

## คำแนะนำสำหรับผู้ป่วยและประชาชน

## คำแนะนำสำหรับผู้สัมผัสสารปรอท

ปรอท มี 3 แบบคือ 1) ปรอทบริสุทธิ์เป็นของเหลวที่อุณหภูมิห้อง สีเงิน มันวาว ไม่มีกลิ่น สามารถระเหยเป็นไอได้ที่อุณหภูมิห้อง และเมื่อถูกความร้อนยิ่งทำให้ระเหยไปในบรรยากาศได้มากขึ้น 2) ปรอทอินทรีย์ ส่วนใหญ่อยู่ในรูปของเหลว และ 3) ปรอทอินทรีย์ มักพบปนเปื้อนในอาหาร เช่น ปลา ดูดซึมได้ดีผ่านทางเดินอาหาร อาการพิษของปรอทแต่ละรูปมีความแตกต่างกันออกไป

## อันตรายจากการสัมผัสสาร

ปรอทบริสุทธิ์ ดูดซึมในทางเดินอาหารได้น้อยมากจึงมักไม่เกิดพิษ แต่การสูดดมทำให้ปอดอักเสบ ปอดบวมน้ำได้อย่างรุนแรง ปรอทอินทรีย์ การกิน ทำให้เกิดอาการปวดท้องทันที ท้องเสีย ลำไส้อักเสบ มีเลือดออก ลำไส้เน่า ช็อค และเสียชีวิตได้ ทำให้ไตวายเฉียบพลันได้ภายใน 2-3 วันหลังรับประทาน

ปรอทอินทรีย์ ทำให้มีอาการชา เป็นเหน็บที่ปลายมือปลายเท้า ริมฝีปาก เดินเซ มือสั่น กล้ามเนื้อกระตุก พุดไม่ชัดเจน ได้ยินผิดปกติ พฤติกรรมเปลี่ยน สติปัญญาเสื่อม ผิวหนังแดงลอก ในรายที่รุนแรงอาจเสียชีวิตได้

## การปฐมพยาบาล

- สัมผัสทางการหายใจ** : เคลื่อนย้ายออกมาในที่โล่ง ให้ได้รับอากาศบริสุทธิ์ ถ้าหายใจไม่สะดวกให้ออกซิเจน
- สัมผัสทางผิวหนัง** : ถอดเสื้อผ้าและเครื่องประดับที่ปนเปื้อนออกทั้งหมด เก็บใส่ถุงพลาสติกสองชั้น มัดปากถุง รีบล้างผิวหนังด้วยน้ำสะอาดนานอย่างน้อย 15-30 นาที
- สัมผัสทางตา** : ควรถอดคอนแทคเลนส์ออก ล้างด้วยน้ำสะอาดโดยให้น้ำไหลผ่านจากหัวตาไปหางตานานอย่างน้อยข้างละ 10-15 นาที
- สัมผัสทางการกิน** : ห้ามกระตุ้นให้อาเจียนเพราะจะทำให้สำลักได้ ควรส่งพบแพทย์ทันที

## อาการที่ควรพบแพทย์

มีอาการไอ หายใจลำบาก อาการระคายเคืองตาและผิวหนังมากขึ้น

## การป้องกันและการปฏิบัติตน

1. ถ้าทำงานเกี่ยวข้องกับสารนี้ควรสวมชุดป้องกันสารเคมี แวนครอบตา ถุงมือป้องกันสารเคมี ใช้หน้ากากที่ป้องกันไอและฝุ่นของสารนี้
  2. กรณีเกิดเหตุฉุกเฉิน เช่น มีการรั่วไหล
    - ✓ ให้เคลื่อนย้ายไปยังบริเวณที่มีอากาศบริสุทธิ์ ในทิศทางต้นลม ถ้าไม่มีอุปกรณ์ป้องกันอันตราย ได้แก่ หน้ากากที่เหมาะสมกับชนิดสารให้ใช้ผ้าชุบน้ำบิดให้หมาด ปิดปากและจมูก
    - ✓ กรณีอยู่ในบ้านให้ปิดประตูหน้าต่าง ช่องลมต่างๆ ให้สนิทป้องกันไม่ให้สารเคมีปนอยู่ในบ้าน
    - ✓ ติดตามสถานการณ์การเกิดเหตุ และปฏิบัติตามคำแนะนำจากหน่วยงานราชการหรือผู้นำชุมชน
    - ✓ หลังเกิดเหตุควรเปิดประตู หน้าต่างเพื่อระบายอากาศ และเช็ดทำความสะอาดบ้าน
    - ✓ ถ้าต้องปฏิบัติงานในเหตุฉุกเฉินต้องสวมอุปกรณ์ป้องกันอันตรายครบชุดโดยเฉพาะระบบทางเดินหายใจที่เหมาะสม
- หลังปฏิบัติงานควรเปลี่ยนเสื้อผ้า ชำระร่างกายให้สะอาด
3. หลังการสัมผัส ไม่ควรออกกำลังกายหรือกิจกรรมใดๆ ที่ต้องใช้พลังงานใน 1-2 วัน หลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่อย่างน้อย 3 วันเนื่องจากทำให้ปอดอักเสบ หลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างน้อย 24 ชั่วโมง เนื่องจากทำให้อาการแย่ลง