

ข้อแนะนำรับมือน้ำท่วม ทั้งการเตรียมพร้อมที่อยู่อาศัย ดุนของจำเป็น การเตรียมสุขภาพกระดาดษ วิธีช่วยคนจมน้ำ-ไฟช็อต และวิธีขับรถลุยน้ำเบื้องต้น

หากที่อยู่อาศัยของคุณเป็นพื้นที่เสี่ยงน้ำท่วม ข้อแนะนำเพื่อเตรียมรับมือกรณีน้ำท่วมที่อยู่อาศัยคือ ก่อกระสอบทรายเพื่อป้องกันน้ำเข้าบ้าน อุดทางที่น้ำอาจเข้าได้ เช่น ท่อระบายน้ำในห้องน้ำ ท่อบริเวณซิงค์ล้างจาน บริเวณประตู บริเวณที่มีรอยร้าวหรือพื้นบ้าน (วิธีป้องกันน้ำเข้าบ้านโดยไม่ต้องใช้ถุงทราย อยู่ด้านล่างของของบทความ)

สำหรับสิ่งของที่ควรเตรียมไว้คือ อุปกรณ์ทำอาหารแบบฉุกเฉิน อาหารแห้งที่ปรุงง่าย อาหารกระป๋องที่ฝาเป็นแบบห่วงดึงเปิดสะดวก น้ำดื่ม-น้ำใช้ ผ้าขนหนู เสื้อผ้าสะอาด เชือก วิทยุแบบใช้ถ่านไฟฉาย-ถ่านสำรอง โทรศัพท์มือถือ-ที่ชาร์ต ซอล์กซีตมดและแมลง ยาประจำตัว ยาแก้ปวดแบบทา ของใช้เพื่อชำระล้างร่างกาย ชุดปฐมพยาบาลและยาสามัญประจำบ้าน ถุงดำ ธงหรือผ้าผืนใหญ่ๆ เพื่อต้องใช้ส่งสัญญาณขอความช่วยเหลือ ถังดับเพลิงประจำบ้าน เตรียมต่างทักทิมและซีฟ้งเบอร์ 28 ไว้ใช้กรณีน้ำกัดเท้า โดยแช่เท้าในน้ำสะอาดผสมต่างทักทิมเพื่อฆ่าเชื้อโรค จากนั้นเช็ดเท้าให้แห้งโดยเฉพาะซอกนิ้ว และทาด้วยซีฟ้งเบอร์ 28 จะทำให้แผลหายเร็ว

ขนทรัพย์สินไว้ชั้นบนของบ้าน หรือใช้ถุงดำใส่ของและมัดปากให้แน่น เพื่อป้องกันความเสียหาย พกเงินสดติดตัวไว้บ้าง จัดเก็บเอกสารสำคัญทางราชการ เช่น บัตรประชาชน สูติบัตร ทะเบียนบ้าน สมุดบัญชี เก็บทรัพย์สินมีค่าไว้ในที่ปลอดภัยโดยอาจฝากธนาคาร จอดรถไว้ในที่สูง ถ้าน้ำเข้าบ้านต้องรีบตัดไฟในบ้านชั้นที่น้ำท่วมเพื่อป้องกันไฟฟ้าช็อต และปิดแก๊สด้วย

ที่สำคัญต้องติดตามสถานการณ์น้ำอยู่เสมอ รวมถึงศึกษาทางหนีทีไล่และต้องซักซ้อมวิธีหนีน้ำกับสมาชิกในครอบครัวโดยเฉพาะคนแก่และเด็ก โดยให้กำหนดจุดนัดพบที่มั่นใจว่าน้ำจะไม่ท่วม หากพลัดหลงจะได้หากันเจอ และจดหมายเลขโทรศัพท์เพื่อขอความช่วยเหลือกรณีฉุกเฉินไว้ด้วย

หากคุณคาดว่าจะติดน้ำท่วมอยู่ในบ้าน และไม่สามารถใช้สุขาได้ตามปกติ มูลนิธิเอสซีจีแจก“สุขากระดาดษ” สำหรับถ่ายหนักและเบา มีลักษณะเป็นกล่องกระดาดษลูกฟูกน้ำหนักเบา แต่รับน้ำหนักได้ถึง 200 กิโลกรัม ประกอบเสร็จได้ภายใน 10 วินาที (มีคลิป)ใช้ร่วมกับถุงดำ หรือขอ“สุขาลอยน้ำ” สำหรับบ้านเรือน

จำนวนมากที่อยู่ใกล้กัน โดยสามารถแจ้งความจำนงค์ผ่านมูลนิธิฯ โดยระบุจำนวน ชื่อผู้ติดต่อ สถานที่ ส่งแฟกซ์ มาที่ 02-586-3910 หรือโทร 02-586-5506 เพื่อทางมูลนิธิฯจะประสานงานต่อไป

แต่ถ้าเป็นบ้านชั้นเดียว หรือน้ำขึ้นสูงเรื่อยๆ ต้องรีบอพยพโดยด่วนเพื่อรักษาชีวิต ล็อกบ้านให้แน่นหนา เพื่อป้องกันมิฉวยชีพ และต้องอพยพอย่างระมัดระวัง โดยไม่เดินผ่านทางน้ำ เพราะอาจถูกน้ำพัดหรือจมน้ำได้

วิธีช่วยคนจมน้ำ

หากพบคนกำลังจะจมน้ำ และคุณว่ายน้ำไม่เป็น ให้หาไม้ เชือก หรือผ้า เพื่อยื่นให้ผู้ประสบเหตุจับแล้ว ดึงขึ้นมา หรือโยนห่วง ห่วงยาง หรืออุปกรณ์ที่ลอยน้ำได้ให้ผู้ประสบเหตุยึดเหนี่ยว แต่หากไม่มีอุปกรณ์ที่สามารถช่วยได้ หรือประเมินแล้วว่าผู้ประสบเหตุตัวใหญ่เกินกว่าที่คุณจะสามารถพาเข้าฝั่งได้อย่างปลอดภัย ให้รีบตั้งสติ และตะโกนให้ผู้อื่นได้สติ ผู้ที่สามารถช่วยได้จะได้ลงไปช่วย สิ่งสำคัญคือต้องรีบช่วยโดยเร็ว เพราะหากช้าแค่ 1 นาที ผู้ประสบเหตุอาจจมน้ำได้

สำหรับการช่วยผู้ประสบเหตุ ต้องว่ายน้ำเข้าไปช่วยจากด้านหลัง เพราะตามธรรมชาติ คนใกล้จมน้ำจะตื่นตระหนกทำให้เกาะสิ่งที่ยึดได้ไวแน่น ซึ่งอาจทำให้ผู้เข้าไปช่วยจมน้ำไปด้วย

วิธีที่ปลอดภัยต้องใช้มือทั้งสองสอดไปใต้แขนของผู้ประสบเหตุและงอมือขึ้นให้อยู่ในช่องของผู้ประสบเหตุ ชิดตัว และพุดปลอบผู้ประสบเหตุให้คลายความตระหนก จากนั้นว่ายน้ำช้าๆ เข้าฝั่ง ยกเว้นผู้ประสบเหตุต้องการการพยาบาลอย่างเร่งด่วน แต่หากผู้ประสบเหตุยึดเกาะคุณและจะทำให้คุณจมน้ำไปด้วย ให้ดำน้ำ ผู้ประสบเหตุจะปล่อยมือ

หากผู้ประสบเหตุจมน้ำไปแล้ว ให้ดึงตัวขึ้นมา และยกศีรษะผู้ประสบเหตุให้พ้นน้ำโดยเร็ว จากนั้นรีบผายปอดและนวดหัวใจ(การทำซีพีอาร์) ผู้ประสบเหตุบางรายที่อาการดูเหมือนไม่เป็นอะไรก็ต้องเข้ารับการตรวจทางการแพทย์ด้วยเพราะหากน้ำเข้าไปในปอดอาจเสียชีวิตได้

นอกจากอันตรายจากการจมน้ำ สัตว์มีพิษและโรคที่มากับน้ำแล้ว สิ่งที่คุณประสบภัยน้ำท่วมต้องระมัดระวังคือ “การถูกไฟช็อต” เพราะน้ำเป็นสื่อไฟฟ้าชั้นดี หากถูกไฟช็อตอย่างหนัก ผู้ประสบเหตุอาจหมดสติ ผิวหนังไหม้บริเวณที่กระแสไฟฟ้าวิ่งผ่าน กล้ามเนื้อกระตุก บางรายที่ใช้มือถือสายไฟ มืออาจกำสายไฟไว้

แน่นเพราะแรงขีด

วิธีช่วยผู้ประสบเหตุไฟช็อต

ดึงตัวผู้ประสบเหตุออกจากแหล่งกำเนิดไฟฟ้าทันที แต่ผู้ช่วยเหลือก็ต้องระวังไม่ให้ตัวเองได้รับอันตราย อย่าแตะต้องตัวผู้ประสบเหตุ เพราะไฟฟ้าอาจไหลผ่านมาสู่ตัวได้ โดยหากทำได้ให้ตัดไฟเร็วที่สุดโดยการสับสวิตช์ไฟหรือถอดปลั๊ก หากเป็นสายไฟหรือลวด ให้ใช้ขวานที่ด้ามเป็นไม้สับสายไฟ โดยต้องป้องกันดวงตาจากประกายไฟด้วย แต่ถ้าเป็นสายไฟฟ้าแรงสูงต้องแจ้งให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องตัดไฟ (การไฟฟ้านครหลวง โทร.1130 การไฟฟ้าส่วนภูมิภาค โทร.1129)

หรือใช้วัตถุที่ไม่ใช่สื่อไฟฟ้า เช่น ไม้แห้ง เชือก เข็มขัด ผ้าห่ม หรือใช้ผ้าแห้งพันมือ เพื่อดึงหรือผลักผู้ประสบเหตุออกไป แต่หากจะให้เร็วอาจใช้เท้าที่สวมรองเท้ายางให้ผู้ประสบเหตุออกจากจุดไฟช็อต ในกรณีที่ผู้ประสบเหตุกำสายไฟไว้ในมือ ให้ใช้ไม้หรือผ้าทำให้มือผู้ประสบเหตุหลุดจากสายไฟ ส่วนกรณีที่ผู้ประสบเหตุถูกไฟช็อตในน้ำ ให้เขี่ยสายไฟออกไปให้พ้นก่อนจึงเข้าไปช่วย

จากนั้นรีบปฐมพยาบาลผู้ประสบเหตุโดยเร็วที่สุด หากผู้ประสบเหตุไม่หายใจและหัวใจหยุดเต้นต้องรีบทำซีพีอาร์ โดยต้องทำไปเรื่อยๆ จนกว่าบุคลากรทางการแพทย์จะมาถึง และต้องทำให้ร่างกายผู้ประสบเหตุอบอุ่น หากผู้ประสบเหตุยังไม่หมดสติ ให้พูดกับผู้ประสบเหตุเบาๆเรื่อยๆ เพื่อรักษาสติผู้ประสบเหตุเอาไว้และทำให้ผู้ประสบเหตุสงบ

หลังจากผู้ประสบเหตุได้รับการช่วยชีวิตแล้ว สิ่งที่เราควรคำนึงในอันดับต่อมาคือการพาผู้ประสบเหตุไปโรงพยาบาล แต่น้ำที่ท่วมถนนก็ทำให้การเดินทางยากลำบาก และอาจง่ายขึ้นหากมีความรู้เรื่องการขับรถลุยน้ำเบื้องต้น

วิธีขับรถลุยน้ำท่วมเบื้องต้น

ระดับน้ำที่รถโดยทั่วไปสามารถแล่นผ่านได้คือ น้ำนิ่ง สูงไม่เกิน 6 นิ้ว แต่ถ้าน้ำไหล ต้องสูงไม่เกิน 4 นิ้ว ดังนั้นควรจอดรถลงมาสสำรวจ และคุยกับคนขับรถที่ผ่านมาว่าสถานการณ์น้ำเป็นอย่างไร เพื่อประเมินว่าคุณจะขับรถผ่านได้หรือไม่

หากตัดสินใจที่จะขับผ่าน ต้องขับรถบนส่วนที่สูงที่สุดบนถนน และขับช้าๆ ประมาณ 2-3 กิโลเมตรต่อชั่วโมงด้วยเกียร์หนึ่งหรือเกียร์ต่ำ หากเป็นรถเกียร์ธรรมดา ให้เหยียบคลัชบ่อยๆ แต่ถ้าเป็นเกียร์อัตโนมัติให้เหยียบเบรกบ่อยๆ เพื่อไล่น้ำ อย่าแล่นเร็ว เพราะการเร่งความเร็วแค่ 5 กิโลเมตรต่อชั่วโมงจะทำให้เครื่องยนต์เกิดความร้อน ใบพัดลมจะทำงาน และปัดน้ำเข้าห้องเครื่อง

นอกจากการขับรถเร็วจะเสี่ยงทำให้น้ำเข้าเครื่องยนต์หรือทำให้เกิดคลื่นน้ำที่จะไปทำลายคันดินหรือกระสอบทรายที่ก่อไว้ ยังเสี่ยงกับการควบคุมรถไม่ได้ด้วย แม้จะเป็นน้ำนิ่งก็ตาม เพราะถ้าแล่นรถเร็ว ยางรถจะไม่สัมผัสพื้นถนน ทำให้รถลื่น และเสียการควบคุมในที่สุด ซึ่งหากควบคุมไม่ได้ ให้จับพวงมาลัยหลวมๆ และปล่อยให้รถเคลื่อนไปเรื่อยๆ เพราะหากความเร็วลดลง ยางรถก็จะแตะพื้นถนนเอง

ส่วนข้อแนะนำอื่นๆ คือ ควรหยุดให้รถคันอื่นผ่านไปก่อนเพื่อลดความรุนแรงของคลื่นน้ำ เมื่อขับรถพ่นน้ำมาได้ให้ใช้ระบบเบรกทันที และอย่าขับรถผ่านน้ำที่ไหลแรง เพราะรถอาจถูกพัดไปได้

ป้องกันน้ำเข้าบ้านแบบไม่ต้องใช้ถุงทราย

ตัวอย่าง การป้องกันน้ำเข้าบ้านสำหรับคน กทม เนื่องจากตอนนี้กระสอบทรายและอิฐบล็อกขาดตลาดจึงหาทางเลือก

จากคุณ คุณอนันต์ แก้วร่วมวงศ์

ตัวอย่าง การกัน น้ำเข้าบ้าน สำหรับกำแพงโปรง บางส่วน



1. ต้องปิดจาก ด้านนอกบ้าน
2. ใช้ฟิวเจอร์บอร์ด ตอกด้วยตะปู หรือ ปิดด้วย เทปกาวหนั ง หรือ ซีลไคเน
3. ใช้ ถุงดำ ปิดทับ แต่ต้อง ปิดเหลื่อมกันประมาณ 20 ซม ปิดด้วยเทปกาวหนั ง
4. ด้านล่างต้องปล่อยให้ชายถุงดำ ลาดกองกับพื้นดิน แล้ว หาของหนักกดทับ
5. เมื่อน้ำมา จะเกิดแรงกด ให้ถุงดำแนบ กับพื้น และผนัง
6. น้ำมีโอกาสเข้าจากข้างล่างมากกว่า ควรสังเกต และพลิกแพลงเอาเองนะครั บ

ตัวอย่าง การกัน น้ำเข้าบ้าน สำหรับ ประตู ใช้ออก



1. ใช้ฟิวเจอร์บอร์ด ปิดจากด้านนอกบ้าน ทับหน้าเส้า
2. ด้านหลังถ้ามีช่องว่าง ต้องหาแผ่นหรือ เช่นกล่อง กระดาษห่อด้วยถุงดำ มาเสริมไม่ให้ฟิวเจอร์บอร์ดแอ่น
3. ใช้ถุงดำ ปิดทับฟิวเจอร์บอร์ด
4. ปูชาย ถุงดำ ลาดบนพื้นประมาณ 20 ซม
5. ปิดด้วยเทป กาวหนังโดยรอบแล้วหาของหนักกดทับ
6. เมื่อน้ำมา จะเกิดแรงกด ทำให้ถุงดำรั่วติดพื้นและเส้า
7. ถ้าทำสูง ก็หาบันได พับ มาคร่อมสำหรับเข้าออก

ตัวอย่าง การกัน น้ำเข้าบ้าน สำหรับ ประตูใหญ่



1. ต้อง กันปิดจากด้านนอกบ้าน
2. ใช้ แผ่นเรียบ หนา 6 มม กว้าง 2.4 ม ยาว 1.2 เมตร ราคาประมาณ 260 บาท สองถึงสามแผ่น ขึ้นกับความกว้างประตู
3. วางตั้งพิงประตู หรือ หน้าเสา แล้วแต่กรณี หาของหนักมาพิงทับไม่ให้ล้ม หรือ หาทางมัดติดกับประตู
4. ถ้าไม่มีแผ่นเรียบ ก็ใช้ฟิวเจอร์บอร์ดแทน แต่เกรงว่าจะไม่แข็งแรง
5. ใช้ถุงดำ ปิดด้านหน้าแผ่นเรียบแล้วให้ชายลาดกองบนพื้น ประมาณ 30 ซม หาวัสดุหนัก กดทับเอาไว้
6. ด้านข้างประตู อาจจะมีช่อง ก็พลิกแพลง โดยใช้ ถุงดำ ร่วมกับ ฟิวเจอร์บอร์ดปิด
7. ถ้าถุงดำขาดแคลน ก็ใช้ ผ้าใบก่อสร้างแทน แต่ควรรอง สองชั้น
8. ต้นทุนโดยรวม จะถูกว่าถุงทราย ซึ่งตอนนี้ ราคาขึ้นเป็น 50-60 บาทต่อถุงและทำงานยากกว่าด้วย

การกัน น้ำมุดเข้าทางท่อระบายน้ำ

- เตรียมถุง สำหรับอุดรูน้ำ ประมาณ สี่ห้าถุง
- ถ้าไม่มีทราย ให้หาดิน ปูน กับ หิน หรือของหนักใส่ถุงดำสาม ชั้น แล้วเติมน้ำเข้าไปหน่อย เพื่อให้เกิดการยึดหยุ่น มัดด้วยเชือกฟางให้แน่น แล้ว ตัดทำทางเชือกฟางให้ยาว เมื่อ เวลาดึงขึ้นจาก ท่อ
- เปิดฝาแล้วหย่อนถุงลงไปประมาณ สองถุง แล้วตามด้วยหนังสือพิมพ์ ตามความเหมาะสม เพื่อให้ยุบปิดการรั่วซึม
- แล้วหย่อนถุงเพิ่มเข้าไปเพื่อกดทับให้หนัก
- หวังว่า คงพอกันได้บ้าง นะครับ