

อันตรายจากสารเคมีใกล้ตัว

สุรินทร์ อยู่ยง

ผู้ปฏิบัติงานวิทยาศาสตร์การแพทย์ (ชำนาญงานพิเศษ)
ภาควิชาเภสัชเคมี คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล



คุณรู้หรือไม่ว่า ทุกวันนี้คนเรล้วนมีชีวิตเกี่ยวข้องกับสารเคมีชนิดต่าง ๆ อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ เฉพาะผลิตภัณฑ์ที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมในบ้านก็มีมากมายจนแทบจะไม่ว่าจะเลือกใช้ผลิตภัณฑ์ชนิดไหนดี และสิ่งที่สำคัญคือ เราลืมไปว่าผลิตภัณฑ์เหล่านี้เป็นสารเคมีอันตราย ที่ต้องใช้ด้วยความเข้าใจและระมัดระวัง เพื่อความปลอดภัย

ผลิตภัณฑ์เหล่านี้แบ่งออกเป็น 4 ประเภทใหญ่ ๆ คือ

1. สารเคมีป้องกันและกำจัดแมลง
2. น้ำยาทำความสะอาด
3. น้ำยาซักล้าง
4. สารกำจัดกลิ่น

แนวทางป้องกันเพื่อชีวิตที่ปลอดภัยควรทำดังนี้

1. ทุกครั้งที่ใช้ต้องแน่ใจว่าอ่านฉลากอย่างละเอียดและปฏิบัติตามคำแนะนำอย่างเคร่งครัด
2. ใช้ในปริมาณที่จำเป็น และไม่คิดเอาเองว่าการเพิ่มปริมาณการใช้จะเป็นการเพิ่มประสิทธิภาพของสารเคมี และที่สำคัญ คือห้ามใช้รวมกันหลาย ๆ ประเภท ยกเว้นวาระบุให้ใช้ร่วมกับผลิตภัณฑ์ชนิดอื่น ๆ ได้
3. ใช้ในบริเวณที่มีอากาศถ่ายเทสะดวก แต่ถ้าจำเป็นต้องใช้ในห้อง ควรเปิดหน้าต่างหรือใช้พัดลมระบายอากาศ
4. ล้างภาชนะที่ใช้ให้สะอาดทุกครั้งและเก็บในที่มิดชิด ปลอดภัยและพ้นจากมือเด็ก
5. หลีกเลี่ยงการเปลี่ยนถ่ายบรรจุภัณฑ์ โดยเฉพาะบรรจุภัณฑ์ที่เคยใช้บรรจุอาหาร ซึ่งอาจทำให้เกิดความสับสนในการใช้งาน หรือนำไปใช้อย่างไม่ถูกต้อง
6. หญิงมีครรภ์ควรงดใช้เพื่อป้องกันอันตรายต่อเด็กและทำความสะอาดร่างกายทุกครั้งหลังการใช้ผลิตภัณฑ์
7. ลดการใช้หรือหาทางเลือกอื่น ๆ ทดแทน

8. เมื่อเกิดอุบัติเหตุเช่นมีกรดหรือด่างหกหรือร่างกาย ต้องล้างด้วยน้ำสะอาดมาก ๆ เพื่อเจือจางความเข้มข้น ถ้าวินิจฉัยเข้ารับการรักษาเข้าโรงพยาบาลพร้อมกับผลิตภัณฑ์ชนิดนั้น ๆ เพื่อการวินิจฉัยและการรักษาที่ถูกต้องและทันที่

แม้ทุกวันนี้เราต้องเกี่ยวข้องกับสารเคมีมากขึ้น จึงใช้อย่างรู้และรอบคอบ ทำตามฉลากระบุจนเป็นนิสัย เพื่อลดและหลีกเลี่ยงการใช้ผลิตภัณฑ์ที่เป็นสารเคมี มีทางเลือกอื่น ๆ ที่ใช้ได้ดังแสดงในตาราง

ตารางแสดงทางเลือกที่ใช้ทดแทนการใช้ผลิตภัณฑ์สารเคมีในกิจกรรมประเภทต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน

ประเภท	ตัวอย่างผลิตภัณฑ์	อาการไม่พึงประสงค์	ทางเลือก
สารป้องกันและกำจัดแมลง	ยาฉีดกันยุง สเปรย์ฆ่าแมลง ยากำจัดมด ปลวกเหยื่อกำจัดแมลงสาบ	เวียน หรือปวดศีรษะ อ่อนเพลีย แ่นหน้าอก หายใจลำบาก ชัก หรือหัวใจหยุดเต้น	1. ทำความสะอาดบ้านไม่ให้เป็นแหล่งเพาะพันธุ์เชื้อโรค 2. อดสูดดมควันด้วยพริกไทยป่นหรือไบสสะระแห่นแห้ง หรือโรยด้วยผงฟู 3. ใช้ตะแกรงกรองเศษอาหารก่อนลงท่อน้ำทิ้ง เพื่อไม่ให้ท่อตันอันเป็นแหล่งอาหารของมดและแมลงสาบ 4. ถ้าท่อตัน ใช้ผงฟู 1 กำมือและน้ำส้มสายชูครึ่งถ้วยเทใส่ท่อระบายน้ำ ปิดปากท่อให้สนิท 1 นาที แล้วเทน้ำร้อนลงไป
น้ำยาทำความสะอาด	น้ำยาล้างห้องน้ำ น้ำยาทำความสะอาดเตา โลหะ เครื่องเงิน น้ำยาเช็ดกระจก น้ำยาทำความสะอาดพรม เบาะ	ระคายเคืองผิวหนังและระบบทางเดินหายใจ	1. ผสมเกลือกับผงฟูอย่างละเท่า ๆ กัน ใช้ผ้าชุบน้ำ เช็ดแทนผงขัดเงา 2. ผสมน้ำส้มสายชูกับน้ำในอัตราส่วนเท่า ๆ กัน เช็ดรอยเปื้อนแทนน้ำยาเช็ดกระจก
น้ำยาซักล้าง	ผงซักฟอก น้ำยาซักแห้ง และน้ำยาซักผ้าขาว น้ำยาปรับผ้านุ่ม	ระคายเคืองตา ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย หายใจไม่สะดวก	ผสมผงฟู 1 ส่วน น้ำส้มสายชู 1 ส่วน และน้ำ 2 ส่วน แทนน้ำยาปรับผ้านุ่ม
สารกำจัดกลิ่น	ผลิตภัณฑ์ที่นิยมใช้ใน ห้องน้ำ ตู้เสื้อผ้า	หายใจไม่สะดวก มีอาการคัน กล้ามเนื้อหดเกร็ง เสียความทรงจำ	1. กำจัดแหล่งกำเนิดกลิ่น 2. เปิดหน้าต่างระบายอากาศ 3. ปลุกต้นไม้ไว้ตามมุมต่าง ๆ เพื่อฟอกอากาศ

เมื่อรู้ถึงภัยที่แฝงเร้นอยู่ข้างกายอยู่ทุกวันแล้ว เราสามารถเลือกได้ว่าจะมีวิธีการอยู่ร่วมหรือรับมือกับมันได้อย่างไร เพื่อไม่ให้เกิดอันตรายขึ้นภายหลัง