

น้ำท่วม

ภัยธรรมชาติใกล้ตัว



จัดทำภายใต้

แผนงานบริหารจัดการและบรรเทาอุทกภัย (FMMP) คณะกรรมาธิการแม่น้ำโขง (MRC)



โดยการสนับสนุนจาก สำนักงานความร่วมมือทางวิชาการของเยอรมัน

แผนงานการบริหารจัดการและบรรเทาอุทกภัย(FMMP) สำนักงานเลขาธิการคณะกรรมการแม่น้ำโขง ช่วยในการป้องกันและบรรเทาความทุกข์ยากของประชาชนและความเสียหายทางเศรษฐกิจ รวมทั้งรักษาผลประโยชน์ทางสิ่งแวดล้อมอันเนื่องมาจากอุทกภัย แผนงานดังกล่าวประกอบไปด้วย 5 แผนงานย่อย ดังต่อไปนี้

1. การจัดตั้งศูนย์บริหารจัดการและบรรเทาอุทกภัยระดับภูมิภาค
2. มาตรการด้านสิ่งก่อสร้างและการใช้วัสดุที่ทนทานต่อสภาวะน้ำท่วม
3. การสนับสนุนความร่วมมือข้ามพรมแดนเพื่อแก้ปัญหาอุทกภัย
4. การเพิ่มขีดความสามารถในการบริหารจัดการอุทกภัยในสภาวะฉุกเฉิน
5. การบริหารจัดการที่ดิน

ในส่วนของแผนงานย่อยที่ 4: การเพิ่มขีดความสามารถในการบริหารจัดการอุทกภัยในสภาวะฉุกเฉิน ภายใต้แผนงานบริหารจัดการและบรรเทาอุทกภัยของสำนักงานเลขาธิการคณะกรรมการแม่น้ำโขงนั้น ได้รับการสนับสนุนด้านวิชาการจากศูนย์เตรียมความพร้อมป้องกันภัยพิบัติแห่งเอเชีย(ADPC) และการสนับสนุนงบประมาณจากภาครัฐบาลสหพันธสาธารณรัฐเยอรมนี ผ่านทางสำนักงานความร่วมมือด้านวิชาการของเยอรมนี(GTZ) แผนงานดังกล่าวให้ความสำคัญในการเตรียมความพร้อมและเพิ่มขีดความสามารถในการบริหารจัดการอุทกภัยในสภาวะฉุกเฉินในกลุ่มประเทศกลุ่มแม่น้ำโขง 4 ประเทศได้แก่ กัมพูชา ไทย ลาวและเวียดนาม ผ่านกิจกรรมที่มุ่งเน้นในการสร้างศักยภาพ การแลกเปลี่ยนความรู้และการจัดกิจกรรมปลูกจิตสำนึกทั้งในระดับจังหวัด อำเภอและชุมชน

แผนงานดังกล่าวสำหรับลุ่มวงลงได้ ด้วยความร่วมมือจากประเทศสมาชิกผ่านคณะกรรมการแม่น้ำโขงแห่งชาติและสำนักงานบริหารจัดการภัยพิบัติแห่งชาติ ตลอดจนหน่วยงานต่างๆที่เกี่ยวข้องทุกระดับ

หากต้องการข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ



กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย กระทรวงมหาดไทย

เลขที่ 3/12 ถ. อุทกนอก เขตดุสิต กรุงเทพฯ 10300

โทร. 0-2243-0020-26 โทรสาร 0-2243-0030

กองเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ โทร. 0-2243-0674

สายด่วน สาธารณภัย 1784

Website: www.disaster.go.th



ศูนย์เตรียมความพร้อมป้องกันภัยพิบัติแห่งเอเชีย (ADPC)

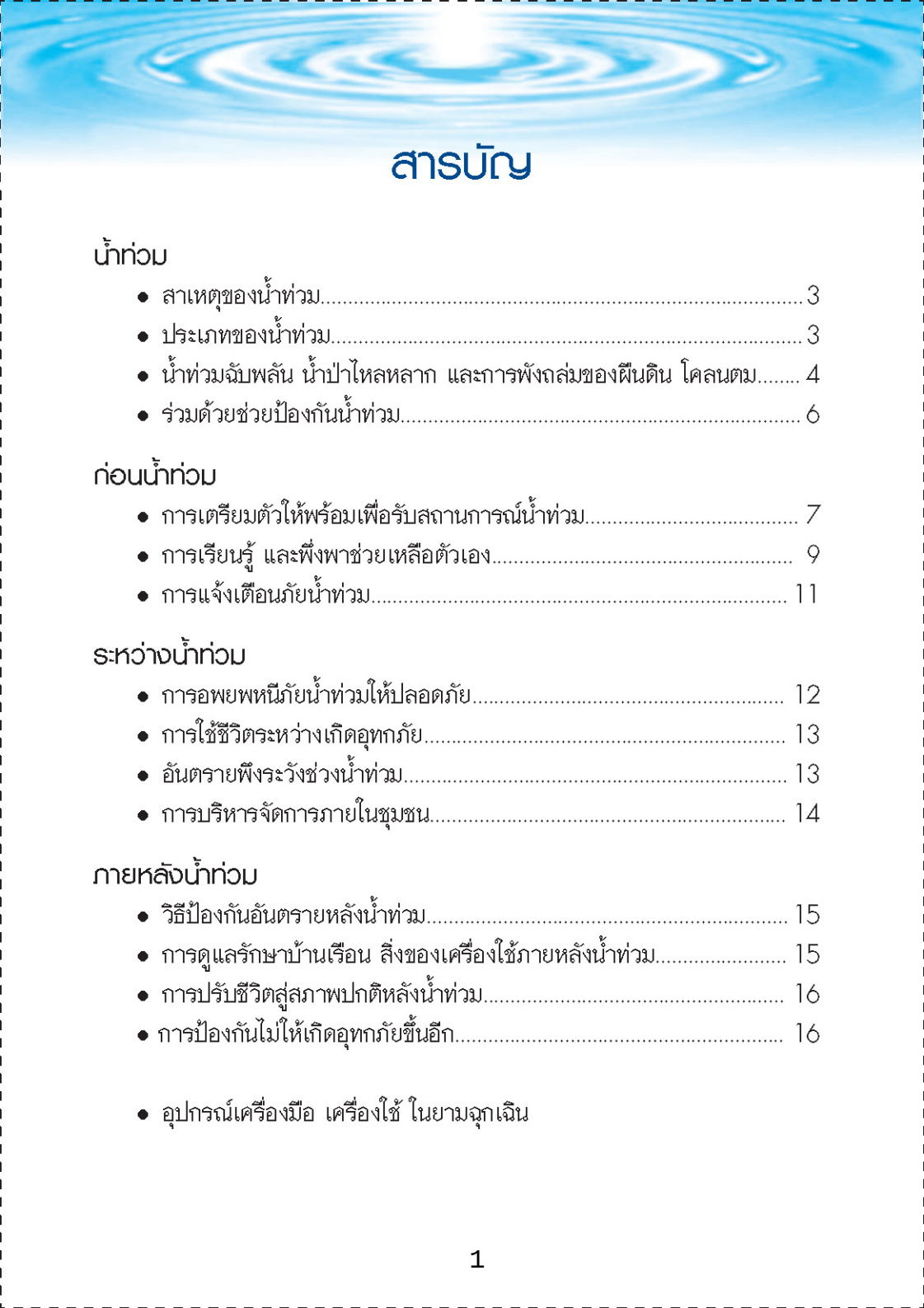
ตึก SM Tower ชั้น 24 เลขที่ 979/69 ถ. พหลโยธิน

แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

โทร. 0-2298-0681-92

โทรสาร 0-2298-0012-13

Website: www.adpc.net/fpp



สารบัญ

น้ำท่วม

- สาเหตุของน้ำท่วม..... 3
- ประเภทของน้ำท่วม..... 3
- น้ำท่วมฉับพลัน น้ำป่าไหลหลาก และการพังถล่มของผืนดิน ไคลนตม..... 4
- ร่วมด้วยช่วยป้องกันน้ำท่วม..... 6

ก่อนน้ำท่วม

- การเตรียมตัวให้พร้อมเพื่อรับสถานการณ์น้ำท่วม..... 7
- การเรียนรู้ และพึ่งพาช่วยเหลือตัวเอง..... 9
- การแจ้งเตือนภัยน้ำท่วม..... 11

ระหว่างน้ำท่วม

- การอพยพหนีภัยน้ำท่วมให้ปลอดภัย..... 12
- การใช้ชีวิตระหว่างเกิดอุทกภัย..... 13
- อันตรายพึงระวังช่วงน้ำท่วม..... 13
- การบริหารจัดการภายในชุมชน..... 14

ภายหลังน้ำท่วม

- วิธีป้องกันอันตรายหลังน้ำท่วม..... 15
- การดูแลรักษามันเรือน สิ่งของเครื่องใช้ภายหลังน้ำท่วม..... 15
- การปรับชีวิตสู่สภาพปกติหลังน้ำท่วม..... 16
- การป้องกันไม่ให้เกิดอุทกภัยขึ้นอีก..... 16
- อุปกรณ์เครื่องมือ เครื่องใช้ ในยามฉุกเฉิน

น้ำท่วม

ภัยธรรมชาติใกล้ตัว

เมื่ออย่างเข้าสู่ฤดูฝนช่วงเวลาซึ่งนำความชุ่มฉ่ำมาสู่ผืนดิน ทำให้พืชผลอุดมสมบูรณ์ และเรือกสวนไร่นาเขียวขจี แต่ถ้าฝนตกชุกหรือตกลงมาในปริมาณที่มากเกินไป ก็อาจก่อให้เกิดอุทกภัยหรือน้ำท่วมได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในบริเวณที่ราบลุ่ม บริเวณใกล้ภูเขา ในสถานที่ซึ่งเสี่ยงต่อการเกิดน้ำท่วม หรือในบริเวณที่เคยมีประวัติว่าประสบภัยน้ำท่วมมาแล้ว

น้ำท่วมก่อให้เกิดความสูญเสียอย่างใหญ่หลวงต่อบ้านเรือน ที่ทำมาหากิน ทรัพย์สิน ตลอดจนถึงชีวิตและความเป็นอยู่ของคนและสัตว์เลี้ยง การเรียนรู้และเข้าใจถึงปัญหาของการเกิดน้ำท่วม อันตรายที่มีต่อผู้คนในพื้นที่ ตลอดจนการป้องกันน้ำท่วมจึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญมาก





สาเหตุของน้ำท่วม

น้ำท่วมเป็นภัยทางธรรมชาติที่อุบัติขึ้นโดยมีสาเหตุหลายประการ เช่น เกิดจากพายุฝนตกชุก จนทำให้ปริมาณน้ำในทะเลและแม่น้ำเอ่อล้นฝั่ง โดยเฉพาะในช่วงฤดูฝน หรือฤดูมรสุม

ในบางกรณีน้ำท่วมอาจเป็นผลจากการกระทำของมนุษย์ เช่น การตัดไม้ทำลายป่า ซึ่งมีส่วนทำให้เกิดน้ำท่วมแบบฉับพลัน น้ำป่าไหลหลาก หรืออาจเกิดการถล่มของผิวดินและโคลนตมได้ เนื่องจากต้นไม้ในป่าและบนภูเขาสามารถช่วยลดปัญหาน้ำท่วมแบบฉับพลันได้ โดยการดูดซึมและช่วยลดความแรงของกระแสน้ำ นอกจากนี้ การทิ้งขยะเศษขยะลงบนถนน ในท่อน้ำ ในแม่น้ำลำธาร คลอง และทะเลจนทอระบายน้ำอุดตัน ไม่สามารถระบายน้ำได้ทัน ก็อาจทำให้เกิดปัญหาน้ำท่วมได้เช่นกัน

ประเภทของน้ำท่วมที่ควรรู้ไว้

น้ำท่วมหรืออุทกภัยสามารถแยกออกได้เป็น 5 ประเภท คือ

- น้ำท่วมในระดับน้อยหรือต่ำ ซึ่งอาจสร้างปัญหาในเรื่องความไม่สะดวกในการเดินทางให้กับผู้สัญจรไปมา เช่น บนถนนหนทางอาจมีน้ำท่วมขังพอประมาณ

ถึงแม้ว่าจะไม่ได้สร้างความยากลำบากในด้านที่อยู่อาศัย แต่ก็อาจเป็นอันตรายต่อยานพาหนะบนท้องถนน

- น้ำท่วมในระดับพอประมาณ ไม่รุนแรงนัก บางทีก็ทำให้ต้องมีการขนย้ายสิ่งของ หนีน้ำหรืออพยพที่อยู่อาศัยบ้างในบางบริเวณ ในขณะที่เดียวกันจะสร้างปัญหาและอุปสรรคในการสัญจรเดินทางบนท้องถนน เพราะมีระดับน้ำท่วมขังสูงมากกว่าน้ำท่วมระดับต่ำ
- น้ำท่วมในระดับสูงหรือปริมาณมากพอที่จะต้องมีการอพยพผู้คนในหมู่บ้านในเมือง ถนนหนทางถูกตัดขาด เกิดความสูญเสียทั้งด้านทรัพย์สิน และเกิดความเสี่ยงต่อความปลอดภัยในชีวิต
- น้ำท่วมในที่ซึ่งเคยประสบกับปัญหานี้มาจนเกือบเป็นเหตุการณ์ปกติ สาเหตุอาจเกิดจากฝนตกชุก แต่ไม่ได้ทำให้ปริมาณระดับน้ำไหลในแม่น้ำเซียวกราก ในหลายหมู่บ้าน และ อำเภอมักประสบกับน้ำท่วมในลักษณะนี้แทบจะในทุก ๆ ปี
- น้ำท่วมซึ่งเกิดจากน้ำในเขื่อน หรือทะเลสูงขึ้น ประกอบกับมีฝนตกหนักด้วย จึงหนุนเนื่องทำให้ระดับน้ำในแม่น้ำเอ่อล้นฝั่งตลิ่งจนเกิดปัญหาน้ำท่วมในบางครั้งคราว

น้ำท่วมฉับพลัน น้ำป่าไหลหลากและผิวนดิน ไคลนตมพังถล่ม

ในเมืองไทยนั้น การเกิดภัยธรรมชาติแบบน้ำท่วมฉับพลัน และน้ำป่าไหลหลากนั้นเกิดขึ้นอยู่บ่อย ๆ ในทุก ๆ ปี เพราะสาเหตุจากการตัดไม้ทำลายป่าเป็นสำคัญดังที่กล่าวมาแล้ว บางครั้งยังมีภัยในเรื่องของการพังถล่มของผิวนดินและไคลนตมตามมาอีกด้วย



เมื่อเกิดอุทกภัยหรือน้ำท่วม อาจมีการพังถล่มของผิวดิน และโคลนตมเกิดขึ้นพร้อม ๆ กันกับน้ำท่วมได้ใน 2 กรณี คือ

- เกิดจากปัจจัยธรรมชาติที่ไม่สามารถควบคุมได้ เช่น ฝนตกหนัก การฉุ่พังตามธรรมชาติของหิน ความลาดชันของภูมิประเทศ เป็นต้น
- เกิดจากปัจจัยที่มนุษย์ทำให้เกิดขึ้นเอง เช่น การตัดไม้ทำลายป่า การบุกรุกและปรับเปลี่ยนการใช้ประโยชน์ที่ดิน เป็นต้น

หากทั้งสองกรณีเกิดขึ้นในช่วงเวลาวิกฤติเมื่อฝนตกหนักจนดินชุ่มน้ำและสูญเสียกำลังจนไม่สามารถคงตัวอยู่ได้ ดินก็จะถล่มลงมาจากไหล่เขาพร้อม ๆ กับน้ำที่ไหลหลาก โดยผลมกันเป็นน้ำโคลนที่มีความหนาแน่นมากกว่าน้ำปกติ จึงมีพลังในการทำลายล้างสิ่งทีถัดขวางสูงกว่าน้ำมาก

มีแนวทางแก้ไขและป้องกันอันตรายจากผิวดินและโคลนถล่มด้วยกัน 3 ทาง คือ

ก) ทางด้านกายภาพ

- สร้างเขื่อนกักดินถล่ม
- สร้างคันดินป้องกันน้ำหลาก
- ย้ายสิ่งก่อสร้างที่อยู่ในเส้นทางน้ำหลาก

ข) ทางด้านชีวภาพ

- ป้องกันการบุกรุกทำลายป่า
- ปลูกต้นไม้ฟื้นฟูสภาพป่าต้นน้ำ

ค) ทางด้านสังคม

- กำหนดเขตเสี่ยงภัย
- สร้างระบบเตือนภัย
- ให้ความรู้และความเข้าใจในการป้องกันพิบัติภัยของดินถล่ม



ร่วมด้วยช่วยป้องกันน้ำท่วม

- เพื่อให้โอกาสในการเกิดน้ำท่วมลดลง เราควรเลิกตัดไม้ ทำลายป่า คอยช่วยกัน สอดส่องดูแล และรายงานให้เจ้าหน้าที่ของรัฐทราบเมื่อพบเห็นการลอบตัด ตัดไม้ทำลายป่า นอกจากนี้ไม่ควรก่อสร้างสิ่งที่มีส่วนทำลาย หรือทำความเสียหายให้กับเส้นทางที่น้ำไหลพัดผ่าน
- ควรเลิกนิสัยทิ้งขยะและเศษพลาสติกลงในแม่น้ำ ลำธาร หรือคลอง
- สนับสนุนกิจกรรมในชุมชนของตนเองให้มีการเรียนรู้วิธีป้องกันน้ำท่วม อย่างน้อยที่สุด ถือเป็นการพึ่งพาช่วยเหลือตัวเองได้ในยามฉุกเฉิน
- ช่วยกันคนละไม้คนละมือด้วยการลอกคู ขุดคลอง และท่อระบายน้ำ ทางระบายน้ำเพื่อให้สามารถไหลระบายผ่านลงทะเล แม่น้ำได้อย่างสะดวกขึ้น รวมทั้งช่วยกันซ่อมแซมฝาย รณรงค์การปลูกพืชให้อุ้มน้ำ ซึ่งจะช่วยลดปัญหาน้ำท่วมได้ในระดับหนึ่ง
- ควรจัดอาสาสมัครให้แบ่งหน้าที่ เพื่อรับมือกับภัยน้ำท่วมโดยเฉพาะในช่วงฤดูฝน
- จัดให้มีเวรยาม คอยติดตามสถานการณ์โดยเฉพาะในเวลาากลางคืน
- จัดเวรให้คอยดูน้ำป่าไหลหลาก น้ำท่วมฉับพลันในกรณีฉุกเฉินไว้
- การจัดสร้างที่หลบภัย เช่น ในบริเวณที่สูง เป็นทั้งแบบชั่วคราวและค่อนข้างถาวร

ก่อนน้ำท่วม

การเตรียมตัวให้พร้อมเพื่อรับสถานการณ์น้ำท่วม

ไม่ใช่เรื่องยากเกินไปเลยสำหรับการเตรียมตัวให้พร้อมเพื่อรับน้ำท่วมภัยธรรมชาติที่อาจเกิดขึ้นได้ทุกเมื่อ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงฤดูฝน สิ่งที่เราควรปฏิบัติเพื่อเตรียมไว้ให้พร้อมเสมอก็คือ



- การคอยติดตามข่าวสาร การพยากรณ์อากาศจากวิทยุโทรทัศน์อย่างสม่ำเสมอ โดยเฉพาะในช่วงฤดูฝนและหน้ามรสุมเพราะอาจมีข่าวเตือนถึงสภาวะฝนตก โอกาสการเกิดน้ำท่วมในบางพื้นที่ ยิ่งหากเป็นชาวประมงด้วยแล้ว ควรคอยฟังข่าวการเตือนภัยพายุ การพยากรณ์อากาศจากวิทยุโทรทัศน์ และไม่ควรนำเรือออกจากฝั่งในช่วงจะมีหรือเกิดพายุโดยไม่จำเป็น
- นอกจากนั้นควรหลีกเลี่ยงการก่อสร้างบ้านที่อยู่อาศัยในที่ราบลุ่ม หรือเสี่ยงต่อน้ำท่วม หรือใกล้บริเวณภูเขา แต่ถ้ามีความจำเป็นต้องอาศัยอยู่ในพื้นที่บริเวณดังกล่าวจริง ๆ หรือในส่วนที่เคยประสบกับปัญหาน้ำท่วมมาก่อนแล้วในอดีต ยังควรต้องเรียนรู้และฟังคำแนะนำจากเจ้าหน้าที่ของรัฐใน หมู่บ้าน ตำบล อำเภอ เช่น กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน หรือสอบถามจากเพื่อนบ้านในละแวกเดียวกันว่า ควรปฏิบัติอย่างไรเพื่อเป็นการเตรียมตัวพร้อมรับสถานการณ์น้ำท่วมที่อาจเกิดขึ้นได้ทันทั่วทั้งที่และด้วยความมั่นใจ
- ข้อนี้มีความสำคัญมาก คือ ต้องเรียนรู้และร่วมกันวางแผนในชุมชนเหล่านั้นว่า ถ้าต้องหนีภัยน้ำท่วมจริง ๆ เราควรจะอพยพตัวเองและครอบครัวไปยังสถานที่ปลอดภัยใดซึ่งอยู่ใกล้ที่สุด และ ควรมีการฝึกซ้อมอพยพเป็นระยะ ๆ
- ควรรวบรวมวัสดุอุปกรณ์ก่อสร้างในยามฉุกเฉินไว้ให้พร้อม ในกรณีที่ต้องมีการสร้างบ้านเรือนชั่วคราวในระหว่างน้ำท่วมหรือหลังน้ำลดแล้ว



- จดรายละเอียดของสถานที่ติดต่อของทางราชการไว้เพื่อใช้ในสภาวะฉุกเฉิน เช่น เบอร์โทรศัพท์หรือที่อยู่ขององค์การบริหารส่วนตำบลที่ว่าการอำเภอ สถานีตำรวจ สถานีดับเพลิง โรงพยาบาล สถานีอนามัย ไฟฟ้า หรือประปา เป็นต้น ในกรณีที่ต้องการติดต่อขอความช่วยเหลือเร่งด่วน
- ควรนำเอกสารสำคัญติดตัว จัดรวบรวมไว้ให้สะดวกและพร้อมเสมอเมื่อต้องอพยพหนีภัยน้ำท่วม เช่น บัตรประชาชน ทะเบียนบ้าน สำเนาทะเบียนรถยนต์ ใบขับขี่รถยนต์ เป็นต้น
- เตรียมอุปกรณ์ เครื่องมือเครื่องใช้ในยามฉุกเฉินไว้เสมอเพื่อใช้ในยามจำเป็น คือ
 - วิทยุกระเป๋าคือ ไฟฉาย และถ่านไฟฉายใหม่สำรองไว้
 - เทียนไข และไม้ขีดไฟ
 - ฟืนแห้งเพื่อใช้ก่อไฟหุงต้มอาหาร หม้อข้าว จานชาม ช้อนที่จำเป็น
 - กักตุนน้ำดื่มสะอาด และอาหารกระป๋อง อาหารแห้งไว้ในที่ปลอดภัยให้พอเพียงพอได้ประมาณ 5 วัน เป็นอย่างน้อย
 - ยารักษาโรคและเครื่องมือปฐมพยาบาล
 - รองเท้าบูทและถุงมือยาง (ถ้ามี)
 - เสื้อผ้า ผ้าห่ม และเครื่องใช้จำเป็นเพื่อใช้ในเวลาน้ำท่วมส่วนทรัพย์สินมีค่าให้เก็บไว้ในที่สูงกันน้ำในที่ปลอดภัย

- ย้ายเฟอร์นิเจอร์ เครื่องใช้สำคัญ เครื่องใช้ไฟฟ้าภายในบ้านให้อยู่ในระดับสูงกว่าพื้นบ้าน หรือขึ้นไปชั้นบนของบ้าน เพื่อป้องกันระดับน้ำที่อาจสูงขึ้นและท่วมเข้ามาในบ้าน รวมทั้งอพยพย้ายสัตว์เลี้ยงไว้ในที่ปลอดภัย
- จัดเตรียมเรือ ทำแพไม้หรือแพยางไว้
- จัดเตรียมดินใส่กระสอบไว้เพื่อช่วยเสริมคันดินที่กั้นน้ำท่วมให้สูงขึ้นไว้
- เก็บแยกสารพิษ สารเคมี เช่น ยาปราบศัตรูพืช ไว้ในที่ปลอดภัยด้วย เพื่อป้องกันอันตรายจากสารพิษที่อาจละลายไปกับน้ำแล้วก่อให้เกิดอันตรายได้
- ผูกยึดข้าวของเครื่องใช้สำคัญไว้ เพื่อกันไม่ให้สายน้ำพัดพาไปให้ก่อเกิดความเสียหายได้

การเรียนรู้เพื่อการพึ่งพาช่วยเหลือตัวเอง

ในยามเกิดน้ำท่วมฉับพลัน การพึ่งพาช่วยเหลือตัวเองก่อนเป็นเรื่องสำคัญมาก เราต้องเรียนรู้ว่า ควรปฏิบัติตนเช่นไรเมื่อเกิดอุทกภัยขึ้น เพราะก่อนหน้านี้เจ้าหน้าที่ของรัฐ และอาสาสมัครจะเข้าไปให้ความช่วยเหลือ จะได้มั่นใจว่า อย่างน้อยที่สุด ชีวิตและทรัพย์สินของเราจะปลอดภัยกว่าการรอคอยจนกว่าความช่วยเหลือจากผู้อื่นจะมาถึง

- ควรทำการตัดไฟฟ้าภายในบ้านก่อนเมื่อเกิดน้ำท่วม เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดไฟฟ้าลัดวงจร เพราะอาจทำให้ผู้คนในครอบครัวเป็นอันตรายถึงแก่ชีวิตได้จากการถูกไฟดูด





- ลูกมะพร้าวแห้งสามารถใช้แทนเสื้อชูชีพได้ในกรณีที่ต้องว่ายน้ำ หรือลอยคอเพื่อรอคนมาช่วยเหลือ
- ถ้าต้องมีการอพยพช่วยเหลือสมาชิกในครอบครัวต้องให้ความช่วยเหลือผู้ชราหรือเด็ก ๆ ก่อน
- ช่วยเหลือและนำให้สมาชิกในครอบครัวปฏิบัติตามแผนการอพยพหนีภัยไปยังสถานที่ปลอดภัยอย่างเคร่งครัด
- ไม่เล่นน้ำในคลองชลประทานหรือในทางที่น้ำไหลผ่าน และควรฝึกให้เด็กสามารถว่ายน้ำช่วยเหลือตัวเองได้
- เมื่อภัยมาถึงตัวและต้องหนีภัย อย่าหวั่นทรยศสิ้นเพราะชีวิตเราและคนในครอบครัวมีความสำคัญกว่า

การแจ้งเตือนภัยน้ำท่วม

ในยามวิกฤติเมื่อเกิดน้ำท่วม อย่าตื่นตกใจกลัวจนเกินไป เมื่อมีการแจ้งเตือนภัยเกิดขึ้น ควรปฏิบัติตนดังนี้

- เมื่อเกิดน้ำท่วม การติดตามฟังข่าวสารจากวิทยุ โทรทัศน์ และเจ้าหน้าที่ของรัฐเป็นสิ่งสำคัญที่สุด อย่าเชื่อถือข่าวลือ เพราะอาจทำให้เราไขว้เขวได้
- นอกจากนั้นเพื่อความปลอดภัย ควรอพยพไปอยู่ตามอาคารสูงโดยใช้เส้นทางตามที่ทางการกำหนดไว้ หรือจากการวางแผนร่วมของชุมชน
- คอยตรวจเช็คระดับความสูงของน้ำท่วมว่าขึ้นสูงเร็วเพียงใดจะได้รู้ว่าคุณสามารถหาที่หลบภัยได้ทันหรือไม่
- ถ้าจำเป็นต้องอาศัยอยู่ภายในบ้านก็อย่าเพิ่งวางใจ ต้องเตรียมพร้อมรับสถานการณ์ไว้เสมอ ในกรณีที่อาจหนักกว่าเดิมหรือเกิดปัญหามากขึ้น



ระหว่างน้ำท่วม

การอพยพหนีภัยน้ำท่วมให้ปลอดภัย

เมื่อต้องทำการอพยพหนีภัยน้ำท่วม มีสิ่งที่เราต้องปฏิบัติตามเพื่อความปลอดภัยในชีวิต คือ

- เมื่อได้ยินเสียงเตือนภัย ให้รีบหนีน้ำขึ้นไปอยู่ในบริเวณที่สูง
- อย่าใช้ยานพาหนะหรือสัญจรบนถนนที่น้ำกำลังท่วมและไหลเชี่ยวกราก เพราะความแรงเชี่ยวของน้ำอาจพัดพาหเราไปทำให้เกิดอันตรายได้
- อย่าอพยพโดยการข้ามลำน้ำที่มีระดับน้ำสูงเหนือเข่า อาจไม่ปลอดภัยเพียงพอ
- เมื่อได้ยินเสียงน้ำป่าหรือน้ำบนเขาที่ไหลเชี่ยวกรากลงมาอย่างรวดเร็ว ให้รีบวิ่งขึ้นไปอยู่บนที่สูงโดยทันที เพราะอาจถูกสายน้ำพัดจนเกิดอันตรายแก่ชีวิตได้
- ในระหว่างหนีภัยน้ำท่วม อย่าวางใจว่าจะเกิดน้ำท่วมเพียงอย่างเดียว อาจเกิดผืนดินหรือโคลนตมถล่มตามมาได้ รวมทั้งมีก้อนหิน ต้นไม้ที่สามารถทำให้เราเจ็บหรือเกิดอันตรายได้เช่นกัน
- อย่าเดินในที่น้ำท่วม หรือพายเรือหนีภัยไปใกล้เสาไฟฟ้าหรือสายไฟที่ยังมีกระแสไฟเดินอยู่ เพราะอาจถูกไฟฟ้าดูดหรือช็อตได้ง่าย
- ควรปิดทางถนนที่เกิดน้ำท่วมเพื่อป้องกันอันตรายที่อาจเกิดขึ้นได้ทุกเมื่อ



การใช้ชีวิตระหว่างเกิดน้ำท่วม

ดูเหมือนว่าการดำเนินชีวิตในช่วงระหว่างน้ำท่วมมีความสำคัญไม่น้อย เพราะเป็นการใช้ชีวิตที่ยากลำบากมากขึ้น แต่ถ้าเราเรียนรู้วิธีที่ถูกต้องก็จะช่วยให้เผชิญกับปัญหาที่หลีกเลี่ยงไม่ได้เหล่านี้ได้ง่ายขึ้น

- ควรดื่มน้ำที่ต้มสะอาดแล้ว ปรุงอาหารให้สุกก่อนรับประทานทุกครั้งเพื่อป้องกันอาการท้องร่วง ท้องเสีย
- ต้องรวบรวมขยะ เศษอาหารไว้ในถุงขยะ เมื่อน้ำลดแล้วให้นำมาเผา ฝัง หรือทิ้งในที่เหมาะสมปลอดภัย เพื่อป้องกันเชื้อโรคที่อาจทำให้เกิดโรคระบาดได้
- ต้องคอยหมั่นติดตามข่าวสารเกี่ยวกับน้ำท่วมอย่างใกล้ชิดสม่ำเสมอ เพื่อจะได้ปฏิบัติตามคำแนะนำจากเจ้าหน้าที่และผู้ช่วยเหลือ อาสาสมัคร

อันตรายที่ระวังช่วงน้ำท่วม

- ต้องระวังอันตรายจากกระแสไฟฟ้าตามเสาและสายไฟทั้งนอกและในบ้าน
- บรรดาสัตว์ร้ายพวกสัตว์เลื้อยคลานก็เป็นเรื่องน่ากลัวเช่นกันเพราะถ้าเราติดอยู่ภายในบ้าน หรือเดินนอกบ้าน อาจมีอันตรายจากงู ตะขาบ แมลงป่องได้



- ยังมีอันตรายที่เกิดจากการถล่มของผิวดินและโคลนตมที่เราสามารถป้องกันได้ โดยการไม่เข้าไปใกล้บริเวณทางน้ำไหลหรือร่องน้ำ เพราะผลจากฝนตกหนัก น้ำท่วม อาจเกิดผิวดินถล่มและพัดพาโคลนตมมาด้วย ซึ่งเป็นอันตรายต่อชีวิตได้เหมือนกัน
- อย่าปล่อยให้เด็กเล็กว่ายน้ำหรือพายเรือเล่นตามลำพังในช่วงน้ำท่วมเด็ดขาด
- ในระหว่างเกิดอุทกภัยอย่าเดินออกจากที่พักตามลำพังควรบอกผู้ใกล้ชิดหรือสมาชิกในครอบครัวว่าเราจะไปไหน หรือมีจะนั้นก็ควรมีเพื่อนไปด้วย
- ควรเช็คระดับความลึกของน้ำก่อนออกนอกบ้านทุกครั้ง



การบริหารจัดการภายในชุมชน

- แผนเตรียมการรับมือกับภัยพิบัติไว้ล่วงหน้า
- มีการแบ่งปันอาหารและที่อยู่อาศัย
- การแจกและรับของบริจาคจากอาสาสมัครและเจ้าหน้าที่ของรัฐ
- การจัดทำรายงานและแผนการขอรับความช่วยเหลือ
- จัดเวรยามดูแลความปลอดภัยของทรัพย์สินและชุมชน

ภายหลังน้ำท่วม

วิธีป้องกันอันตรายหลังน้ำท่วม

เมื่อน้ำลดระดับลง ก่อนที่จะกลับมาดำเนินชีวิตตามปกติ ควรตรวจสอบดูความเรียบร้อยต่างๆ ของอุปกรณ์ เครื่องใช้ภายในบ้านให้แน่ใจว่าปลอดภัย เช่น

- ตรวจสอบปลั๊กไฟ สายไฟ เครื่องใช้ไฟฟ้าภายในบ้านให้มั่นใจก่อนว่าสามารถใช้งานได้ปกติเหมือนเดิมหรือไม่ และปลอดภัยต่อคนในบ้านเพียงใด
- อย่าดื่มหรือรับประทานอาหารที่เคยเก็บไว้ในระหว่างน้ำท่วม ควรต้มและปรุงให้สะอาดก่อนทุกครั้ง
- อย่าเข้าไปในเขตที่แจ้งว่าเป็นอาณาบริเวณอันตรายหลังน้ำท่วมเพราะอาจเป็นอันตรายได้
- ระวังระวังโรคระบาดหลังน้ำท่วม
- ควรแจ้งและขอความช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่ของรัฐ เช่น ตำรวจ ผู้ใหญ่บ้าน อาสาสมัคร หรือเจ้าหน้าที่อำเภอ เป็นต้น



การดูแลรักษาบ้านเรือนสิ่งของ เครื่องใช้ หลังน้ำท่วม

สิ่งแรกที่ต้องทำก็คือ การเช็กความถูกต้องของเครื่องมือและบริเวณบ้านเรือนในขณะที่ยังเปียกชื้นอยู่ให้สะอาดก่อนเข้าไปอาศัยอยู่ใหม่จากนั้นก็ตรวจสอบความเสียหายของเครื่องใช้ภายในบ้าน เช่น ปลั๊กไฟ เครื่องใช้ไฟฟ้า และแก๊สหุงต้ม (ถ้ามี) ให้เรียบร้อยและปลอดภัยก่อนกลับมาใช้อีก

การปรับสภาพชีวิตสู่สภาพปกติ

น้ำท่วมไม่เพียงสร้างความเสียหายทางด้านทรัพย์สิน และร่างกายเท่านั้น สภาพจิตใจก็เป็นสิ่งที่ต้องเร่งฟื้นฟูหลังการเกิดน้ำท่วม เพราะความหดหู่ ท้อแท้ สิ้นหวัง และหมดกำลังใจย่อมเกิดขึ้นได้เสมอในระหว่างน้ำท่วม การได้ระบายความรู้สึกนึกคิดด้วยการพูดคุย ปรับทุกข์กันในหมู่สมาชิกในบ้านและครอบครัวเพื่อนบ้าน จึงเป็นสิ่งสำคัญ และควรกระทำเป็นอย่างยิ่ง ควรปรับชีวิตให้ดำเนินไปตามสภาพปกติเหมือนเดิมเท่าที่จะทำได้และเป็นไปได้ด้วย

การป้องกันไม่ให้เกิดอุทกภัยขึ้นอีก

ความร่วมมือร่วมใจ และช่วยเหลือกันนับเป็นสิ่งจำเป็นที่สุด เช่น ไม่ลอบตัดไม้ทำลายป่า ไม่ทิ้งขยะลงแม่น้ำ ลำธาร คลองเป็นต้น ซึ่งจะช่วยป้องกันน้ำท่วมได้ในระดับหนึ่ง ถึงแม้ว่าน้ำท่วมคือภัยธรรมชาติที่เราไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ แต่เราอาจสามารถทำให้ปัญหาจากน้ำท่วมลดลงได้ถ้าร่วมแรงร่วมใจกัน และมีการเตรียมพร้อมรับสถานการณ์ที่ดี

อุปกรณ์ เครื่องมือ เครื่องใช้ ในยามฉุกเฉินที่ควรเก็บรวบรวมไว้ให้
สะดวกยามหนีภัยน้ำท่วม

ลำดับที่	อุปกรณ์ เครื่องมือเครื่องใช้	กาเครื่องหมาย กากบาท x
1.	บัตรประจำตัวประชาชน	
2.	ทะเบียนบ้าน	
3.	ใบขับขี่รถยนต์	
4.	สำเนาทะเบียนรถยนต์	
	จักรยานยนต์	
5.	วิทยุกระเป๋าทู้ และถ่านไฟใหม่สำรอง	
6.	ไฟฉาย และถ่านไฟใหม่สำรอง	
7.	พินแห้งสำหรับหุงต้มอาหาร หม้อข้าว จานชาม ช้อน	
8.	เทียนไข และไม้ขีดไฟ	
9.	น้ำดื่มสะอาด อาหารแห้ง อาหารกระป๋อง	
10.	ยารักษาโรคและเครื่องมือปฐมพยาบาล	
11.	รองเท้าบู๊ตและถุงมือยาง(ถ้ามี)	
12.	เสื้อผ้า ผ้าห่ม และเครื่องใช้จำเป็น เช่น มุ้ง หมอน	



กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย
กระทรวงมหาดไทย

www.disaster.go.th

โทร. 0-2243-0020-26 โทรสาร 0-2243-0030

กองเผยแพร่ และประชาสัมพันธ์

โทร. 0-2243-2200

สายด่วน สาธารณภัย 1784