



เอกสารชี้แจงชุดนายสะอาด กรมอนามัย

1) การปรับปรุงคุณภาพน้ำ



- สารส้มก้อน 0.5 กิโลกรัม
- คลอรีนน้ำ (หยดทิพย์) 1 ขวด พร้อมหลอดหยดขนาด 1 ซีซี

ใช้สำหรับ ทำน้ำให้สะอาด เพื่อใช้ดื่ม ปรงอาหาร และชำระล้าง โดย

1.1 ตักน้ำใส่ถัง (ถ้าน้ำมีความขุ่นมาก ให้ตั้งทิ้งไว้ประมาณ 6-12 ชั่วโมง) ใช้ก้อนสารส้มกวนน้ำ สังเกตตะกอนในน้ำเริ่มจับตัว ใช้ไม้พายกวนต่ออีก 1-2 นาที ตั้งทิ้งไว้จนตกตะกอน

1.2 ค่อยๆ ตักน้ำใส แยกออกมา หรือหากมีสายยาง ใช้

สายยางจุ่มไปที่ก้นถังตรงบริเวณที่มีตะกอน ดูตะกอนออกจนหมด ให้เหลือแต่น้ำใส

1.3 เติมคลอรีนน้ำ ลงในน้ำใส เพื่อฆ่าเชื้อโรค โดย

➢ ใช้หลอดหยด เติมคลอรีนชนิดน้ำ 1 หยด ต่อน้ำใส 1 ลิตร

- ถังน้ำใส ความจุ 1 ปี๊ป (20 ลิตร) เติมคลอรีนน้ำ 20 หยด

- ถังน้ำใส ความจุ 200 ลิตร เติมคลอรีนน้ำ 200 หยด

(8 ซีซี หรือ เติม 8 หลอดหยด)

- โอ่งมังกร ขนาด 8 ปี๊ป (160 ลิตร) เติมคลอรีนน้ำ 160 หยด

(6 หลอดหยด + 10 หยด)

➢ ปิดฝา ทิ้งไว้ 30 นาที เพื่อให้คลอรีนฆ่าเชื้อโรค และล้างหลอดหยดหลังใช้งานทุกครั้ง



2) การล้างมือเพื่อสุขอนามัยที่ดี

- เจลล้างมือ
- สบู่

ใช้สำหรับ ทำความสะอาดมือ หลังการขับถ่าย หลังจับต้องสิ่งสกปรก น้ำที่ท่วม และก่อนรับประทานอาหาร เพื่อป้องกันโรคติดต่อต่างๆ โดย

➢ บีบเจลล้างมือใส่ฝ่ามือที่แห้ง ถูไปมาให้ทั่วบริเวณที่จะทำความสะอาด ทิ้งไว้ให้แห้งโดยไม่ต้องล้างน้ำออก (ควรเก็บให้พ้นเปลวไฟ)

➢ หรือใช้สบู่ล้างมือ ในกรณีที่มีน้ำสะอาดสำหรับชำระล้าง แล้วเช็ดให้แห้งด้วยผ้าสะอาด



3) การจัดการขยะมูลฝอย

- ถุงดำ

ใช้สำหรับ เก็บรวบรวมขยะมูลฝอย เพื่อไม่ให้น้ำที่ท่วมขังสกปรก เน่าเหม็น และแพร่กระจายเชื้อโรค โดย

- 3.1 แยกเก็บขยะเป็น 2 ถุง ได้แก่ ถุงขยะที่เน่าเสียได้ กับ ถุงขยะแห้ง/ขยะไม่เน่าสลาย
- 3.2 เก็บขยะให้มีมิดชิด เช่น ใส่ในถังมีฝาปิด หรือ มัดปากถุงพลาสติกให้แน่น
- 3.3 ไม่ทิ้งถุงขยะลงในน้ำ แต่เก็บรวบรวมเป็นที่ เพื่อรอหน่วยงานท้องถิ่นมาเก็บขนไปทิ้งบนบก



4) การจัดการสิ่งขับถ่าย(อุจจาระ)

- ถุง “จัดหนัก” ย่อยสลายได้ตามธรรมชาติ จำนวน 5 ใบ
- ถุง “จัดเต็ม” ย่อยสลายได้ตามธรรมชาติ จำนวน 1 ใบ

ใช้สำหรับ เก็บรวบรวมสิ่งขับถ่าย เพื่อไม่ให้น้ำที่ท่วมขัง เน่าเหม็น และแพร่กระจายเชื้อโรค โดย

- 4.1 ครอบถุง “จัดหนัก” ลงไปในถังหรือภาชนะที่ จัดหาได้ มีขนาดเหมาะสม และรับน้ำหนักของท่านได้
- 4.2 นั่งถ่ายอุจจาระลงในภาชนะที่เตรียมไว้
- 4.3 มัดถุงให้แน่นหลังใช้งาน
- 4.4 เก็บถุง “จัดหนัก” ที่ผ่านการใช้งานแล้ว

รวบรวมในถุง “จัดเต็ม” และนำไปฝังกลบเมื่อน้ำลด ถุงและสิ่งปฏิกูลจะย่อยสลายในดิน

4.5 ไม่ถ่ายอุจจาระลงน้ำโดยตรง ไม่ทิ้งถุงอุจจาระลงในน้ำ เพราะจะทำให้น้ำที่ท่วมขัง เน่าเหม็นและแพร่กระจายเชื้อโรคกลับมายังท่าน

4.6 ล้างมือให้สะอาดด้วยเจลล้างมือ หรือสบู่ หลังการขับถ่ายทุกครั้ง



ด้วยความปรารถนาดีจาก สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข