามารถช่วยเหลือตนเองให้ปลอดภัย

การปฏิบัติตนกรณีเกิดเหตุฉุกเฉิน

กรณีพลัดตกเรือ ควบคุมสติให้มั่น พยายามลอยน้ำโดยใช้ขาสองข้างตีน้ำ พยายามหาที่ยึดเกาะเพื่อรอการช่วยเหลือ

■ กองทัพบกในการช่วยเหลือภัยพิบัติ

หากเรือโดยสารล่ม พยายามว่ายน้ำผละออกจากเรือโดยเร็วที่สุด เพื่อป้องกันการถูกน้ำดูดเข้าไปใต้ท้องเรือ ว่ายน้ำออกห่างจากใบพัดเรือให้มากที่สุด ถอดสิ่งของที่ถ่วงน้ำหนักออกให้หมด รวมทั้งพยายามคว้าสิ่งของที่ลอยน้ำได้ ว่ายน้ำหรือพุงตัวรอการช่วยเหลือ อย่าฝืนว่ายน้ำเข้าหาฝั่ง เพราะอาจหมดแรง หรือเป็นตะคริวจนน้ำเสียชีวิตได้

การช่วยเหลือคนจมน้ำ

- หากว่ายน้ำไม่เป็นไม่ควรลงไปช่วยเหลือผู้ที่พลัดตกน้ำเพราะคนตกน้ำ จะอยู่ในอาการตื่นตระหนก อาจถอดรัด ทำให้จมน้ำเสียชีวิตทั้งคู่ ให้ใช้วิธี ยื่นไม้หรือโยนสิ่งของที่สามารถลอยน้ำได้ เช่น ห่วงยาง เสื้อชูชีพถังแก๊สลอน เป็นต้น ให้ผู้ที่จมน้ำยึดเกาะลอยตัวเข้าหาฝั่งหรือพุงตัวรอการช่วยเหลือ

- กรณีลงไปช่วยเหลือคนจมน้ำ ให้ว่ายน้ำเข้าทางด้านหลังพร้อม จับตัวผู้ประสบเหตุลอยตัวในท่านอนหงายให้ใบหน้าพ้นน้ำ จากนั้นให้ประคองตัวเข้าหาฝั่ง หากผู้ประสบเหตุหยุดหายใจให้ทำการผายปอด และนำส่งโรงพยาบาลในทันที



การเตรียมรับมือ หนีภัยจากน้ำท่วม



ชุมชนที่ตั้งอยู่ในพื้นที่เสี่ยงภัยน้ำท่วมทั้งที่ลาดเชิงเขา ที่ลุ่มริมแม่น้ำ และทางน้ำไหลผ่านมีความเสี่ยงต่อการเกิดน้ำท่วมฉับพลัน และน้ำป่าไหลหลาก ขอแนะวิธีเตรียมรับมือ และการหนีภัยน้ำท่วมอย่างปลอดภัย ดังนี้

ก่อนเกิดอุทกภัย

หมั่นติดตามพยากรณ์อากาศและประกาศแจ้งเตือนภัย ปฏิบัติตาม คำเตือนอย่างเคร่งครัด จัดเตรียมน้ำดื่ม ยารักษาโรค ไฟฉาย เทียนไข อาหารแห้ง และของใช้อื่นที่จำเป็นไว้ใช้งานในยามฉุกเฉิน ปรับสภาพแวดล้อมรอบบ้าน ให้พร้อมรับมือน้ำท่วม บ้านที่อยู่ริมน้ำให้น้ำกระสอบทรายมาจัดวางเป็น แนวคั่นกันน้ำส่วนบ้านที่อยู่ในเขตชุมชนที่มักเกิดน้ำท่วมขังให้ทำความสะอาด ท่อระบายน้ำให้มีเศษขยะกีดขวางทางไหลของน้ำ

ขณะเกิดอุทกภัย

กรณีน้ำท่วมไม่รุนแรง ให้ขนย้ายสิ่งของชั้นที่สูงพร้อมตัดกระแสไฟฟ้า ภายในบ้านและย้ายปลั๊กไฟให้พ้นจากระดับน้ำท่วมถึง

■ กองทัพบกในการช่วยเหลือภัยพิบัติ

กรณีน้ำท่วมรุนแรงจนต้องอพยพ ตั้งสติ อย่าตื่นตระหนก ให้ความช่วยเหลือเด็กและคนชราก่อน โดยหนีไปตามเส้นทางที่ปลอดภัยพ้นจากแนวการไหลของน้ำ หลีกเลี่ยงการเดินทางข้ามลำน้ำที่มีระดับน้ำสูงเหนือเข่าและบริเวณที่กระแสน้ำไหลเชี่ยวกราก เพราะอาจถูกน้ำพัดหรือได้รับอันตรายจากท่อนไม้หรือก้อนหินที่ลอยมาตามน้ำ ห้ามขับรถยนต์หรือรถจักรยานยนต์ผ่านบริเวณที่มีน้ำท่วมสูง เพราะความแรงของกระแสน้ำอาจพัดรถจมน้ำได้

การดำเนินชีวิตในช่วงน้ำท่วมมีความเสี่ยงที่จะได้รับอันตรายจากอุบัติเหตุต่าง ๆ เพื่อให้การใช้ชีวิตในช่วงน้ำท่วมเป็นไปด้วยความปลอดภัยขอเตือนภัยที่มักเกิดในช่วงน้ำท่วม ดังนี้

จมน้ำ

- หลีกเลี่ยงการเดินทางลุยน้ำ ลงเล่นน้ำ พายเรือหรือจับสัตว์น้ำในบริเวณที่มีกระแสน้ำไหลเชี่ยวกราก
- ไม่อยู่ใกล้บริเวณทางน้ำไหลผ่าน หรือร่องน้ำที่มีระดับน้ำสูงเหนือเข่า เพราะความแรงของกระแสน้ำพัดอาจจมน้ำเสียชีวิต
- ใช้ไม้สำรวจเส้นทาง หลีกเลี่ยงการเดินทางลุยน้ำในช่วงกลางคืน หากจำเป็นให้ใช้ไฟฉายส่องทาง เพื่อป้องกันการพลัดตกที่ระบายน้ำหรือบ่อน้ำนำวัสดุที่สามารถลอยน้ำได้ เช่น ห่วงยาง ถังแก๊ส ลูกมะพร้าว ขวดน้ำพลาสติก ยางในรถยนต์ เป็นต้น มาใช้เกาะขณะเดินลุยน้ำ และช่วยเหลือผู้ที่พลัดตกน้ำ
- ห้ามใช้รถยนต์ผ่านเส้นทางที่มีน้ำท่วมสูง เพราะรถจะไม่สามารถต้านความแรงของกระแสน้ำ อาจทำให้รถถูกน้ำพัดออกนอกเส้นทางหรือจมน้ำได้
- การโดยสารเรือ ให้สวมใส่อุปกรณ์ชูชีพ หรือน้ำอุปกรณ์ที่สามารถลอยน้ำได้ติดไว้ในเรือ เพื่อใช้ลอยตัวรอการช่วยเหลือกรณีเรือล่ม

กองทัพบกในการช่วยเหลือภัยพิบัติ ■

- กรณีลงจับสัตว์น้ำหรือเก็บเกี่ยวผลผลิต ในช่วงน้ำท่วมไม่ควรอยู่ในน้ำเป็นเวลานานเกินไป เพราะจะทำให้เป็นตะคริวจนน้ำเสียชีวิตได้
- ดูแลเด็ก ผู้สูงอายุและผู้พิการอย่างใกล้ชิดเพราะเป็นกลุ่มเสี่ยงที่ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองให้ปลอดภัยได้ หากพลัดตกน้ำจะมีโอกาสจมน้ำ เสียชีวิตสูงกว่ากลุ่มอื่นแม้จะว่ายน้ำเป็นก็ควรสวมเสื้อชูชีพ หรือใช้อุปกรณ์ที่สามารถพยุงตัวได้ขณะเดินลุยน้ำที่ท่วมสูงหรือพายเรือ เพราะกระแสน้ำที่ไหลเชี่ยวกราก อาจทำให้ร่างกายไม่สามารถต้านแรงน้ำ ส่งผลให้จมน้ำเสียชีวิตได้

ไฟฟ้าดูด

- ตัดกระแสไฟฟ้าที่แผงสวิตช์ไฟรวมหรือสับสวิตช์ไฟลง พร้อมย้ายสวิตช์ไฟและเครื่องใช้ไฟฟ้าให้พ้นจากระดับที่น้ำท่วมถึง
- ก่อนนำอุปกรณ์ไฟฟ้ามาใช้งาน ควรตรวจสอบอุปกรณ์ไฟฟ้าให้อยู่ในสภาพปลอดภัย ผู้ใช้งานไม่อยู่บนพื้นที่ชื้นแฉะพร้อมสวมรองเท้าให้เรียบร้อย
- เมื่อเปิดใช้เครื่องใช้ไฟฟ้าแล้วพบสิ่งผิดปกติ เช่น มีกลิ่นเหม็นไหม้ มีเสียงดังมาจากเครื่อง เป็นต้น ให้หยุดใช้งานในทันทีพร้อมนำไปให้ช่างผู้ชำนาญการซ่อมแซมให้อยู่ในสภาพปลอดภัย
- ห้ามใช้และสัมผัสเครื่องใช้ไฟฟ้าในขณะที่ตัวเปียกชื้นหรืออุปกรณ์ไฟฟ้าเปียกน้ำห้ามนำเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ได้รับความเสียหายจากน้ำท่วมมาใช้งานอย่างเด็ดขาด เพราะอาจทำให้ถูกไฟฟ้าดูดเสียชีวิตได้
- ไม่เดินลุยน้ำและพายเรือเข้าใกล้แนวเสาไฟฟ้า เพราะหากมีกระแสไฟฟ้ารั่วไหลจะทำให้ได้รับอันตรายจากการถูกไฟฟ้าดูดเสียชีวิต

โรคภัยไข้เจ็บ

- รับประทานอาหารที่ปรุงสุก สด ใหม่ และดื่มน้ำสะอาดที่ต้มสุก หรือผ่านการแกว่งสารส้มฆ่าเชื้อ ล้างมือให้สะอาดก่อนรับประทานอาหาร

■ กองทัพบกในการช่วยเหลือภัยพิบัติ

- ดูแลรักษาสุขภาพให้แข็งแรงอยู่เสมอเพื่อป้องกันโรคระบาดในช่วงน้ำท่วม เช่น ไข้หวัด ปอดบวม ตาแดง โรคระบบทางเดินอาหาร เป็นต้น ล้างเท้าให้สะอาดหลังเดินลุยน้ำท่วม จะช่วยป้องกันโรคน้ำกัดเท้า โรคเท้าเปื่อย และโรคฉี่หนู

- ถ่ายอุจจาระลงถุงพลาสติกและใส่ปุ๊นขาวลงไปเล็กน้อย พร้อมปิดปากถุงให้แน่นแล้วใส่ถุงดำซ้อนอีกชั้น ก่อนนำไปทิ้งในบริเวณที่จัดไว้ ห้ามถ่ายอุจจาระลงน้ำอย่างเด็ดขาดเพราะจะเป็นการแพร่เชื้อโรค

เพลิงไหม้

- ใช้เทียนและตะเกียงน้ำมันที่จุดไฟให้แสงสว่างอย่างระมัดระวัง และดับไฟให้สนิททุกครั้งหลังใช้งาน รวมถึงระมัดระวังในการใช้อุปกรณ์ไฟฟ้าเป็นพิเศษ เพราะหากกระแสไฟฟ้ารั่วไหล นอกจากจะทำให้ถูกไฟฟ้าดูดเสียชีวิตแล้ว ยังเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดเพลิงไหม้บ้านอีกด้วย

ของมีคม

- สวมรองเท้าบู๊ทุกครั้งที่เดินลุยน้ำเพื่อป้องกันการเหยียบเศษวัสดุ และของมีคมที่อยู่ใต้น้ำ

สัตว์มีพิษ

- ระมัดระวังสัตว์มีพิษที่อาจหนีน้ำท่วมเข้ามาอาศัยอยู่ในบ้าน โดยเฉพาะบริเวณใต้ตู้ รองเท้า เสื้อ พร้อมปิดฝาภาชนะกักเก็บน้ำให้มิดชิด เพื่อกำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ยุงที่อาจเป็นพาหะของโรคในช่วงน้ำท่วม

การสังเกตสัญญาณเตือนภัยจากรรรมชาติ ช่วยชีวิตรอดจากภัยดินถล่ม

ในช่วงระยะเวลาไม่กี่ปีที่ผ่านมา พื้นที่ลาดเชิงเขาของไทยประสบภัยดินถล่มบ่อยครั้ง เพื่อความปลอดภัย ขอแนะข้อสังเกตและวิธีปฏิบัติกรณีเกิดดินถล่ม ดังนี้

สาเหตุของดินถล่ม

มีปัจจัยสำคัญมาจากภาวะฝนตกหนักอย่างต่อเนื่องบนที่ลาดเชิงเขา ประกอบกับไม่มีรากไม้ยึดเกาะหน้าดิน ทำให้ดินภูเขาซึ่งชุ่มน้ำอยู่แล้วไม่สามารถอุ้มน้ำไว้ได้จนพังถล่มและเลื่อนไหลลงมาจากที่ลาดชัน

พื้นที่เสี่ยงดินถล่ม บริเวณที่ลาดเชิงเขาใกล้ลำห้วย มีร่องรอยดินไหล ดินเลื่อน และรอยแยกบนภูเขาเคยมีร่องรอยการเกิดดินถล่ม ลำห้วยมีกองหิน เนินทรายปนโคลน และต้นไม้ หรือก้อนหินขนาดเล็กใหญ่ปนกันตลอดทั้งน้ำ

สิ่งบอกเหตุก่อนเกิดดินถล่ม มีฝนตกหนักอย่างต่อเนื่องนานกว่า ๖ ชั่วโมง (มากกว่า ๑๐๐ มม. ต่อวัน) ระดับน้ำในลำห้วยเพิ่มสูงขึ้นอย่างรวดเร็ว และมีสีขุ่นข้นหรือสีเดียวกับสีดินภูเขา มีเสียงดังผิดปกติมาจากภูเขาหรือลำห้วย สัตว์ป่าแตกตื่น มีต้นไม้ขนาดเล็กไหลมาพร้อมกับน้ำ

การเตรียมพร้อมก่อนเกิดดินถล่ม ชุมชนที่อยู่ในพื้นที่เสี่ยงภัย ควรจัดเวรยามเฝ้าระวัง ติดตามพยากรณ์อากาศ ประกาศแจ้งเตือนภัย สังเกตความผิดปกติของธรรมชาติที่เป็นสัญญาณเตือนก่อนเกิดดินถล่ม โดยเฉพาะในช่วงกลางคืน ซึ่งมักเกิดน้ำหลากและดินถล่ม

การหนีภัยดินถล่ม อย่ามัวแต่ห่วงทรัพย์สินให้หนีไปตามเส้นทางที่พ้นจากแนวการไหลของดินถล่ม โดยขึ้นที่สูงหรือสถานที่ปลอดภัย หลีกเสี่ยง

■ กองทัพบกในการช่วยเหลือภัยพิบัติ

การใช้เส้นทางที่เป็นแนวการไหลของดินหรือมีกระแสน้ำไหลเชี่ยวกราก หากจำเป็นต้องใช้เส้นทางดังกล่าวให้ใช้เชือกผูกมัดตัวแล้วยึดติดไว้กับต้นไม้หรือสิ่งปลูกสร้างที่มั่นคงแข็งแรง เพื่อป้องกันกระแสน้ำที่ไหลเชี่ยวกรากพัดจมน้ำที่สำคัญห้ามว่ายน้ำหนีโดยเด็ดขาด เพราะอาจกระแทกกับซากต้นไม้หรือหินที่ไหลมาตามน้ำ

หลังเกิดดินถล่ม ห้ามเข้าไปใกล้บริเวณที่เกิดดินถล่มหรือบ้านเรือนที่ได้รับความเสียหาย เพื่อป้องกันอันตรายจากการพังทลายซ้ำ

แผ่นดินไหว...เรียนรู้ รับมือ ภัยแผ่นดินไหว

แม้ประเทศไทยจะไม่ได้ตั้งอยู่บนศูนย์กลางแผ่นดินไหวขนาดใหญ่ แต่หลายจังหวัดตั้งอยู่บนรอยเลื่อนที่ทรงพลัง อีกทั้งประเทศเพื่อนบ้านยังมีแนวรอยเลื่อนที่อาจก่อให้เกิดแผ่นดินไหวขนาดรุนแรงเพื่อความปลอดภัยขอแนะนำวิธีรับมือและการปฏิบัติตนอย่างปลอดภัยจากแผ่นดินไหว ดังนี้

ก่อนเกิดเหตุ ตรวจสอบบ้านเรือนและสิ่งของเครื่องใช้ต่าง ๆ ภายในบ้านให้อยู่ในสภาพมั่นคงแข็งแรงและปลอดภัยอยู่เสมอ โดยทำการยึดติดอุปกรณ์และเฟอร์นิเจอร์ต่าง ๆ กับพื้นหรือผนังบ้านอย่างแน่นหนาไม่วางสิ่งของที่มีน้ำหนักมากไว้บนหลังตู้หรือที่สูงเพื่อป้องกันแรงสั่นสะเทือน ทำให้สิ่งของหล่นลงมาทับผู้ที่อาศัยอยู่ในบ้านเรือนได้

ระหว่างเกิดเหตุ

กรณีอยู่ในอาคาร

- ให้หาที่หลบกำบังในบริเวณที่ปลอดภัย พร้อมใช้มือกำบังศีรษะและลำคอ โดยหมอบบริเวณใต้โต๊ะหรือเก้าอี้ที่แข็งแรงไม่มีสิ่งของหล่นใส่หรืออยู่ในจุดที่มีโครงสร้างแข็งแรง เช่น สามเหลี่ยมใต้คาน หรือช่องว่างรอบ ๆ สิ่งของหรือโครงสร้างอาคารที่มีความมั่นคงแข็งแรงและทนต่อแรงกดทับได้มาก เป็นต้น ไม่อยู่ใต้คานหรือใกล้เสา อยู่นิ่งห่างจากประตูหน้าต่างที่เป็นกระจกและเฟอร์นิเจอร์ขนาดใหญ่ที่สามารถล้มลงมาได้ ห้ามวิ่งหนีออกจากอาคาร โดยใช้ลิฟต์หรือบันไดหนีไฟอย่างเด็ดขาด เพราะอาจได้รับอันตรายจากสิ่งของที่ร่วงหล่น โดยเฉพาะหากกระแสไฟฟ้าดับ จะทำให้ติดค้างอยู่ในลิฟต์และขาดอากาศหายใจเสียชีวิตได้

■ กองทัพบกในการช่วยเหลือภัยพิบัติ

กรณีกำลังขั้บรถ ให้หยุดรถและหาที่จอดรถในบริเวณที่ปลอดภัยและ
รอจนกว่าเหตุแผ่นดินไหวจะสงบค่อยขั้บรถต่อ ห้ามหยุดรถบริเวณบน
และใต้สะพาน ทางด่วน ป้ายโฆษณาและต้นไม้ขนาดใหญ่

หลังเกิดเหตุ

- รีบปิดวาล์วถังก๊าซ ท่อแก๊ส ตัดกระแสไฟฟ้าโดยปิดสวิตช์ไฟ
หรือสับคัทเอาท์ ตลอดจนห้ามก่อประกายไฟในบริเวณดังกล่าว เช่น
จุดไม้ขีดไฟ สูบบุหรี่ เป็นต้น เพราะอาจมีแก๊สรั่วไหลในพื้นที่ใกล้เคียง ทำให้เกิด
การระเบิดหรือเพลิงไหม้ได้

- เมื่อแผ่นดินไหวยุติ ให้รีบออกจากอาคารโดยเร็วที่สุด ไม่กลับเข้าไป
ในอาคาร เพราะหากเกิดการสั่นไหวซ้ำอีก อาคารอาจพังถล่มลงมาได้
อย่าหลงเชื่อข่าวลือ ให้ติดตามรับฟังสถานการณ์พร้อมปฏิบัติตามประกาศ
เตือนภัยจากหน่วยงานภาครัฐอย่างเคร่งครัด

สึนามิ... เรียบรู้ เตรียมพร้อมรับมือภัยสึนามิ

สึนามิเป็นภัยพิบัติที่เกิดหลังเหตุแผ่นดินไหวขนาดใหญ่ ได้มหาสมุทรซึ่งเมื่อเกิดจะมีความรุนแรงและสร้างความสูญเสียอย่างมหาศาลต่อพื้นที่ริมชายฝั่งทะเลเพื่อความปลอดภัย ขอแนะวิธีปฏิบัติตนอย่างถูกต้องและปลอดภัยจากสึนามิ ดังนี้

รู้จัก “สึนามิ” สึนามิเกิดจากการเคลื่อนตัวของเปลือกโลกใต้ทะเลอย่างฉับพลัน หรือภายหลังเกิดแผ่นดินไหวมากกว่า ๘ ริกเตอร์ ได้มหาสมุทรที่มีศูนย์กลางในระดับตื้น ทำให้เกิดการกระทบกระเทือนอย่างรุนแรงจนน้ำปริมาณมากในทะเลเกิดการเคลื่อนตัว มักเกิดตามขอบแผ่นเปลือกโลกที่มีการมุดตัวของแผ่นพื้นมหาสมุทรใต้แผ่นพื้นทวีป

สึนามิมิมีลักษณะคล้ายกับคลื่นทั่วไป แต่เคลื่อนตัวด้วยความเร็ว ๕๐๐ - ๘๐๐ กม./ชม. โดยผู้ที่อยู่กลางทะเลไม่สามารถรับรู้ได้ เพราะคลื่นมีความสูงต่ำกว่า ๑ เมตร แต่เมื่อคลื่นเดินทางถึงชายฝั่งทะเลจะก่อตัวเป็นกำแพงสูงและดึงน้ำจากทะเลสาบเข้ามาเข้าสู่ชายฝั่งด้วยความเร็วสูง จึงสามารถกวาดทุกอย่างบนชายฝั่งลงสู่ท้องทะเลได้ในพริบตา

วิธีปฏิบัติตนเมื่อเกิดสึนามิ หากอยู่บริเวณชายฝั่งทะเล หากมีประกาศแจ้งเตือนหรือรับรู้ถึงการเกิดแผ่นดินไหวและสังเกตเห็นน้ำทะเลลดระดับลงอย่างรวดเร็ว ให้รีบหนีขึ้นที่สูง (สูงกว่าระดับน้ำทะเลมากกว่า ๑๕ เมตร) หรือเข้าไปอยู่ในอาคารสูงที่มั่นคงแข็งแรง โดยอยู่ให้ห่างจากชายฝั่งทะเลปากแม่น้ำหรือลำน้ำที่ติดกับทะเลมากที่สุด เพราะสึนามิอาจซัดเข้าไปในพื้นที่ดังกล่าวทำให้เกิดอันตรายได้

- กรณีได้รับคำเตือนภัยสึนามิ ให้รีบหนีออกจากพื้นที่ริมชายฝั่งทะเลไปตามเส้นทางที่ปลอดภัยและปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่อย่างเคร่งครัด

■ กองทัพบกในการช่วยเหลือภัยพิบัติ

- กรณีอยู่ในเรือ ให้รีบนำเรือออกไปกลางทะเลบริเวณน้ำลึกนอกชายฝั่ง เพราะคลื่นที่อยู่ห่างชายฝั่งมีขนาดเล็กพร้อมติดตามรับฟังสถานการณ์เป็นระยะ รวมถึงแจ้งจุดที่เรือลอย จะสามารถขอความช่วยเหลือได้ หากเกิดเหตุฉุกเฉิน ก่อนกลับเข้าฝั่งให้แจ้งเจ้าหน้าที่ชายฝั่งทราบล่วงหน้า

- หลังเกิดสึนามิ ให้รออยู่ในบริเวณที่ปลอดภัยสักระยะ และอยู่ให้ห่างจากชายฝั่งทะเล ห้ามลงไปบริเวณชายหาดในทันที เพราะสึนามิประกอบด้วยคลื่นหลายระลอกและสามารถซัดเข้าสู่ชายฝั่งได้ตลอดเวลา ให้รอจนมีประกาศยกเลิกการแจ้งเตือนภัยหรือยุติสถานการณ์

วาตภัย... ภัยร้ายที่มากับสายลม เตือนอันตรายจากพายุลมแรง

พายุลมแรง เป็นภัยที่มักเกิดในช่วงฤดูร้อนที่สภาพอากาศแปรปรวน ในช่วงก่อนเกิดพายุฤดูร้อนรวมถึงช่วงฤดูฝน โดยเฉพาะบริเวณที่ตั้งอยู่ในแนวที่พายุหมุนเขตร้อนเคลื่อนตัวผ่านจะมีพายุลมแรง ก่อให้เกิดอันตรายต่อชีวิตและทรัพย์สินได้ เพื่อลดความสูญเสีย ขอแนะวิธีเตรียมพร้อมรับมือและการปฏิบัติตนกรณีเกิดพายุลมแรง ดังนี้

ก่อนเกิด ตรวจสอบสภาพบ้านเรือนโดยเพิ่มที่ค้ำยันประตู หน้าต่าง หลังคาบ้าน ให้อยู่ในสภาพแข็งแรง จัดเก็บสิ่งของที่สามารถปลิวลมได้ในที่มิดชิด ตัดแต่งกิ่งไม้และโค่นต้นไม้บริเวณรอบบ้านที่ไม่อาจหัก โค่นทิ้ง หากพบเห็นป้ายโฆษณาอยู่ในสภาพไม่ปลอดภัย ให้แจ้งหน่วยงานที่เกี่ยวข้องดำเนินการแก้ไข ส่วนเกษตรกรให้จัดทำที่ค้ำยันหรือสิ่งปกคลุมผลผลิตทางการเกษตร เพื่อป้องกันแรงลมพัดพืชผลทางการเกษตรเสียหาย

ขณะเกิด หลบในอาคารที่มั่นคงแข็งแรง ปิดประตูหน้าต่างให้สนิท เพื่อป้องกันสิ่งของปลิวเข้ามากระแทกหรือแรงลมหอบพัดบ้านเรือนได้รับความเสียหาย อยู่นิ่งห่างจากสิ่งปลูกสร้างที่ไม่มั่นคง แข็งแรง ไม่หลบพายุใต้ต้นไม้ ป้ายโฆษณาใกล้แนวเสาไฟฟ้า เพราะเสี่ยงต่อการถูกล้มทับ

หลังเกิด หากมีต้นไม้หักโค่น เสาไฟฟ้าล้ม สายไฟฟ้าขาด ให้แจ้งหน่วยงานที่เกี่ยวข้องมาจัดการแก้ไขและซ่อมแซมโดยด่วน รีบช่วยเหลือและนำผู้บาดเจ็บส่งสถานพยาบาลที่อยู่บริเวณใกล้เคียง

กรณีพบเห็นสายไฟฟ้าขาด ห้ามเข้าใกล้บริเวณที่สายไฟฟ้าขาด ไม่ใช่ไม้หรือวัสดุอื่น ๆ เชี่ยหรือจับสายไฟฟ้า เพราะหากมีกระแสไฟฟ้ารั่วไหล จะทำให้ถูกไฟฟ้าดูดเสียชีวิต หากสายไฟฟ้าขาดตกลงน้ำ ให้งดเว้นการประกอบ

■ กองทัพบกในการช่วยเหลือภัยพิบัติ

กิจกรรมทางน้ำในพื้นที่ดังกล่าวทุกชนิด เพราะน้ำเป็นสื่อนำไฟฟ้าอย่างดี ทำให้ถูกไฟฟ้าดูดเสียชีวิต ให้รีบแจ้งเจ้าหน้าที่การไฟฟ้าดำเนินการแก้ไขในทันที
กรณีสายไฟฟ้าพาดบนรถยนต์

กรณีอยู่ในรถ ห้ามลงจากรถจนกว่าจะแน่ใจว่ากระแสไฟฟ้าถูกตัดแล้ว ยกเว้นกรณีรถเกิดเพลิงไหม้ พยายามเคลื่อนรถออกจากบริเวณดังกล่าว หากไม่สามารถทำได้ให้ขอความช่วยเหลือจากคนที่อยู่นอกรถหรือโทรแจ้งเจ้าหน้าที่การไฟฟ้าดำเนินการตัดกระแสไฟฟ้าในบริเวณที่เกิดเหตุ

การลงจากรถ ลงจากรถโดยไม่ให้อวัยวะส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายสัมผัสกับพื้นและตัวรถพร้อมกัน เมื่อเท้าแตะพื้นแล้วให้ก้าวเท้าช่วงสั้น ๆ ออกห่างจากรถให้มากที่สุด พร้อมทั้งห้ามกลับเข้าไปในรถจนกว่าจะตัดกระแสไฟฟ้าเรียบร้อยแล้ว

แนวทางการป้องกันฟ้าผ่า ช่วงต้น - ปลายฤดูฝน

ฟ้าผ่าเป็นปรากฏการณ์ธรรมชาติที่มักเกิดควบคู่กับพายุ ฝนฟ้าคะนอง ซึ่งกว่า ๑ ใน ๓ ของผู้ที่ถูกฟ้าผ่ามักเสียชีวิตในที่เกิดเหตุ โดยพื้นที่ที่มีผู้ถูกฟ้าผ่าเสียชีวิตมากที่สุด ได้แก่ ที่โล่งแจ้ง เพื่อความปลอดภัย ขอแนะวิธีป้องกันอันตรายจากฟ้าผ่าในช่วงที่เกิดพายุฝนฟ้าคะนอง ดังนี้ กรณีอยู่กลางแจ้ง หากไม่สามารถหาที่หลบได้ และจำเป็นต้องอยู่กลางแจ้งให้เก็บมือทั้งสองข้างแนบชิดติดกับเข่า ก้มศีรษะเข้าไประหว่างขา ให้ร่างกายมีลักษณะกลมหรือนั่งยองๆ แบบเขย่ง ปลายเท้าให้ส้นเท้าลอยขึ้นเหนือพื้นและสัมผัสกับพื้นน้อยที่สุด

โดยให้ส้นเท้าทั้งสองข้างสัมผัสกัน เพราะเมื่อฟ้าผ่ากระแสไฟจะวิ่งจากเท้าหนึ่งไปลงดินอีกข้างหนึ่ง หากส้นเท้าทั้งสองข้างไม่สัมผัสกัน จะทำให้กระแสไฟวิ่งเข้าสู่ลำตัวก่อนที่จะลงสู่เท้าอีกข้าง ก่อให้เกิดอันตรายได้ ข้อควรปฏิบัติ ห้ามหลบพายุฝนใกล้วัตถุที่มีความสูง โดดเด่น เช่น ป้ายโฆษณา ต้นไม้สูง เป็นต้น ไม่สวมใส่เครื่องประดับประเภทเงิน ทองคำ นาฬิกา ทองแดง หรือสัมผัสกับวัตถุที่เป็นโลหะ ไม่ใช้ร่มที่มีด้ามปลายบนสุดเป็นเหล็กแหลม หรือโลหะ เนื่องจากจะเป็นตัวล่อให้ฟ้าผ่า ห้ามใช้โทรศัพท์มือถือถือและโทรศัพท์สาธารณะ เพราะแม้โทรศัพท์จะไม่ใช้สื่อล่อฟ้า แต่ฟ้าผ่าจะเหนี่ยวนำกระแสไฟฟ้าเข้ามาในมือถือ ทำให้แบตเตอรี่ลัดวงจรและระเบิด ส่งผลให้ผู้ถูกฟ้าผ่าได้รับบาดเจ็บรุนแรงมากขึ้น ที่สำคัญให้หลีกเลี่ยงการประกอบกิจกรรมทุกประเภทกลางแจ้ง โดยเฉพาะ ในจุดเสี่ยงต่างๆ เช่น สระน้ำ ชายหาด สนามกอล์ฟ เป็นต้น เพราะจะเพิ่มความเสี่ยงต่อการถูกฟ้าผ่า

กรณีอยู่ในอาคาร ให้หลบในอาคารที่มีสายล่อฟ้า แต่ห้ามขึ้นไปบนดาดฟ้า บริเวณมุมตึก ระเบียงด้านนอกอาคารหรืออยู่ใกล้หน้าต่างที่เป็นโลหะ งดใช้เครื่องใช้ไฟฟ้าและอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ทุกชนิดทั้งโทรทัศน์ วิทยุ อินเทอร์เน็ต คอมพิวเตอร์ โทรศัพท์แบบมีสาย เครื่องทำน้ำอุ่น และถอดปลั๊กไฟ

■ กองทัพบกในการช่วยเหลือภัยพิบัติ

ให้เรียบร้อย เพราะฟ้าอาจผ่าลงมาภายนอกอาคาร ทำให้เกิดกระแสไฟฟ้า กระชากและวิ่งมาตามสายไฟ สายโทรศัพท์เสาอากาศ ท่อน้ำประปา ส่งผลให้เครื่องใช้ไฟฟ้าได้รับความเสียหาย และผู้ที่กำลังใช้งานอยู่ได้รับอันตราย รวมถึงห้ามอาบน้ำ สระผม ล้างจาน ในบริเวณใกล้เขตแนวฟ้าผ่าเพราะน้ำเป็นตัวนำไฟฟ้าอย่างดีที่จะทำให้เกิดอันตรายได้

แนววิธีหลบหลัก ฟ้าผ่ากรณีอยู่กลางแจ้ง

จากข้อมูลสถิติอุบัติเหตุภัยจากฟ้าผ่า พบว่า พื้นที่ที่มีคนถูกฟ้าผ่าเสียชีวิตเป็นอันดับแรก ได้แก่ ที่โล่งแจ้ง หากไม่สามารถหาที่หลบภายในอาคารที่ปลอดภัย ในขณะที่เกิดพายุฝนฟ้าคะนองได้ ให้ปฏิบัติดังนี้

ไต้ต้นไม้อ กรณีที่จำเป็นต้องหลบพายุฝนไต้ต้นไม้อ ควรหลบไต้ต้นไม้อ หรือพุ่มไม้อที่อยู่เป็นกลุ่ม ไม่หลบไต้ต้นไม้อที่อยู่โดดเด่นเพียงต้นเดียวในที่โล่งแจ้งหรือต้นที่สูงที่สุด เพราะมีโอกาสสูงที่จะถูกฟ้าผ่าและอยู่ให้ห่างจากลำต้นอย่างน้อย ๒ เมตร เพราะเมื่อฟ้าผ่ากระแสไฟฟ้าจะสามารถ วิ่งไปตามรากต้นไม้อ ทำให้ได้รับอันตราย กรณีมีหลายคน ให้กระจายกันหลบไต้ต้นไม้อหลาย ๆ ต้น จะปลอดภัยมากกว่า

รถยนต์ แม้ห้องโดยสารรถยนต์จะเป็นพื้นที่ที่ปลอดภัยจากฟ้าผ่ามากที่สุด แต่หากฟ้าผ่าลงมาที่รถในขณะที่รถกำลังวิ่ง อาจทำให้ยางระเบิด และก่อให้เกิดอันตรายได้ เพื่อความปลอดภัยควรจอดรถในพื้นที่ปลอดภัย และปิดประตูหน้าต่างให้มิดชิดถ้าฟ้าผ่าลงมาบริเวณรอบ ๆ รถ ห้ามวิ่งหนีออกจากรถ เพราะกระแสไฟจะไหลจากตัวรถลงสู่พื้นดิน ทำให้ได้รับอันตรายห้องโดยสารรถ จึงถือเป็นพื้นที่ที่ปลอดภัยที่สุด

เพิงพักสังกะสี ห้ามใช้โทรศัพท์มือถืออย่างเด็ดขาด เพราะโทรศัพท์เป็นสื่อล่อฟ้าอย่างดี ประกอบกับฟ้าสามารถผ่าทะลุสังกะสีลงมาได้ เพื่อความปลอดภัยให้ปิดโทรศัพท์มือถือ พร้อมถอดเครื่องประดับประเภทเงิน ทอง นาค ทองแดง ไม่อยู่ใกล้หรือถือวัตถุที่เป็นสื่อนำไฟฟ้า เช่น อุปกรณ์การเกษตร ร่วมปลายแหลม เป็นต้น เพื่อลดความเสี่ยงต่อการถูกฟ้าผ่า

รู้หลักใช้อุปกรณ์ไฟฟ้าถูกวิธี ช่วยชีวิตรอดปลอดภัย

แม้อุปกรณ์ไฟฟ้าจะมีประโยชน์ แต่หากผู้ใช้ ขาดความระมัดระวัง และไม่รู้วิธีใช้อย่างถูกต้อง อาจทำให้ได้รับอันตรายถึงขั้นเสียชีวิตได้ เพื่อความปลอดภัย ขอแนะวิธีเลือกใช้และติดตั้งอุปกรณ์ไฟฟ้าอย่างปลอดภัย ดังนี้

การเลือกใช้อุปกรณ์ไฟฟ้า เลือกให้เหมาะสมกับสภาพพื้นที่และวัตถุประสงค์ในการใช้งาน ขนาดของสายไฟฟ้าเหมาะสมกับปริมาณกระแสไฟฟ้า หากใช้กระแสไฟฟ้าเกินขนาดหรือจุดต่อบริเวณปลั๊กไฟไม่แน่น จะทำให้สายไฟร้อนกว่าปกติ ทำให้กระแสไฟฟ้ารั่วไหลและถูกไฟฟ้าดูดเสียชีวิตได้

การติดตั้ง ไม่ติดตั้งอุปกรณ์ไฟฟ้าไว้ในระดับที่ต่ำโดยเฉพาะเด็กรับ เพราะเด็กอาจซุกขนานิ้วหรือวัสดุอื่นแหย่เข้าไปในรูเด็กรับ ทำให้ถูกไฟฟ้าดูดได้ โดยเฉพาะหากเกิดน้ำท่วม จะทำให้กระแสไฟฟ้ารั่วไหล ก่อให้เกิดอันตรายได้ ไม่ติดตั้งอุปกรณ์ไฟฟ้าไว้บริเวณที่ชื้นแฉะหรือเปียกชื้น พร้อมติดตั้งสายดินกับเครื่องใช้ไฟฟ้าประเภทที่มีเปลือกหุ้มเป็นโลหะและตั้งอยู่กับที่ เช่น เครื่องทำน้ำอุ่น เครื่องซักผ้า เต้าไมโครเวฟ เป็นต้น เพื่อป้องกันกระแสไฟฟ้ารั่วไหล ทำให้ถูกไฟฟ้าดูดเสียชีวิต

ก่อนใช้งาน อ่านฉลากคำแนะนำให้ละเอียดและปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัด ตรวจสอบอุปกรณ์ไฟฟ้าให้อยู่ในสภาพใช้งานได้อย่างปลอดภัย ไม่อยู่ในสภาพเปียกชื้น ชำรุดหรือมีกระแสไฟฟ้ารั่วไหล

การตรวจสอบ ตรวจสอบเครื่องใช้ไฟฟ้าอย่างสม่ำเสมอ โดยสังเกตความผิดปกติของเครื่องใช้ไฟฟ้า หากอยู่ในสภาพชำรุด สายไฟฟ้ามีสีหมองคล้ำ ฉนวนหุ้มสายไฟมีรอยแตก ให้รีบเปลี่ยนใหม่ทันทีและนำไปให้ช่างผู้ชำนาญการซ่อมแซม

■ กองทัพบกในการช่วยเหลือภัยพิบัติ

วิธีใช้ ห้ามใช้หรือสัมผัสเครื่องใช้ไฟฟ้าในขณะที่ร่างกายหรือมือเปียกชื้นอย่างเด็ดขาด เพราะอาจถูกไฟฟ้าดูดเสียชีวิต ไม่เสียบปลั๊กไฟฟ้าหลายตัวในเต้ารับเดียวกัน ปลดปลั๊กไฟและปิดสวิตช์ไฟทุกครั้งหลังเลิกใช้งาน หากไม่มีความรู้เกี่ยวกับระบบไฟ ห้ามซ่อมแซมเครื่องใช้ไฟฟ้าด้วยตนเอง เพราะอาจเกิดความผิดพลาด ทำให้ถูกไฟฟ้าดูดเสียชีวิต หลีกเลี่ยงการใช้เครื่องใช้ไฟฟ้าขณะที่มีฝนฟ้าคะนอง เพราะอุปกรณ์ไฟฟ้าจะได้รับความเสี่ยงและผู้ใช้งานจะได้รับอันตรายจากฟ้าผ่า

การช่วยเหลือผู้ถูกไฟฟ้าดูด

- ห้ามใช้มือเปล่าหรือส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายสัมผัสผู้ถูกไฟฟ้าดูด ให้ยืนอยู่บนพื้นหรือวัสดุที่แห้งและสวมรองเท้าพื้นยางเพื่อป้องกันการถูกกระแสไฟฟ้าดูด

- รีบตัดกระแสไฟฟ้า โดยสับสวิตช์ไฟ ยกสะพานไฟ (Cut Out) และเบรกเกอร์ออกในทันที หรือนำวัสดุที่เป็นฉนวนป้องกันไฟฟ้า เช่น ผ้าแห้ง กิ่งไม้แห้ง เป็นต้น มากระชาก ผลัก หรือดันตัวผู้ถูกไฟฟ้าดูดออกจากบริเวณที่มีกระแสไฟฟ้ารั่วไหล

- เมื่อช่วยผู้ถูกไฟฟ้าดูดออกจากจุดเกิดเหตุได้แล้วให้ตรวจสอบชีพจร หากหมดสติให้ใช้วิธีปั๊มหัวใจหรือผายปอด โดยการเป่าปาก พร้อมรีบนำส่งโรงพยาบาลในทันที

ตรวจสอบอุปกรณ์ไฟฟ้า... ลดเสี่ยงไฟฟ้าลัดวงจร

อุปกรณ์ไฟฟ้าที่มีอายุการใช้งานยาวนาน อาจมีสภาพชำรุดจนเป็นสาเหตุให้กระแสไฟฟ้าลัดวงจร ทำให้ผู้ใช้งานได้รับอันตรายได้ เพื่อความปลอดภัย ขอแนะวิธีตรวจสอบอุปกรณ์ไฟฟ้า ดังนี้

- สังเกตสภาพอุปกรณ์ไฟฟ้าให้อยู่ในสภาพพร้อมใช้งาน สายไฟฟ้าไม่มีสีคล้ำ ไม่มีกลิ่นเหม็นไหม้ ฉนวนหุ้มสายไฟฟ้า ไม่ชำรุด ไม่มีรอยฉีกขาด ไม่มีรอยแตกร้าว ไม่มีรอยไหม้ ไม่มีรอยกัดแทะของสัตว์และไม่มีรอยสิ่งของหนักกดทับ

- เลือกใช้ขนาดของสายไฟฟ้าให้เหมาะสมกับปริมาณกระแสไฟฟ้า และการใช้งานของเครื่องใช้ไฟฟ้า หากใช้กระแสไฟฟ้าเกินขนาดหรือจุดต่อบริเวณปลั๊กไฟไม่แน่น จะทำให้อุณหภูมิสายไฟอยู่ในระดับสูงกว่าปกติ ให้จัดการแก้ไขเพื่อป้องกันกระแสไฟฟ้าลัดวงจร

- หมั่นตรวจสอบสายไฟฟ้านอกอาคาร หรือผนังใต้ฝ้าเพดานเป็นพิเศษ โดยเฉพาะจุดต่อและข้อต่อสายไฟฟ้า หากมีผดและแมลงอาศัย มีร่อนน้ำรั่วซึม ให้แจ้งช่างผู้ชำนาญการมาซ่อมแซม หรือเปลี่ยนใหม่ในทันที

- จัดการแก้ไขสายไฟฟ้าที่อยู่ในจุดเสี่ยง อันตราย เช่น ใกล้แหล่งความร้อน สารเคมี สารไวไฟ แสงแดดส่องถึง ฝนสาดหรือวางของหนักกดทับสายไฟ เพราะจะทำให้ฉนวนไฟฟ้าชำรุดได้ง่าย จะเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดกระแสไฟฟ้าลัดวงจร

- ไม่ปล่อยให้สายไฟฟ้าพาดโครงสร้างส่วนที่เป็นโลหะหรือเหล็กโดยตรง ให้นำสายไฟร้อยใส่ท่อพีวีซี เพื่อป้องกันไฟฟ้ารั่วลงบนโครงโลหะ และหากสายไฟฟ้าชำรุด จะทำให้เกิดอันตรายถึงชีวิตได้

หากไม่มีความรู้ ความชำนาญเกี่ยวกับระบบไฟฟ้า ห้ามดำเนินการตรวจสอบ แก้ไข หรือซ่อมแซมอุปกรณ์ไฟฟ้าด้วยตนเองอย่างเด็ดขาด เพราะเสี่ยงต่อการถูกไฟฟ้าดูดเสียชีวิต

เรียนรู้ ป้องกัน รู้ทันเพลิงไหม้



เพลิงไหม้เป็นภัยใกล้ตัวที่เกิดบ่อยครั้งมากที่สุด ซึ่งในแต่ละครั้งที่เกิดได้สร้างความเสียหายต่อชีวิตและทรัพย์สิน เพื่อความปลอดภัย ขอแนะวิธีป้องกัน การปฏิบัติตนและการอพยพหนีเพลิงไหม้ ดังนี้

การป้องกันเพลิงไหม้

- กำจัดวัสดุที่เป็นเชื้อเพลิงให้ห่างจากแหล่งความร้อน ตรวจสอบอุปกรณ์ไฟฟ้าให้อยู่ในสภาพปลอดภัย ติดตั้งระบบตัดกระแสไฟฟ้าอัตโนมัติ และสายดินกับอุปกรณ์ไฟฟ้าทุกประเภท ปิดสวิตซ์ไฟ และถอดปลั๊กไฟ ทุกครั้ง หลังใช้เครื่องใช้ไฟฟ้า ดับธูปเทียนให้สนิทก่อนออกจากบ้าน จัดเก็บสิ่งของให้เป็นระเบียบ ไม่กีดขวางทางเดินหรือหน้าต่าง หากเกิดเหตุเพลิงไหม้ จะสามารถหนีออกจากอาคารได้ทัน

- ผู้ที่อาศัยอยู่ในอาคารสูงควรตรวจสอบตำแหน่งบันไดหนีไฟทางออกฉุกเฉินที่ใกล้ห้องพักมากที่สุด ตำแหน่งที่ตั้งอุปกรณ์แจ้งเหตุ อุปกรณ์ดับเพลิง วางกุญแจห้องพัก และอุปกรณ์ฉุกเฉิน เช่น ไฟฉาย ไว้ใกล้กับเตียงนอน หากเกิดเพลิงไหม้ จะได้นำมาใช้งานได้ทันที

การปฏิบัติตนเมื่อเกิดเพลิงไหม้

- ตั้งสติ ไม่ตื่นตระหนก ถ้าสถานการณ์ไม่รุนแรง ให้ทำการควบคุมเพลิงเองในเบื้องต้น หากเป็นเพลิงที่ไหม้กระดาศ ไม้ หรือวัสดุที่ติดไฟธรรมดา ให้ใช้น้ำดับ แต่ถ้าเป็นไฟไหม้เครื่องใช้ไฟฟ้า สายไฟ น้ำมัน หรือก๊าซหุงต้ม ต้องใช้น้ำยาเคมีดับเพลิงเท่านั้น จากนั้นให้รีบแจ้งเหตุเพลิงไหม้พร้อมรีบหนีออกจากที่เกิดเหตุในทันที

- กรณีไฟไหม้นอกห้อง ให้ใช้มือสัมผัสบริเวณผนัง หรือลูกบิดประตู ถ้ามีความร้อนสูงแสดงว่าเกิดเพลิงไหม้บริเวณใกล้ๆ ห้ามเปิดประตูออกไปปิดประตูให้สนิท ใช้ผ้าหนาๆ ชุบน้ำอุดตามช่องที่ควันสามารถเข้าไปได้ เช่น ใต้ประตู ช่องลม ขอบหน้าต่าง เป็นต้น จะทำให้เพลิงลุกลามช้าลง ถ้าลูกบิดไม่ร้อน ให้เปิดประตูออกไปอย่างช้าๆ และรีบเดินไปยังเส้นทางหนีไฟที่ปลอดภัยในทันที

- กรณีติดอยู่ในวงล้อมของกองเพลิง ให้โทรศัพท์แจ้งเหตุ หรือส่งสัญญาณขอความช่วยเหลือด้วยการส่องไฟฉาย โบกผ้า เป่านกหวีด หรือตะโกนขอความช่วยเหลือให้ผู้ที่อยู่ภายนอกอาคารทราบ จะได้สามารถช่วยเหลือได้อย่างทันท่วงที

- หากไฟลุกลามติดเสื้อผ้า ห้ามวิ่งหนีโดยเด็ดขาด เพราะการวิ่งจะยิ่งทำให้ไฟลุกลามอย่างรวดเร็ว ให้นอนราบกับพื้น พร้อมกลิ้งตัวไปมาบนพื้น จนกว่าไฟจะดับ

■ กองทัพบกในการช่วยเหลือภัยพิบัติ

การหนีออกจากอาคารที่เพลิงไหม้

- ให้ใช้บันไดหนีไฟภายนอกอาคาร ห้ามใช้ลิฟต์อย่างเด็ดขาด เพราะเมื่อเกิดเพลิงไหม้ไฟฟ้าจะดับ ทำให้ติดค้างอยู่ในลิฟต์จนขาดอากาศหายใจ เสียชีวิต

- ไม่หลบเข้าไปอยู่ในบริเวณที่เป็นจุดอับภายในอาคารซึ่งยากต่อการช่วยเหลือ เช่น ห้องน้ำ ห้องใต้ดิน ดาดฟ้า เป็นต้น เพราะแม้ช่วงแรกจะปลอดภัยจากเปลวเพลิง แต่หากไฟลุกลามรุนแรง น้ำในห้องน้ำจะไม่เพียงพอต่อการดับไฟ

- หากหนีออกจากอาคารที่เกิดเพลิงไหม้ได้แล้ว ห้ามกลับเข้าไปในอาคารที่เกิดเหตุอีก

การปฏิบัติตนขณะเกิดภัยพิบัติ : ไฟป่า

ติดตามข้อมูลสถานการณ์ภัย ตรวจสอบพยากรณ์อากาศ เพื่อประเมินสถานการณ์ภัยและตัดสินใจแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้อย่างถูกต้อง พร้อมปฏิบัติตามประกาศเตือนภัย และคำแนะนำของทางราชการอย่างเคร่งครัด กรณีสถานการณ์รุนแรงและมีประกาศเตือนภัยให้อพยพ ควรรีบออกจากพื้นที่ไปตามเส้นทางที่ปลอดภัยในทันที โดยให้ความช่วยเหลือเด็กและคนชราก่อน ด้านความปลอดภัยในการปฏิบัติงานดับไฟป่า

งานดับไฟป่า เป็นงานที่หนัก เหน็ดเหนื่อยและเสี่ยงอันตรายเป็นอย่างยิ่ง อันตรายในระหว่างปฏิบัติงานเกิดขึ้นได้ในทุกเสี้ยววินาที ทั้งจากเปลวไฟโดยตรงจากรังสีความร้อน จากหมอกควันและก๊าซพิษ รวมไปถึงอันตรายอันเกิดขึ้นได้ในทุกขั้นตอนของการทำงาน ในระหว่างปฏิบัติงาน และหลังการปฏิบัติงานโดยปกติแล้ว หากมีการวางแผนการในเรื่องความปลอดภัยเป็นอย่างดี มีความระมัดระวังไม่ประมาทอยู่ตลอดเวลา โอกาสเกิดอันตรายหรืออุบัติเหตุก็จะมีน้อยลง แต่เนื่องจากงานดับไฟป่าเป็นงานหนัก ระยะเวลาในการปฏิบัติงาน

ยาวนาน ทำให้เกิดความอ่อนล้าเกิดความเครียด มีผลให้สมองสั่งการและตอบสนองต่อสถานการณ์เฉพาะหน้าช้าลง ความระมัดระวังภัยลดลงตามไปด้วย ดังนั้นยิ่งการปฏิบัติงานยืดเยื้อยาวนานออกไปเท่าไร โอกาสเกิดอันตรายและอุบัติเหตุก็ยิ่งมีมากขึ้น ดังนั้นการศึกษาให้มีความรู้ในเรื่องความปลอดภัยในการปฏิบัติงานและการปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ความปลอดภัยอย่างเคร่งครัด จึงเป็นหนทางเดียวที่จะลดอันตรายและอุบัติเหตุในระหว่างการดับไฟป่าให้มีน้อยที่สุด

ความปลอดภัยในเรื่องเครื่องแต่งกาย

เครื่องแต่งกายที่เหมาะสมสำหรับการปฏิบัติงานดับไฟป่า จะต้องสามารถป้องกันหรือลดอันตรายที่จะเกิดระหว่างการดับไฟป่าโดยเฉพาะอย่างยิ่งอันตรายจากรังสีความร้อน (Radiant Heat) ได้มากที่สุด

๑. ใส่เสื้อแขนยาว กางเกงขายาวสีจืดขาดเห็นได้ชัดแต่ไกล เช่น สีแดง ส้ม หรือเหลือง ที่ทำจากผ้าหนา ควรเป็นผ้าทนไฟถ้าสามารถจัดหาได้ ถ้าไม่มีอาจใช้ผ้าฝ้ายธรรมดา แต่ห้ามใช้ผ้าที่ทำจากวัสดุไวไฟ เช่น ผ้าไนลอน โดยเด็ดขาด ในกรณีของประเทศไทยใช้เสื้อผ้าสีแดง ในขณะที่ประเทศสหรัฐอเมริกาใช้สีเหลือง และประเทศฟินแลนด์ใช้สีส้ม เป็นต้น

๒. สวมรองเท้าหนังหุ้มน่องหรือหุ้มข้อ ชนิดร้อยเชือก ห้ามใช้ชนิดมีซิปโลหะเพราะโลหะจะร้อนจัดเมื่อย่ำลงไปบนพื้นที่ไฟไหม้ ในกรณีที่ไม่มีอาจใช้รองเท้าผ้าใบได้ แต่ห้ามสวมรองเท้ายางหรือรองเท้าแตะโดยเด็ดขาด

๓. ควรมีผ้าพันคอสามเหลี่ยมเพื่อใช้เช็ดเหงื่อ ใช้ในการปฐมพยาบาล และใช้ชุบน้ำปิดปากและจมูกในกรณีฉุกเฉิน

๔. สวมหมวกนิรภัยที่ทำจากวัสดุแข็ง เช่น ไฟเบอร์กลาส หรืออะลูมิเนียม มีสายรัดคางและมีสีจืดขาดเช่นเดียวกับเสื้อผ้า

■ กองทัพบกในการช่วยเหลือภัยพิบัติ

๕. ใส่แว่นกันควัน เพื่อป้องกันควันไฟ ฝุ่นชี้้ถ้า สะเก็ดไฟ หรือชิ้นไม้เล็ก ๆ ที่กระเด็นมาจากบริเวณที่ตัดต้นไม้ทำแนวกันไฟ

๖. ห้ามสวมใส่เครื่องประดับที่ทำจากโลหะหรือพลาสติก เพราะโลหะจะรับความร้อนได้อย่างรวดเร็วและทำอันตรายต่อผิวหนัง ในขณะที่พลาสติกจะละลายและทำอันตรายต่อผิวหนังในทำนองเดียวกัน ในกรณีของนาฬิกาซึ่งมีความจำเป็นในระหว่างการปฏิบัติงาน ควรถอดเก็บไว้ในกระเป๋ากางเกงแล้วนำออกมาดูเมื่อต้องการ

ความปลอดภัยในการเดินทางด้วยรถยนต์

แม้ว่าโดยหลักการแล้ว การเดินทางไปถึงบริเวณไฟไหม้ได้เร็วเท่าไรก็จะสามารถควบคุมไฟได้ง่ายขึ้นเท่านั้น หากแต่ความปลอดภัยในการเดินทางมีความสำคัญมากยิ่งขึ้น เพราะหากเกิดอุบัติเหตุระหว่างทางเสียก่อน ภารกิจก็จะล้มเหลวลงโดยสิ้นเชิง และการเดินทางที่ถูกชะงักหรือรีบร้อนลงถนนจนเกินไป จะทำให้เกิดอุบัติเหตุได้ง่าย ดังนั้นจึงต้องมีกรวางแผนในเรื่องการเดินทางให้เกิดความปลอดภัยที่สุดแต่ให้รวดเร็วที่สุดด้วยเช่นกัน

พนักงานขับรถยนต์ จะต้องมีความรู้ทักษะและความชำนาญในการขับขี่ในสภาพภูมิประเทศนั้น ๆ ต้องคุ้นเคยกับพื้นที่ ขับรถด้วยความระมัดระวังไม่ประมาทและไม่ดื่มของมึนเมาก่อนทำหน้าที่

ตรวจสอบสภาพรถยนต์ให้พร้อมสำหรับการเดินทางอย่างปลอดภัยอยู่เสมอ

ก่อนออกรถต้องแน่ใจว่าทุกคนขึ้นรถและนั่งประจำที่อย่างเรียบร้อย และปลอดภัยแล้ว

๑. รถยนต์กระบะที่ไม่ได้ต่อนั่งพิเศษจะต้องให้ทุกคนนั่งในกระบะรถ ห้ามนั่งบนขอบกระบะหรือยืนโดยเด็ดขาด

๒. ในระหว่างการเดินทางทุกคนต้องคอยระมัดระวังอยู่ตลอดเวลา เพราะอาจเกิดการเหวี่ยงเมื่อรถเข้าโค้ง หรือเกิดการกระดอนอันเนื่องมาจาก หลุมบ่อบนถนน ซึ่งอาจทำให้พลัดตกลงจากรถได้

๓. การลงจากรถต้องรอให้รถหยุดสนิท และทยอยกันลงอย่างเป็น ระเบียบ

๔. การนำรถยนต์เข้าไปใกล้พื้นที่ไฟไหม้ ต้องมั่นใจว่าจะมีที่กลับรถ ในกรณีฉุกเฉิน

๕. การจอดรถต้องเลือกพื้นที่โล่งที่ไม่มีเชื้อเพลิง หรือถังเชื้อเพลิง รอบ ๆ ออกให้หมด และหันหัวรถออกไปในทิศทางขาออก

๖. อย่างจอดรถกีดขวางเส้นทางของรถคันอื่นอย่างเด็ดขาด

ความปลอดภัยในระหว่างการเดินเท้า

เนื่องจากสภาพป่าส่วนใหญ่ในประเทศไทยเป็นภูเขาสลับซับซ้อน เส้นทางที่รถเข้าถึงมีน้อยมากและไฟป่ามักเกิดขึ้นในพื้นที่ห่างไกลเส้นทาง คมนาคม ดังนั้นในการดับไฟป่าทุกครั้ง พนักงานดับไฟป่าจำเป็นต้องเดินเท้า จากจุดที่หมดเส้นทางรถยนต์เข้าไปยังบริเวณที่เกิดไฟไหม้ (ภาพที่ ๑) ซึ่งในช่วงของการเดินทางด้วยเท้านี้มีข้อปฏิบัติเพื่อความปลอดภัย ดังนี้

๑. หัวหน้าหมู่ดับไฟป่าจะต้องรู้จักและคุ้นเคยกับพื้นที่เป็นอย่างดี และต้องมีแผนที่และเข็มทิศไปด้วยเสมอ หากเป็นไปได้ควรมีเครื่องบอกพิกัด บนพื้นโลกด้วยดาวเทียม (GPS) ไปด้วย

๒. พยายามใช้เส้นทางเดินเท้าที่มีอยู่แล้ว เพื่อความสะดวกรวดเร็ว ในการเดินทาง และหลีกเลี่ยงอันตรายจากพื้นที่ป่าทึบ หุบเหวและหน้าผา

๓. เดินในลักษณะแถวตอนเรียงหนึ่ง ทิ้งระยะห่างระหว่างบุคคล พอสมควร ในระยะที่มองเห็นหลังคนเดินหน้าอยู่ตลอดเวลา เพื่อป้องกันการ พลัดหลง

■ กองทัพบกในการช่วยเหลือนักดับไฟป่า

๔. นำพาเครื่องมือดับไฟป่าในลักษณะที่ปลอดภัย โดยถ้าเป็นถึงน้ำดับไฟป่าต้องสะพานหลังและถือหัวฉีดในท่าเฉียงอาวุธ หากเป็นเครื่องมือที่มีด้ามให้ถือเครื่องมือในลักษณะที่สมดุล โดยให้หัวของเครื่องมืออยู่ด้านหน้าปล่อยแขนที่ถือเครื่องมือลงแนบลำตัว เพื่อให้เครื่องมืออยู่ที่ระดับต่ำกว่าเอว ห้ามใช้วิธีแบกเครื่องมือโดยเด็ดขาด และเว้นระยะห่างระหว่างบุคคลให้พอเหมาะ เพราะหัวและปลายเครื่องมือจะทิ่มตำคนที่เดินข้างหน้าและข้างหลังได้โดยง่าย

๕. การเดินในเวลากลางวันจะต้องมีไฟฉาย และต้องใช้ความระมัดระวังเพิ่มมากขึ้น พยายามจดจำเส้นทางให้ดีเพื่อกรณีพลัดหลง

๖. หากระยะทางไกลมาก จะต้องวางแผนบริหารกำลังของพนักงานดับไฟป่า โดยกำหนดการหยุดพักเป็นระยะๆ ตามความเหมาะสม

๗. หากเป็นการเดินขึ้นเขา จะต้องทิ้งระยะระหว่างบุคคลให้ไกลขึ้นกว่าปกติ เพราะหากมีหินหรือท่อนไม้กลิ้งลงมา จะได้หลบได้ทัน เดินโดยค้อมหลังไปข้างหน้าเพื่อลดการต้านแรงโน้มถ่วงของโลก และควรเดินในลักษณะสลับฟันปลาเพื่อลดความชันของพื้นที่

๘. ตรวจเช็คตำแหน่งให้ทราบว่าจะอยู่บริเวณใดอยู่ตลอดเวลา เพื่อป้องกันการหลงทาง

๙. การค้นหาไฟ ถ้าเป็นเวลากลางวันอาจเห็นแสงไฟได้แต่ไกล แต่ถ้าเป็นเวลากลางวันอาจต้องใช้วิธีดมกลิ่น ฟังเสียงหรือปิ่นขึ้นต้นไม้เพื่อสังเกตควันไฟ

ความปลอดภัยในการใช้เครื่องมือดับไฟป่า

เครื่องมือดับไฟป่าเปรียบเสมือนอาวุธที่ใช้ในการต่อสู้และเอาชนะไฟป่า ในขณะที่เดียวกันก็ใช้เป็นเครื่องมือป้องกันตัวและเอาชีวิตรอดจากไฟป่าได้อีกด้วย แต่ถ้าวางเครื่องมือไม่อยู่ในสภาพพร้อมใช้งาน หรือใช้งานไม่ถูกวิธี เครื่องมือดับไฟป่าก็สามารถทำอันตรายต่อตัวพนักงานดับไฟป่าได้เช่นกัน



ภาพที่ ๑ การเดินเท้าเข้าไปดับไฟป่า

๑. ตรวจสอบเครื่องมือดับไฟป่าให้อยู่ในสภาพสมบูรณ์แน่นอนหาและพร้อมใช้งานอยู่เสมอ

๒. เครื่องมือที่มีคมต้องมีปลอกหรือมีที่ปิดคมในระหว่างการเดินเท้า และต้องระมัดระวังในระหว่างการเดินทางอยู่ตลอดเวลา เพื่อไม่ให้ส่วนมีคมทำอันตรายตัวเองหรือผู้อื่น

๓. การวางเครื่องมือที่มีคมลงบนพื้น จะต้องวางด้านมีคมลงพื้นเสมอ เพื่อป้องกันอันตรายในกรณีมีผู้พลอไปเหยียบเข้า

๔. ในระหว่างการทำงานด้วยเครื่องมือที่มีคม จะต้องเว้นระยะระหว่างบุคคลให้เพียงพอ เพื่อมิให้เครื่องมือเป็นอันตรายต่อผู้ที่ทำงานอยู่ใกล้เคียง

ความปลอดภัยในระหว่างการดับไฟป่า

๑. ข้อบังคับในระหว่างการดับไฟป่า

๑.๑ เชื้อเพลิงและปฏิบัติตามคำสั่งและคำแนะนำของหัวหน้าหมู่ดับไฟป่าหรือผู้ซึ่งควบคุมการดับไฟป่าโดยเคร่งครัด

■ กองทัพบุกในการช่วยเหลือภัยพิบัติ



ภาพที่ ๒ การดับไฟป่าบนพื้นที่ลาดชัน

๑.๒ จะต้องทำงานเกาะกลุ่มอย่างน้อยที่สุด ๓ นายเสมอ เพราะหากเกิดเหตุฉุกเฉินจะสามารถช่วยเหลือกันได้ทันท่วงที ห้ามแยกตัวออกไปทำงานคนเดียวห่างไกลจากสายตาของผู้ร่วมงานเป็นอันขาด

๑.๓ ในระหว่างการทำงานจะต้องเว้นระยะห่างระหว่างบุคคลให้พอเหมาะเพื่อป้องกันอุบัติเหตุที่อาจเกิดจากเครื่องมือดับไฟป่า เช่นในกรณีที่ตบไฟ คราด หรือขวานหลุดจากด้าม

๒. การระวังอันตรายจากสภาพภูมิประเทศ

๒.๑ หากเป็นที่ลาดชัน ให้หลีกเลี่ยงการดับไฟจากด้านบนของไฟ เนื่องจากควันไฟ เปลวไฟและความร้อนที่พุ่งขึ้นมาจะทำให้หายใจลำบากและทำให้การมองเห็นลดลง และไฟที่ลุกกลมขึ้นเขาจะมีความเร็วมากกว่าที่พนักงานดับไฟป่าจะวิ่งหนีได้ทัน ยิ่งไปกว่านั้นยังอาจมีโอกาสที่ลูกไฟที่ลอยไปตกด้านบนจะพัฒนากลายเป็นไฟป่าอีกแนวหนึ่งทำให้พนักงานดับไฟป่าติดอยู่ในวงล้อมของไฟสองแนว (ภาพที่ ๒)



ภาพที่ ๓ การดับไฟในป่าพรุ จะต้องใส่หน้ากากกันหมอกควันพิษทุกครั้ง

๒.๒ ในที่ลาดชันต้องทำงานจากด้านใต้ของไฟ ทั้งนี้จะต้องระวัง หิน ท่อนไม้ ที่จะกลิ้งลงมาทำอันตราย ทั้งยังต้องระวังเชื้อเพลิงติดไฟที่อาจ กลิ้งผ่านลงไปข้างล่าง เกิดเป็นแนวไฟอีกหนึ่งแนวและทำให้พนักงานดับไฟป่า ติดอยู่ในวงล้อมของไฟสองแนว

๒.๓ การทำงานดับไฟบนที่ลาดชันพนักงานดับไฟป่าจะต้อง ระมัดระวังการเคลื่อนที่ เพราะอาจทำให้มีหินหรือท่อนไม้กลิ้งลงไปทำอันตราย พนักงานดับไฟป่าที่ปฏิบัติงานอยู่ต่ำกว่า

๒.๔ ให้หลีกเลี่ยงพื้นที่ที่มีอันตรายสูง เช่น หน้าผา ซึ่งอาจเกิด อุบัติเหตุพลัดตกลงมา และบริเวณร่องเขาซึ่งจะเกิดปรากฏการณ์ปล่องควันไฟ (Chimney Effect) ได้ตลอดเวลา

๓. การระวังอันตรายจากสภาพเชื้อเพลิง

๓.๑ พื้นที่ป่าที่แน่นทึบทำให้การเดินทางยากลำบาก พลัดหลง กันได้ง่าย ตรวจหาลูกไฟได้ยาก การหนีไฟในกรณีฉุกเฉินไม่สะดวก ดังนั้น หากเป็นไปได้ควรหลีกเลี่ยงการต้องผ่านพื้นที่ดังกล่าว

■ กองทัพบกในการช่วยเหลือภัยพิบัติ



ภาพที่ ๔ อันตรายนจากเปลวไฟและควันไฟ

๓.๒ เชื้อเพลิงที่เป็นไม้ยืนต้นอาจถูกไฟไหม้ที่โคน หากโคนเป็นโพรงต้นไม้จะล้มโค่นลงได้ง่าย จะต้องระมัดระวังการเข้าใกล้

๓.๓ หากไฟไหม้ในป่าดิบแล้ง ดิบเขา ดิบชื้น ซึ่งต้นไม้มักจะอวบน้ำ จึงหักโค่นได้ง่าย ต้องระมัดระวังเป็นพิเศษ

๓.๔ หากไฟไหม้ในป่าพรุ ไฟจะไหม้รากไม้ทำให้ต้นไม้ใหญ่ล้มโค่นอยู่ตลอดเวลา จะต้องใช้ความระมัดระวังสูงสุด นอกจากนี้ไฟที่ไหม้ดินพรุจะเกิดควันที่มีก๊าซพิษ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ซัลเฟอร์ไดออกไซด์ (SO₂) ดังนั้นจะต้องใส่หน้ากากป้องกันควันตลอดเวลา (ภาพที่ ๓) ยิ่งไปกว่านั้นการเดินทางในพื้นที่ดินพรุที่ถูกไฟไหม้จะต้องระมัดระวังทุกอย่างก้าว เพราะอาจพลัดย่ำลงไปบนแก๊ง่านที่เป็นชั้นหนาและมีความร้อนสูง ซึ่งมักจะพบในบริเวณที่ชี้ได้มีสีขาวและบริเวณใกล้โคนต้นไม้ใหญ่ การปฏิบัติงานใกล้แก๊ง่านที่ติดไฟจะต้องระมัดระวังการระเบิดของปล่องไฟ

๔. การระวังอันตรายจากสภาพอากาศ

๔.๑ ในพื้นที่ภูเขาสลับซับซ้อน ความเร็วและทิศทางของลมสามารถเปลี่ยนแปลงได้อยู่ตลอดเวลา ทำให้พฤติกรรมของไฟเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาตามไปด้วย

๔.๒ ในจังหวัดที่ลมแรง ให้ระวังอันตรายจากเปลวไฟและควันไฟ โดยพยายามหลีกเลี่ยงการสูดดมควันไฟหรือให้ควันไฟเข้าปอดน้อยที่สุดและระวังอย่าให้ขี้เถ้าเข้าตา ถ้าเป็นไปได้ให้ทำงานจากด้านหลังเนินลมจะมีความปลอดภัยกว่ามาก (ภาพที่ ๔)

๔.๓ หากทำการดับไฟในช่วงบ่ายซึ่งอุณหภูมิสูงขึ้นและความชื้นสัมพัทธ์ลดต่ำลง จะส่งผลให้เหนื่อยง่ายและบั่นทอนกำลังลงอย่างรวดเร็ว จึงไม่ควรทำงานอย่างหักโหมเพราะจะเกิดอุบัติเหตุตามมาได้ง่าย ควรผ่อนจังหวะการทำงานลงเพื่อถนอมกำลังและมีการสลับกันพักเป็นช่วง ๆ เพื่อบริหารกำลังให้มีเพียงพอที่จะยึดระยะเวลาการทำงานได้ยาวนานจนกว่าจะมีกำลังชุดใหม่มาสับเปลี่ยน

การปฏิบัติงานร่วมกับเฮลิคอปเตอร์

เมื่อทำงานร่วมกับเฮลิคอปเตอร์หรือเดินทางโดยเฮลิคอปเตอร์ จะต้องมีความรู้ในเรื่องอันตรายและกฎความปลอดภัยเป็นอย่างดีเสียก่อน

๑. อันตรายจากเฮลิคอปเตอร์

- อันตรายจากใบพัดหลัก (Main rotor)
- อันตรายจากใบพัดที่หาง (Tail rotor)
- อันตรายจากท่อไอเสีย (Engine exhaust)

๒. การเตรียมตัวขึ้นเครื่อง

- ฟังคำสั่งจากเจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมเครื่องเท่านั้น

■ กองทัพบกในการช่วยเหลือภัยพิบัติ



ภาพที่ ๕ การขึ้นลงเฮลิคอปเตอร์

- รออยู่นอกลานจอด
- เคลื่อนที่เมื่อได้รับคำสั่งเท่านั้น

๓. การเคลื่อนที่เข้าหาเครื่อง

- เคลื่อนที่เข้าหาเครื่องทางด้านหน้าหรือด้านข้างของเครื่องเท่านั้น
- อย่าเคลื่อนที่เข้าหาเครื่องจากด้านบนของลาดเขาลงมา
- ถือเครื่องมือที่ระดับต่ำกว่าเอว โดยหันหัวเครื่องมือไปข้างหน้า
- อย่าเคลื่อนที่ด้วยความรีบร้อน

๔. ในขณะที่อยู่บนเครื่อง

- จัดวางเครื่องมือไว้ในตำแหน่งที่ปลอดภัย
- รัดเข็มขัดนิรภัย
- ห้ามแตะต้องอุปกรณ์หรือแผงควบคุมใด ๆ ในเครื่องโดยเด็ดขาด

๕. การลงจากเครื่อง

- รอฟังคำสั่งให้ลงจากเครื่อง
- เมื่อลงจากเครื่องแล้วให้เคลื่อนที่ออกจากด้านหัวเครื่องหรือ

ด้านข้างที่ไม่ใช่ลาดเขาขาขึ้น ห้ามเคลื่อนที่ไปทางท้ายเครื่องโดยเด็ดขาด (ภาพที่ ๕)

- หากใบพัดของเครื่องทำให้เกิดฝุ่นมากจนมองทางไม่เห็น หลังลงจากเครื่องแล้วให้หมอบอยู่ด้านข้างของเครื่อง แล้วรอจนกระทั่งเครื่องยกตัวออกไปจากพื้นที่เสียก่อน

ความปลอดภัยในระหว่างการกวาดเก็บ

๑. การเข้าไปในพื้นที่ที่จะทำการกวาดเก็บ จะต้องระมัดระวังไฟที่ยังกรุ่นอยู่ตามท่อไม้ไผ่ รางไม้ ขอนไม้ หรือบางจุดที่ยังมีความร้อนสูงมาก ซึ่งจะสังเกตได้จากการที่มีเขม่าสีขาวในบริเวณนั้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในพื้นที่ป่าพรุ ซึ่งจะยังมีเชื้อเพลิงที่ไหม้คุกรุ่นและร้อนจัดอยู่ใต้ชั้นผิวดินพรุ

๒. ไม้ยืนต้นที่ถูกไฟไหม้จะมีอันตรายมาก เพราะอาจล้มโค่นลงมาได้

๓. หลังการฉีดน้ำเพื่อกวาดเก็บเขม่าที่เปียกน้ำจะทำให้พื้นที่ลื่นมาก อาจเกิดอุบัติเหตุหกล้มได้ง่าย

๔. การฉีดน้ำเพื่อทำแนวดำ ต้องระวังเขม่าที่จะฟุ้งกระจายเข้าตา

๕. ในขณะที่ตากส่วนของท่อนไม้หรือท่อไม้ที่ยังติดไฟอยู่ ออกหรือกระจายกองเชื้อเพลิงที่ยังติดไฟอยู่ ออก ต้องระวังไม่ให้สะเก็ดไฟกระเด็นเข้าตา

ความปลอดภัยจากสัตว์ป่าและอสรพิษ

๑. การทำงานในพื้นที่ที่มีสัตว์ป่าที่อาจเป็นอันตรายชุกชุม จะต้องระมัดระวังเพราะสัตว์เหล่านี้ อาจแตกตื่นหนีไฟและทำอันตรายพนักงานดับไฟป่าได้

๒. การพักแรมในพื้นที่ที่มีสัตว์ร้ายชุกชุม จะต้องเลือกที่พักแรมให้ห่างจากด่านสัตว์หรือบริเวณแหล่งน้ำที่สัตว์ลงกินน้ำเป็นประจำ นอกจากนั้น จะต้องก่อกองไฟและจัดเวรยามเพื่อป้องกันสัตว์ร้าย

๓. อสรพิษ จำพวก งูพิษ ตะขาบ แมงป่องและต่อหูลุม เป็นอันตรายอย่างยิ่งต่อพนักงานดับไฟป่า จึงต้องพยายามหลีกเลี่ยงพื้นที่ที่คาดว่าจะมีสัตว์

■ กองทัพบกในการช่วยเหลือภัยพิบัติ

ดังกล่าว ใช้ความระมัดระวังอย่างหนึ่งในที่รก การพักผ่อนในเวลากลางคืน ต้องตรวจสอบพื้นที่ว่าไม่มีสัตว์มีพิษเหล่านี้อาศัยอยู่

อันตรายจากไฟต่อพนักงานดับไฟป่า

๑. ปฏิบัติการต่อร่างกาย

- การสัมผัสกับไฟป่าโดยตรงมีผลทำให้ถึงขั้นเสียชีวิตโดยสาเหตุต่าง ๆ ดังนี้

- เป็นลมเพราะความร้อน (Heat Stroke)
- ได้รับก๊าซพิษ
- สูดควันไฟ
- ปอดไหม้เนื่องจากก๊าซที่มีความร้อนจัด
- ถูกเปลวไฟคลอกโดยตรง

ทั้งนี้ สาเหตุหลักที่ทำให้เสียชีวิตเกิดจากการเป็นลมเพราะความร้อน อันสืบเนื่องมาจากการได้รับความร้อนที่เกิดจากการแผ่รังสีจากเปลวไฟมากเกินไป

๒. คาร์บอนมอนนอกไซด์ จากการศึกษาของ CSIRO (National Rural Fire Authority, 1991) ถึงผลของคาร์บอนมอนนอกไซด์ที่มีต่อพนักงานดับไฟป่าที่ทำงานในที่โล่ง พบว่าระดับคาร์บอนมอนนอกไซด์ที่พนักงานดับไฟป่าได้รับในระหว่างดับไฟป่า ส่วนใหญ่แล้วไม่เกินปริมาณที่กำหนดเป็นมาตรฐานสากลสำหรับการรับคาร์บอนมอนนอกไซด์ต่อวัน และสรุปว่า ปริมาณคาร์บอนมอนนอกไซด์ที่พนักงานดับไฟป่าได้รับในระหว่างปฏิบัติงานไม่มีอันตรายร้ายแรงต่อสุขภาพ

๓. ควันไฟ หลีกเลี่ยงการทำงานจากด้านใต้ลม เพราะจะได้รับควันไฟในปริมาณมาก ให้พยายามก้มตัวลงต่ำเพื่อสูดอากาศบริสุทธิ์ ซึ่งมักจะเหลืออยู่ที่ระดับใกล้ผิวดิน

๔. อากาศที่มีความร้อนจัด เมื่อสูดเข้าไปจะเป็นอันตรายต่อปอด เนื่องจากอากาศที่ร้อนจัดจะไปกระตุ้นเนื้อเยื่อปอดให้หลังของหลอดลมบางอย่างออกมา ซึ่งมีผลทำให้เกิดอาการขาดอากาศ

๕. แผลไฟลวก แผลไฟลวกเกิดจากการสัมผัสกับเปลวไฟโดยตรง หรือเกิดจากการรับรังสีความร้อนที่แผ่ออกมาจากไฟ ซึ่งจะทำอันตรายต่อผิวหนังและเนื้อเยื่อใต้ชั้นผิวหนังลงไป อันตรายจะเกิดถึงขั้นช็อคแล้วเสียชีวิต หากผิวหนังและเนื้อเยื่อได้รับความร้อนอย่างต่อเนื่อง

ในกรณีนี้การปฐมพยาบาลเบื้องต้นเพื่อให้บริเวณที่ถูกไฟลวกเย็นลง มีความจำเป็นอย่างยิ่ง

๖. การสูญเสียน้ำของร่างกายในระหว่างการดับไฟป่า ซึ่งอุณหภูมิของอากาศสูงกว่าอุณหภูมิของผิวหนัง ทำให้ร่างกายไม่สามารถระบายความร้อน โดยวิธีการพาความร้อน (Convection) และการแผ่รังสีความร้อน (Radiation) ดังนั้นการระเหยของเหงื่อจึงเป็นวิธีเดียวที่ร่างกายจะลดความร้อนได้ โดยในระหว่างการดับไฟป่าตามปกติ ร่างกายจะสูญเสียน้ำจากการเสียเหงื่อในอัตราประมาณครึ่งลิตรต่อชั่วโมง แต่ถ้าหากทำงานอย่างหักโหมก็อาจจะเสียน้ำได้มากกว่าหนึ่งลิตรต่อชั่วโมง ซึ่งหากปฏิบัติงานอย่างหักโหมเพียงหนึ่งถึงสองชั่วโมง ร่างกายก็จะสูญเสียน้ำมากจนถึงระดับที่เป็นอันตราย ดังนั้นจึงจำเป็นต้องดื่มน้ำบ่อย ๆ เพื่อเข้าไปทดแทน

๗. รังสีความร้อน รังสีความร้อนเป็นรูปหนึ่งของพลังงานความร้อนที่เดินทางเช่นเดียวกับแสง คือไม่ต้องอาศัยตัวกลาง ความร้อนจากไฟส่วนใหญ่จะเป็นรังสีความร้อน (Radiant Heat) การได้รับรังสีความร้อนนี้เอง ที่เป็นสาเหตุหลักที่ทำให้พนักงานดับไฟป่าอ่อนเพลียและหมดสติในระหว่างการทำงาน อันตรายที่เกิดจากการได้รับรังสีความร้อนจะเกิดขึ้นเป็นลำดับ ดังนี้

■ กองทัพบกในการช่วยเหลือนักดับเพลิง

๗.๑ ความเครียดจากความร้อน (Heat Stress) มีผลทำให้การปฏิบัติงานของพนักงานดับไฟป่าลดประสิทธิภาพลง โดยปกติแล้วร่างกายควบคุมระดับความร้อนในร่างกายโดยใช้ขบวนการหมุนเวียนโลหิตและการขับเหงื่อเมื่ออุณหภูมิสูงขึ้น อัตราการเต้นของหัวใจจะเร็วขึ้นและสูบฉีดเลือดไปอยู่ที่บริเวณใกล้ผิวหนัง (ซึ่งมีผลให้ใบหน้าแดงกำขี้) ร่างกายก็จะขับเหงื่อออกมา เมื่อเหงื่อระเหยก็จะดึงความร้อนออกไปด้วย ทำให้ร่างกายเย็นลง ทั้งนี้พนักงานดับไฟป่าซึ่งมีสุขภาพแข็งแรงมักมีความทนทานต่อความเครียดจากความร้อนมากกว่าบุคคลโดยทั่วไป

อย่างไรก็ตาม เพื่อความไม่ประมาท หัวหน้าหมู่ดับไฟจะต้องคอยสังเกตอาการของพนักงานดับไฟป่าว่าเริ่มมีอาการของความเครียดจากความร้อนแล้วหรือยัง โดยสังเกตจาก

- อาการอ่อนเพลีย
- อาการตาลาย เวียนศีรษะ หน้ามืด
- อาการคลื่นเหียนอาเจียน

หากตรวจพบอาการในทันทีและได้รับการปฐมพยาบาลอย่างถูกต้อง พนักงานดับไฟป่าก็จะสามารถฟื้นตัวได้อย่างรวดเร็ว แต่ถ้าปล่อยเวลาให้เนิ่นนานไป พนักงานดับไฟป่าจะมีอาการรุนแรงขึ้นถึงขั้นการอ่อนเปลี้ยจากความร้อน (Heat Exhaustion)

๗.๒ การอ่อนเปลี้ยจากความร้อน (Heat Exhaustion) เป็นอาการที่เกิดต่อเนื่องจากอาการความเครียดจากความร้อน โดยเมื่อสมองรับรู้การเพิ่มขึ้นของระดับความร้อนของร่างกาย สมองจะสั่งการให้ระบบต่างๆ ในร่างกายทำงานช้าลง ซึ่งจะเกิดอาการดังนี้

- การเต้นของชีพจรช้าลง (ความดันโลหิตลดลง)

- หายใจสั้นแต่ถี่กระชั้นขึ้น (อัตราการหายใจสูงขึ้น)
- ผิวหนังเปียกชื้น แต่เย็นชืดเหมือนผิวคนตาย (ขับเหงื่อมากเกินไป)
- หน้าซีด (เป็นผลจากความดันโลหิตที่ลดลง)

ในกรณีเช่นนี้จะต้องรีบนำพนักงานดับไฟป่าออกไปพักฟื้นนอกพื้นที่ไฟไหม้โดยทันที

๗.๓ การเป็นลมเพราะความร้อน (Heat Stroke) เป็นอาการที่เกิดต่อเนื่องจากการอ่อนเปลี้ยจากความร้อน เนื่องจากปริมาณความร้อนที่ร่างกายได้รับและสะสมมาเรื่อยๆ ในระหว่างการปฏิบัติงานสูงขึ้นจนถึงระดับที่ระบบควบคุมระดับความร้อนของร่างกายไม่สามารถปรับตัวเพื่อควบคุมความร้อนได้อีกต่อไป สมองได้รับผลกระทบและหยุดสั่งการ ระบบควบคุมระดับความร้อนของร่างกายจึงหยุดการทำงานลง ซึ่งจะเกิดอาการดังนี้

- ซีพจรเต้นแรงและเร็ว (อัตราการเต้นของหัวใจเร็วขึ้น)
- ผิวหนังร้อนจัดและแห้ง (ร่างกายสูญเสียน้ำมากเกินไป แต่ไม่มีการขับเหงื่ออีกต่อไป)
- อุณหภูมิของร่างกายสูงมาก (ระบบควบคุมระดับความร้อนของร่างกายหยุดทำงาน)
- ใบหน้าแดงกำ (อัตราการหมุนเวียนโลหิตและอุณหภูมิสูงขึ้น)

ในกรณีนี้จะต้องรีบปฐมพยาบาลในทันทีเพื่อลดระดับความร้อนของร่างกายลงก่อน แล้วจึงค่อยเคลื่อนย้ายออกจากพื้นที่

การเอาชีวิตรอดในกรณีฉุกเฉิน

๑. เส้นทางล่าถอยในการเข้าปฏิบัติงานดับไฟป่าทุกครั้ง จะต้องกำหนดแผนล่าถอยในกรณีฉุกเฉิน โดยชี้แจงให้พนักงานดับไฟป่าทราบถึงเส้นทางที่จะใช้ในการล่าถอยในกรณีฉุกเฉิน (Escape Route) ซึ่งส่วนใหญ่จะใช้เส้นทาง

■ กองทัพบกในการช่วยเหลือภัยพิบัติ

แนวกันไฟที่ใช้ในการดับไฟครั้งนั้น เพื่อล่าถอยกลับออกมาสู่บริเวณที่เริ่มตั้งต้นเข้าไปดับไฟ เพราะโดยทั่วไปแล้วจะเริ่มตั้งต้นเข้าไปดับไฟจากบริเวณที่ปลอดภัย อย่างไรก็ตาม พนักงานดับไฟป่าจะต้องคอยสังเกตเส้นทางเพื่อหาทางเลือกอื่น ๆ เพื่อการล่าถอย ในกรณีที่เกิดอุปสรรคทำให้ไม่สามารถล่าถอยตามเส้นทางที่กำหนดไว้ตั้งแต่แรกได้ ทั้งนี้ในขณะที่ล่าถอยจะต้องปฏิบัติตามดังนี้

- ตรวจสอบให้แน่ใจว่าเพื่อนพนักงานดับไฟป่าในหมุยยังอยู่ครบถ้วน
- เดินอย่างระมัดระวัง และคอยระวังอันตรายที่อาจเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา
- เมื่อเดินทางถึงพื้นที่ที่ปลอดภัยแล้ว ให้รีบตรวจสอบยอดจำนวน

พนักงาน

- ดับไฟป่าอีกครั้งหนึ่ง

๒. การปฏิบัติหากติดอยู่ในบริเวณไฟไหม้ ระยะเวลาที่เปลวไฟลุกลามผ่านจุดหนึ่ง ๆ ในพื้นที่ส่วนใหญ่จะใช้เวลาไม่เกิน ๔ นาที ในกรณีที่ไหม้ผ่านป่าไม้พุ่มและไม่เกิน ๓๐ วินาที ในกรณีที่ไหม้ผ่านป่าหญ้า หลังจากเปลวไฟผ่านไปแล้ว ความร้อนจะลดลงอย่างรวดเร็ว หากติดอยู่ในพื้นที่ที่เปลวไฟกำลังจะลุกลามผ่าน โอกาสในการรอดชีวิตจะเพิ่มมากขึ้นหากปฏิบัติตามดังนี้

- เลือกพื้นที่ที่มีเชื้อเพลิงอยู่น้อยที่สุด
- หากในบริเวณนั้นมีก้อนหิน ต้นไม้ล้ม หรือร่องน้ำ ให้ใช้ประโยชน์

เป็นที่กำบังเพื่อป้องกันตัวจากรังสีความร้อนให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้

- หากไม่มีที่กำบังตามธรรมชาติ ให้ใช้เครื่องมือดับไฟป่ากำจัด

เชื้อเพลิงในบริเวณรอบ ๆ ตัวออกให้มากที่สุด หรือหากมีเวลาพอให้ขุดร่องตื้น ๆ พอที่จะลงไปนอนได้ หลังจากนั้นให้นอนคว่ำหน้าลงแนบดิน ใช้หน้าผากกดลงดินเพื่อโค้งงอกันขึ้นเหลือช่องว่างให้หายใจได้สะดวก พยายามปกปิดส่วนต่าง ๆ ของร่างกายไม่ให้ถูกรังสีความร้อนหรือถูกเปลวไฟ อย่างน้อยที่สุดให้ประสานมือทั้งสองข้างปิดบังท้ายทอยและหูเอาไว้



ภาพที่ ๖ การฝึกวิ่งฝ่าเปลวไฟอย่างปลอดภัย

- ควบคุมสติ ไม่ตื่นตระหนกและนอนนิ่งอยู่กับที่ รอจนกระทั่ง เปลวไฟผ่านพ้นไปและสถานการณ์เข้าขั้นปลอดภัย

- ในสถานการณ์เช่นนี้ จะเกิดความกดดันทำให้อยากลุกขึ้น เพื่อวิ่งหนี แต่การพยายามลุกขึ้นหรือเคลื่อนที่มีแต่จะทำให้สถานการณ์เลวร้ายลงไปอีก ทั้งนี้เพราะอุณหภูมิของอากาศและปริมาณควันไฟที่ระดับ ๑ - ๒ เมตร จากผิวดินอย่างน้อยจะสูงเป็นสองเท่าของที่ระดับผิวดิน

๓. พื้นที่ที่ปลอดภัย พื้นที่ที่ถูกไฟไหม้ไปแล้ว เป็นพื้นที่เป้าหมายหลักที่จะล่าถอยไปสู่ ในกรณีที่เป็นไฟผิวดิน ความสูงเปลวไฟไม่เกิน ๒ เมตร และความกว้างของบริเวณเปลวไฟไม่เกิน ๒ เมตร พนักงานดับไฟป่าที่ได้รับการฝึกอบรมด้านความปลอดภัยมาเป็นอย่างดีแล้ว จะสามารถวิ่งฝ่าเปลวไฟข้ามไปสู่ บริเวณที่ถูกไฟไหม้ไปแล้วได้อย่างปลอดภัย อย่างไรก็ตาม วิธีนี้จะใช้ได้เฉพาะ

■ กองทัพบกในการช่วยเหลือภัยพิบัติ

กรณีที่พนักงานดับไฟป่าสามารถมองเห็นพื้นที่หลังแนวไฟที่จะวิ่งไปหาได้อย่างชัดเจนเท่านั้น (ภาพที่ ๖)

๔. การหลบไฟในรถยนต์ หากอยู่ในรถยนต์ อย่าพยายามขับฝ่าเปลวไฟที่มีควันไฟจำนวนมากบดบังการมองเห็น เพราะอาจเกิดอุบัติเหตุรถชนกันหรือขับรถตกทาง ในกรณีนี้อย่าตื่นตระหนกจนเกินเหตุ ให้ระลึกไว้เสมอว่าตัวถังรถยนต์สามารถป้องกันร่างกายจากเปลวไฟและรังสีความร้อนได้เป็นอย่างดี หากเส้นทางล่าถอยถูกปิดกั้นลง ให้อยู่ในรถและปฏิบัติดังนี้

- หาที่จอดรถริมทางหรือตรงกึ่งกลางของพื้นที่โล่งไม่มีเชื้อเพลิง
- ปิดกระจกหน้าต่างรถทุกบาน ปิดช่องระบายอากาศ และปิดแอร์

ในรถเพื่อป้องกันไม่ให้ก๊าซพิษรั่วเข้ามาในรถ

- เปิดไฟฉุกเฉิน
- ก้มตัวลงให้ต่ำกว่าระดับขอบหน้าต่าง เพื่อป้องกันรังสีความร้อน

ที่จะส่งผ่านกระจกรถยนต์เข้ามา

- ใช้ความอดทนต่อความอึดอัดและความร้อนในรถที่จะเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ อย่าลงจากรถโดยเด็ดขาดจนกว่าไฟจะไหม้ผ่านไปและสถานการณ์เข้าสู่ภาวะปลอดภัย

๕. การวิ่งหนี

- อย่าพยายามวิ่งผ่านเปลวไฟ นอกจากจะสามารถมองเห็นพื้นที่หลังแนวไฟที่จะวิ่งไปหาได้อย่างชัดเจนเท่านั้น

- อย่าวิ่งหนีขึ้นเขาหรือวิ่งหนีในทิศตามลมของแนวหัวไฟ เพราะไฟที่ลุกลามขึ้นเขาหรือลุกลามตามลมจะมีความรวดเร็วกว่าที่จะวิ่งหนีได้ทัน