



LERTLAH SCHOOL
KANCHANAPISEK ROAD
Tel. 66 (0) 2-894-5400 to 5
Fax. 66 (0) 2-894-4771



โรงเรียนเลิศหล้าถนนกาญจนาภิเษก
โรงเรียนรางวัลพระราชทาน และนักเรียนรางวัลพระราชทาน
www.lertlah.com ✉ lertlah.kanchana@gmail.com
f Lertlah.Kanchanapisek LINE @lertlahkanchana

สารสัมพันธ์ฉบับพิเศษที่ 22/2560 วันที่ 11 กรกฎาคม 2560

เรื่อง การป้องกันและควบคุมโรคติดต่อ
เรียน ผู้ปกครองนักเรียนทุกท่าน

เนื่องด้วยสถานศึกษาเป็นสถานที่ที่มีเด็ก ๆ อยู่รวมกันเป็นจำนวนมาก จึงมีความเสี่ยงที่อาจพบการระบาดของโรคติดต่อที่สำคัญในเด็กนักเรียน ซึ่งทุกช่วงฤดูกาลที่สภาพอากาศมีการแปรปรวน จะพบว่า โรคต่าง ๆ สามารถแพร่กระจายและติดต่อระหว่างกันได้ง่าย โดยเฉพาะเด็กเล็กวัยอนุบาล เป็นช่วงอายุที่ร่างกายมีภูมิคุ้มกันต่ำ ส่งผลให้มีอาการเจ็บป่วยได้ง่าย อาทิ โรคไข้หวัดใหญ่ โรคมือเท้าปากและโรคอื่น ๆ

อีกทั้งสาเหตุการแพร่กระจายของโรคติดต่อตามฤดูกาลในสถานศึกษานั้น เกิดจากการนำโรคมาติดต่อ โดยนักเรียนสู่นักเรียนอย่างไร้รู้ตัว เช่น การนำนักเรียนไปในแหล่งชุมชนในวันหยุดร่วมกับครอบครัว หรือ นำนักเรียนไปในสถานที่สาธารณะที่มีบุคคลต่างเพศ ต่างวัย อยู่รวมกันอย่างหนาแน่น อากาศถ่ายเทไม่สะดวก ฯลฯ ส่งผลให้นักเรียนในวัยอนุบาลมีโอกาสได้รับเชื้อจากการจับสัมผัส หรือการหายใจ และเจ็บป่วยในที่สุดโดยผู้ปกครองอาจจะไม่รู้ว่ามีบุตรหลานมีอาการป่วย เนื่องจากบางโรคยังไม่ปรากฏอาการที่เด่นชัด จึงส่งนักเรียนมาโรงเรียนตามปกติ

ดังนั้นเพื่อเป็นการป้องกัน และเฝ้าระวังโรคติดต่อตามฤดูกาลที่อาจเกิดขึ้นในบุตรหลานของท่าน โรงเรียนฯ จึงขอประชาสัมพันธ์ และขอความร่วมมือผู้ปกครองโปรดดูแลรักษาสุขอนามัยของบุตรหลาน และอื่น ๆ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. ควบคุมรักษาสุขอนามัยส่วนบุคคล เช่น ล้างมือให้สะอาดก่อนปรุงหรือรับประทานอาหาร และหลังจากถ่ายอุจจาระปัสสาวะหรือจับต้องของสกปรก รับประทานอาหารที่ปรุงสุก สะอาด ไม่มีมีแมลงวันตอม ถ่ายอุจจาระปัสสาวะลงในส้วมที่ถูกสุขอนามัย
2. รักษาร่างกายให้อบอุ่นอยู่เสมอ โดยเฉพาะเมื่ออากาศเปลี่ยนแปลง ไม่สวมเสื้อผ้าที่ทำให้อบอ้าวหรืออับชื้น ไม่อยู่ในที่อากาศหนาวจัดหรือร้อนจัดเกินไป รังร่างกายให้สมบูรณ์ แข็งแรงอยู่เสมอ ด้วยการกินอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย รวมทั้งการออกกำลังกายที่พอดี ไม่น้อยหรือมากเกินไปจนร่างกายอ่อนเพลีย พักผ่อนให้เพียงพอ ไม่เคร่งเครียดกับงานหรือชีวิตประจำวันจนขาดการดูแลเอาใจใส่ตนเอง
3. ควรอยู่ในที่มีอากาศบริสุทธิ์ บ้านพักอาศัย สถานที่ทำงานควรเป็นมีเนื้อที่เพียงพอ ต่อจำนวนคน โดยไม่ให้อยู่กันอย่างหนาแน่น เบียดเสียด แออัด อากาศสามารถถ่ายเทได้สะดวก
4. รักษาความสะอาดของบ้านเรือน ข้าวของเครื่องใช้ เสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มควรซักล้าง นำออกผึ่งแดดอยู่เสมอ กำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ที่อยู่อาศัยของสัตว์พาหะของโรคติดต่อ
5. ไม่เข้าไปในแหล่งชุมนุมชนหรือสถานที่แออัด เช่น ในโรงภาพยนตร์ หอพัก ห้องประชุม ห้างสรรพสินค้าฯลฯ โดยไม่จำเป็น หากบุตรหลานของท่านมีอาการป่วย โปรดอย่าส่งนักเรียนมาโรงเรียน และควรนำนักเรียนไปพบแพทย์เพื่อรักษาตามอาการต่อไป หรือกรณีที่นักเรียนยังต้องรับประทานยาอย่างต่อเนื่อง โรงเรียนเลิศหล้าถนนกาญจนาภิเษก ขอขอบคุณผู้ปกครองทุกท่านสำหรับความร่วมมือด้วยดีเสมอมา และขอขอบคุณข้อมูลจาก <http://www.healthcarethai.com>

ด้วยรักและผูกพัน
โรงเรียนเลิศหล้าถนนกาญจนาภิเษก

ใบตอบรับสารสัมพันธ์ฉบับพิเศษที่ 22/2560
เรื่อง การป้องกันและควบคุมโรคติดต่อ
(กรุณาส่งใบตอบรับภายในวันจันทร์ที่ 17 กรกฎาคม 2560)

ข้าพเจ้า (นาย/นาง/นางสาว) ผู้ปกครอง (จ.ช./ค.ญ.)
ชื่อเล่น ชั้น ได้รับสารสัมพันธ์ฉบับพิเศษที่ 22/2560 เรื่อง การป้องกันและควบคุมโรคติดต่อ แล้ว และ
มีข้อเสนอแนะดังนี้.....

ลงชื่อ ผู้ปกครอง



LERTLAH SCHOOL
 KANCHANAPISEK ROAD
 Tel. 66 (0) 2-894-5400 to 5
 Fax. 66 (0) 2-894-4771



โรงเรียนเลิศหล้าถนนกาญจนาภิเษก
 โรงเรียนรางวัลพระราชทาน และนักเรียนรางวัลพระราชทาน
 www.lertlah.com ✉ lertlah.kanchana@gmail.com
 f Lertlah.Kanchanapisek LINE @lertlahkanchana

Newsletter Special Edition 22/2017 June 11th, 2017

Controlling Contagious Diseases

Dear Parents/Guardians

Due to the fact that schools are where a large number of children inhabit, the risk of catching diseases such as cold, flu, and other diseases are relatively high. These diseases are more common amongst kindergarten students since their immune systems has not been fully developed. Herpangina is one of the diseases that are common here in South East Asia. This highly contagious disease could infect others just by contact. Hosts of Herpangina could be a carrier without even noticing any symptoms for a period of time unaware that they are spreading it at the same time.

Especially during the rainy season where Herpangina can easily spread, we would like to ask for your cooperation as follows.

1. Wash your hands regularly. Before and after handling food and cook food thoroughly. Before and after using the toilet.
2. Keep your body at warm. Do not wear garments that can not breath which will increase humidity. Keep your room temperature moderate, not too hot, not too cold. Keep fit by exercising regularly.
3. Keep your area clean and open that allows plenty air flow.
4. Keep your belongings clean and change your bed sheets regularly. Make sure your sheets get plenty of sun after washing.
5. Do not visit department stores, cinemas, or any crowded areas.

If your children are not feeling well, please do not bring them to school as your children might be a carrier and spread to other students at school. For more information please visit www.healthcarethai.com

Lastly, we would like to thank you for your continuous cooperation.

Sincerely,

Lertlah School Kanchanapisek Road

Reply Form of Newsletter Special Edition No.22/2017

Health and safety measures for kindergartners.

(Please return this form by Monday, July 17th, 2017.)

I,, parent/guardian of
 nickname, class, have received this newsletter.

Comments:.....

Parent/Guardian Signature