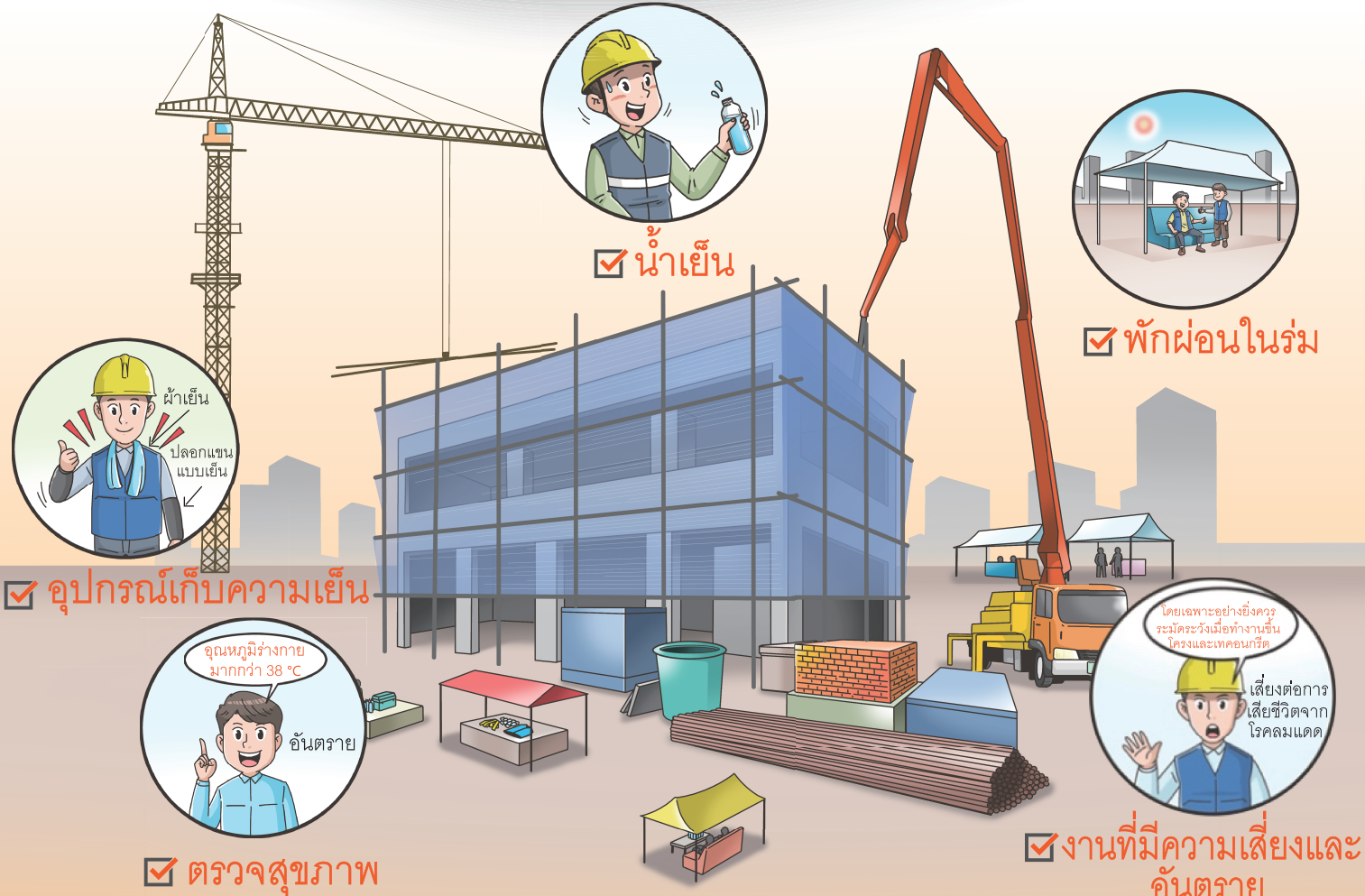


ทำให้สภาพแวดล้อมเย็นสบายและปลอดภัย

น้ำ · ร่มเงา · พักผ่อน

เมื่ออากาศร้อน สิ่งสำคัญ คือ ต้องหยุดงานที่กำลังทำอยู่และพักผ่อน

( น้ำเย็น + สถานที่อากาศเย็น + เวลาพักผ่อน )  
 จัดน้ำเย็นไว้ + จัดสถานที่สามารถพักผ่อนได้ + ในช่วงเวลาที่อากาศร้อน  
 ในรอบข้างที่ทำงาน เช่น ร่มกันแดด เป็นต้น ปรับปริมาณงานและพักผ่อน



กรณีฉุกเฉิน

แจ้ง 119 ขอความช่วยเหลือ



นำส่งโรงพยาบาล



+ มีผู้เจ็บป่วยจากความร้อน ▶ แจ้ง 119 ขอความช่วยเหลือ ▶ ปฐมพยาบาลจนกว่าหน่วยกู้ภัยจะมาถึง  
 ▶ นำส่งไป

+ หมายเลขติดต่อเจ้าหน้าที่กรณีฉุกเฉิน:



Ministry of  
Employment and Labor



รายละเอียด

สามารถเข้าไปตรวจสอบ

คู่มือการป้องกันการเจ็บป่วยจากความร้อนได้

ผ่านคิวอาร์โค้ด!

# ทำให้สภาพแวดล้อมเป็นสบายและปลอดภัย น้ำ • ร่มเงา • พักผ่อน



อุณหภูมิที่รู้สึกด้วยร่างกายจะลดลงได้โดย **ระบบอากาศเป็นระยะ!**

**กำหนด • รักษาอุณหภูมิที่อยู่ในความควบคุม**

ตั้งช่วงอุณหภูมิที่อยู่ในความควบคุม  
พยายามรักษาให้ได้

**ลม (ระบบอากาศ)**

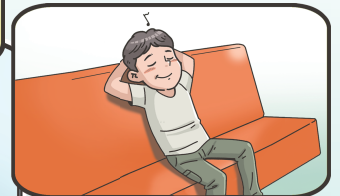
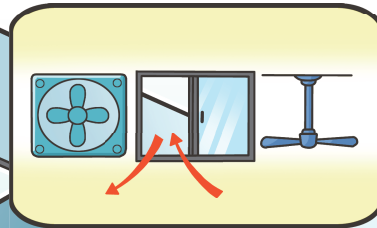
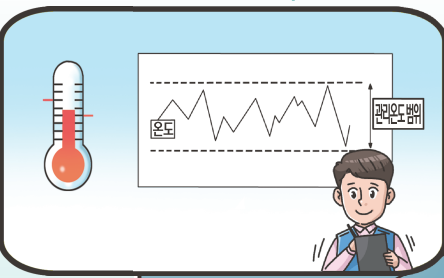
ระบบอากาศเป็นระยะหรือ  
ติดตั้งระบบทำความเย็นเฉพาะที่

**เวลาพักผ่อน**

ในช่วงเวลาที่อากาศร้อน  
ปรับปริมาณงานและพักผ่อน

☒ **กำหนด • รักษาอุณหภูมิที่อยู่ในความควบคุม**

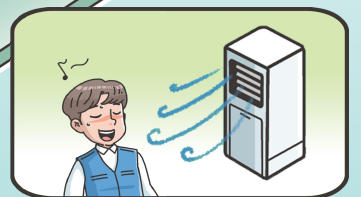
☒ **ระบบอากาศ**



☒ **พักผ่อน**



☒ **น้ำเย็น**



☒ **อุปกรณ์ทำความเย็นเฉพาะที่**



**กรณีฉุกเฉิน**

**แจ้ง 119 ขอความช่วยเหลือ**

**นำส่งโรงพยาบาล**

+ มีผู้เจ็บป่วยจากความร้อน ▶ แจ้ง 119 ขอความช่วยเหลือ ▶ ปฐมพยาบาลจนกว่าหน่วยกู้ภัยจะมาถึง  
 ▶ นำส่งไป

+ หมายเลขติดต่อเจ้าหน้าที่กรณีฉุกเฉิน:



Ministry of  
Employment and Labor



รายละเอียด  
 สามารถเข้าไปตรวจสอบ  
 คู่มือการป้องกันการเจ็บป่วยจากความร้อนได้  
 ผ่านคิวอาร์โค้ด!