

สารนำรู้ วันจันทร์ที่ ๔ มิถุนายน ๒๕๖๑

เรื่อง สาธารณสุขเตือน กินเห็ดช่วงนี้ อาจมี ‘เห็ดพิษ’ ปะปน ถ้าสุดเสียชีวิตแล้ว 1 ราย

วันที่ 17 พ.ค. ที่ผ่านมาผู้สื่อข่าวรายงานว่า นายวิวรรธน์ ก่อวิริยมล นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดเลย เตือนประชาชน รับประทานเห็ดอาจตายได้ ขอให้ก่อนนำมาปรุงเป็นอาหารได้ตรวจดูให้แน่ชัดว่ามีเห็ดพิษเจือปนอยู่ด้วยหรือไม่

นายวิวรรธน์ กล่าวว่า เนื่องจากขณะนี้ฝนตกในทุกพื้นที่ของ จ.เลย และอากาศก็ร้อนอบอ้าว ทำให้มีเห็ดออกมาก แม้ค้ำก็นำมาวางขายตามแหล่งต่างๆ ประชาชนชอบซื้อมารับประทาน บางครั้งขาดความระมัดระวัง ไม่ทันสังเกตว่ามีเห็ดพิษปะปนเข้ามาด้วย เมื่อนำไปปรุงเป็นอาหาร ก่อให้เกิดอันตรายต่อร่างกายจนถึงแก่ชีวิตได้ จากรายงานระบาดวิทยา สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเลย ตั้งแต่วันที่ 1 ม.ค. – 15 พ.ค. 2561 พบผู้ที่รับประทานเห็ดแล้วป่วย จำนวน 13 คน อยู่ที่ อ.ภูกระดึง จากการสอบถามประวัติ พบว่า มาจากเห็ดนี้ ซึ่งได้จากการเก็บจากสวนปลูกมะเขือ ที่เจ้าของสวนเอาชานอ้อยไปใส่เป็นปุ๋ยแล้วไถกลบ บริเวณใกล้ๆ หมู่บ้าน ซึ่งเห็ดดังกล่าวไม่มีใครเคยรับประทานมาก่อน เห็ดพิษสังเกตง่าย ๆ ดอกเห็ดจะมีรูปร่างสวยงามแตกต่างกัน แล้วแต่ชนิดของเชื้อมักจะมีสีส้มที่ฉูดฉาด เช่น สีส้ม สีเหลือง สีเทา สีขาว เมื่อบริโภคเข้าไปแล้วอาจจะเกิดอาการขึ้นทันทีหลังจากรับประทาน หรืออาจใช้เวลาหลายชั่วโมง หรือเป็นวัน บางชนิดพิษของเห็ดออกฤทธิ์ช้าได้ถึง 15 วัน ความรุนแรงของอาการแล้วแต่ชนิดของเห็ดพิษ และปริมาณที่รับประทานเข้าไป มีอาการเริ่มแรกคือ คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ถ่ายเหลว บางรายอาจมีมึนงง เจ็บหน้าอก หน้าแดง ง่วงซึม ปากชา น้ำลายไหล ใจสั่นเป็นตะคริว อ่อนเพลีย ถ้าพบอาการดังกล่าวให้รีบไปรักษาที่สถานบริการสาธารณสุขทันที

สาธารณสุข จังหวัดเลย เปิดเผย ว่า เมื่อต้นเดือนที่ผ่านมา มีประชาชนใน อ.ภูหลวง เสียชีวิตแล้ว 1 ราย จากการกินเห็ดพิษ และมีผู้ป่วยจากการกินเห็ดพิษแล้ว 13 คน ตามโรงพยาบาลต่างๆ ในเขตจังหวัดเลย

ที่มา เว็บไซต์ข่าวสด

สาระน่ารู้ วันอังคารที่ ๕ มิถุนายน ๒๕๖๑

เรื่อง รู้หรือไม่ว่า... ประเทศที่มีนางงามจักรวาลมากที่สุดในโลก คือประเทศใด?

หากเอ่ยถึงเวทีการประกวดอันทรงเกียรติที่สร้างความภาคภูมิใจให้แก่ผู้หญิงหลาย ๆ คนจากทั่วโลก คงต้องนึกถึงเวทีการประกวดนางงามจักรวาล หรือมิสยูนิเวิร์ส ที่เรียกว่าเป็นความใฝ่ฝันของผู้หญิงหลาย ๆ คนเลยทีเดียวที่อยากจะไปยืนอยู่ ณ จุดนั้น โดยเวทีประกวดนางงามจักรวาลนี้ได้ก่อตั้งขึ้นตั้งแต่เมื่อปี ค.ศ. 1952 ประเทศสหรัฐอเมริกา ซึ่งได้มีการจัดการประกวดขึ้นครั้งแรกโดย บริษัท แพซิฟิกมิลส์ ซึ่งเป็นบริษัทเสื้อผ้าจากแคลิฟอร์เนีย และได้มีการประกวดเวทีนางงามจักรวาลตั้งแต่บัดนั้นเป็นต้นมาจวบจนปัจจุบันนี้ ซึ่งตลอดระยะเวลาตั้งแต่แรกเริ่มที่มีการประกวดนางงามจักรวาลขึ้น เรียกว่ามีสาวงามมากหน้าหลายตา รวมทั้งหลากหลายสัญชาติ และหลายเชื้อชาติ ที่ได้ขึ้นไปยืนอยู่บนเวทีประกวดอันทรงเกียรตินี้ โดยประเทศไทยเองก็ได้มีนางงามจักรวาลถึง 2 คนด้วยกัน คือ คุณบุ๋ก-อารักสา หงสกุล และคุณปุ๋ย-ภรณ์ทิพย์ นาคหิรัญกนก ที่ได้สร้างชื่อเสียงมาสู่คนไทยทั้งประเทศ และยังได้สร้างความหวังให้แก่สาวงามจากประเทศไทยอีกมากมายเลยทีเดียวที่อยากเจริญรอยตาม เพื่อความมงกุฎนางงามจักรวาลมาครอบครอง และสร้างชื่อเสียงให้แก่ประเทศไทย

ส่วนประเทศที่ได้ชื่อว่าเป็นประเทศที่มีนางงามจักรวาลมากที่สุดในโลกก็คือ ประเทศสหรัฐอเมริกา นั่นเอง โดยมีสาวงามทั้งหมด 7 คน ซึ่งเรียกว่าเดือนชนะเลิศสาวงามจากประเทศเวเนซุเอลาไปเพียง 2 คนเท่านั้น โดยแต่ละสาวงามกว่าจะฝ่าด่านมาจนถึงเวทีนี้ได้ต้องใช้ทั้งรูปร่างหน้าตา รวมทั้งความสามารถ สติปัญญาและไหวพริบอย่างยิ่งในการแข่งขันและการตอบคำถาม ซึ่งแต่ละคนที่ได้เป็นนางงามจักรวาลนี้เรียกว่าไม่ธรรมดาจริง ๆ

ที่มา เว็บไซต์เกร็ดความรู้.net

สาระน่ารู้ วันพุธที่ ๖ มิถุนายน ๒๕๖๑

เรื่อง ตึกที่สูงที่สุดในโลก ชื่อตึกอะไร อยู่ที่ไหน

สำหรับตึกระฟ้าที่สูงใหญ่ตระหง่านตระการตานั่นเรียกว่ามีมากมายจากหลากหลายประเทศทั่วโลกเลยทีเดียว โดยตึกที่ได้ชื่อว่าเป็นตึกที่สูงที่สุดในโลกนั้นก็คือ ตึกเบิร์จคาลิฟา (Burj Khalifa Building) แห่งนครดูไบ ประเทศสหรัฐอาหรับเอมิเรตส์นั่นเอง ด้วยความสูงถึง 828 เมตร ที่มีจำนวนชั้นมากถึง 163 ชั้นเลยทีเดียว ซึ่งเรียกว่าเป็นตึกระฟ้าที่มีความสูงอย่างยิ่ง โดยตึกที่สูงที่สุดในโลกอย่างตึกเบิร์จคาลิฟานี้ มีสถาปนิกผู้ออกแบบจากชिकाโกอย่าง เอเดรียน สมิธ ซึ่งเมื่อวันที่ 4 มกราคม พ.ศ. 2553 นั้นได้มีพิธีเปิดอาคารหรือตึกแห่งนี้ขึ้นอย่างเป็นทางการ อีกทั้งได้มีการเปลี่ยนชื่อของตึกเป็นบวรจัญเคาะลีฟะฮ์ ทั้งนี้ เพื่อเป็นเกียรติแก่เจ้าผู้ครอบครองนครอาบูดาบีอย่างซัยด์เคาะลีฟะฮ์ บิน ซายิด อัลนะฮ์ยาน รวมทั้งประธานาธิบดีของประเทศสหรัฐอาหรับเอมิเรตส์นั่นเอง

นอกจากนี้ ตึกเบิร์จคาลิฟาแห่งนี้ยังนับเป็นหนึ่งในโครงการก่อสร้างที่มีความสำคัญอย่างยิ่งของนครดูไบ และมีสถานที่ต่าง ๆ มากมาย ไม่ว่าจะเป็นโรงแรมที่มีความหรูหราอลังการมากที่สุดในโลกอย่างบวรจัญอัลอาหรับ หรือดูไบมารีนา, ดูไบมอลล์ ตลอดจนหมู่เกาะต้นปาล์ม เรียกว่าเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่มีความสำคัญและดึงดูดให้ผู้คนจากทั่วโลกนิยมไปท่องเที่ยวที่ประเทศสหรัฐอาหรับเอมิเรตส์นั่นเอง อีกทั้งตึกแห่งนี้ยังได้กลายเป็นฉากสำคัญที่อยู่ในภาพยนตร์เรื่องหนึ่งอย่าง มิชชั่น : อิมพอสซิเบิล ปฏิบัติการไร้เงา โดยเป็นฉากที่พระเอกของเรื่องอย่าง ทอม ครูซ ต้องปฏิบัติการกิจลับ นั่นก็ยิ่งทำให้ตึกแห่งนี้ได้เผยแพร่และรู้จักไปทั่วโลกอีกด้วย

ที่มา เว็บไซต์เกร็ดความรู้.net

สารน่ารู้ วันพฤหัสบดีที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๑

เรื่อง ถ้ารักลูกของเรา จงอย่าทำร้ายลูกคนอื่น' เรื่องเล่าจากพระพยอม

เรื่องนี้เล่าโดยท่านพระอาจารย์พยอมค่ะเศรษฐีคนหนึ่งอยู่กรุงเทพฯ เป็นนักสะสมซากสัตว์ เขาสัตว์ งามข้าง หนังสือเต็มบ้านไปหมด ทุกเสาร์ อาทิตย์ก็ออกไปล่าสัตว์ เมื่อมีลูกอ่อนอายุประมาณ 3 เดือนวันหนึ่ง ขณะออกล่าสัตว์เห็นลูกลิงตัวหนึ่งสวยงามน่ารักขนสีขาวยาวแปลกมากอยากได้มาเลี้ยงที่กรุงเทพฯ ก็ปรึกษากับพรานป่าคนนำทางว่าทำอะไรจึงจะได้ลูกลิงมาเลี้ยง พรานป่าบอกว่า โดยสัญชาตญาณลิงจะรักลูกมากกว่ารักชีวิต トラบใดที่แม่ลิงยังไม่ตายไม่มีใครสามารถเอาลูกมันออกจากอกได้มันสู้ชีวิตสุดท้ายเศรษฐีตัดสินใจยิงแม่ลิงตายแล้วเอาลูกลิงสีขาวยาวมาเลี้ยงที่กรุงเทพฯ เมื่อยิงแม่ลิงตายก็เอาเนื้อไปแกงให้ลูกน้องถลกหนังเก็บหนังไว้ประดับบ้าน พอกลับถึงกรุงเทพฯ ก็เอาลูกลิงเลี้ยงไว้ในบ้านหยอกล้อวิ่งเล่นกับลูกลิงเป็นที่สนุกสนานส่วนหนังลิงตัวแม่มันยังสดอยู่มีกลิ่นเหม็นก็เอาไปตากแดดที่ลานจอดรถหน้าบ้านเข้าวันหนึ่งขณะเมียเศรษฐีกำลังให้นมลูกกินในห้องรับแขกหน้าบ้าน เมียร้องไห้โฮดังลั่นบ้านเศรษฐีตกใจวิ่งลงมาจากชั้นบนโผล่เข้าไปกอดเมียและลูกไว้ใบหน้าตกใจสุดขีดพยายามถามเมียว่าเกิดอะไรขึ้นเมียไม่ยอมตอบเอาแต่สายหน้าแล้วก็ร้องไห้หันไปมองหน้าลูกกำลังหลับตาพร้อมอย่างมีความสุข.นั่งปลอบเมียอยู่สักครู่พอเริ่มตั้งสติได้ถามเมียว่าเกิดอะไรขึ้นตกใจเรื่องอะไรร้องไห้เรื่องอะไรเมียไม่ยอมพูดแต่ชี้มือไปที่ลานจอดรถหน้าบ้านเศรษฐีมองตามไปเห็นภาพถึงกับผงะตกใจน้ำตาไหลไม่รู้ว่าลูกลิงที่เอามาเลี้ยงไว้หลุดออกไปนอกบ้านตั้งแต่เมื่อไหร่มันออกไปดูนมแม่ที่เป็นหนังแห้งตากไว้ที่โรงรถดูเสร็จมันก็ก้มลงกอดแม่น้ำตาไหล

เศรษฐีและเมียทนดูไม่ได้ร้องไห้โฮคุยกันว่าถ้ามีคนทำกับครอบครัวเราอย่างนี้บ้างเราจะรู้สิก็อย่างไรจะเศร้าโศกเสียใจทุกข์ทรมานใจขนาดไหน?ตั้งแต่วันนั้นเป็นต้นมาเศรษฐีสั่งให้เอาซากสัตว์ที่สะสมทั้งหมดไปเผาเอาลูกลิงไปปล่อยในป่าเล็กออกล่าสัตว์เข้าวัดทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้แม่ลิงและขอโหสิกรรมทุกครั้งที่ทำบุญจะขอพรทุกครั้งว่าขออย่าให้มีใครมาทำกับครอบครัวเราเหมือนกับที่เราได้ทำกับครอบครัวลิงตัวนั้นเลย

จึงขอฝากไว้ว่าถ้ารักลูกของเราจงอย่าทำร้ายลูกคนอื่นถ้าอยากให้ครอบครัวของเรามีความสุขจงอย่าทำร้ายครอบครัวคนอื่น

ที่มา www.google.com

สารน่ารู้ วันศุกร์ที่ ๘ มิถุนายน ๒๕๖๑

เรื่อง เกร็ดความรู้ อันตราย จากการไม่รับประทานอาหารเช้า

การไม่รับประทานอาหารเช้า เป็นเหตุพื้นฐานที่ทำให้เกิดการเจ็บป่วยที่เรามองข้ามไป คิดว่าเป็นเรื่องธรรมดาที่ปฏิบัติอยู่เป็นประจำ ไม่เห็นจะเป็นอะไรเลย แต่ทราบไหมว่า อาหารมื้อเช้า เป็นอาหารมื้อที่สำคัญที่สุด เพราะร่างกายต้องการสารอาหารในช่วงเวลา 07.00 - 09.00 น. เนื่องจากช่วงเวลานี้สมองของเราต้องการเลือดและออกซิเจน เป็นอาหารบำรุง ถ้าไม่รับประทานอาหารเช้า ก็จะไม่มียอดมารับออกซิเจนส่งขึ้นไปเลี้ยงสมอง

ถ้าเลือดไปเลี้ยงสมองไม่พอหรือส่งไปได้น้อยแล้วล่ะก็ จะเริ่มมีอาการดังต่อไปนี้

- ผมร่วง หน้าแก่เร็ว คออักเสบง่าย นอนไม่ค่อยหลับ นอนไม่เต็มอิ่ม ตื่นกลางดึกบ่อย ๆ ฝันบ่อย ปวดไหล่ ปวดหลัง ปวดเข่า ปวดศีรษะ ปวดหู ปวดกระบอกตา ปวดข้อเท้า
- กระจกใสจะเคลื่อนได้ง่าย เหงือกบวม เจ็บคอ เจ็บลิ้น เป็นไซนัส หรือ วิตกกังวล
- โดยอาการเหล่านี้ อาจเกิดขึ้นทีละอย่าง หรือหลายอย่างพร้อมกันก็ได้ จนเป็นสาเหตุไปสู่อาการสมองเสื่อมต่อไปในอนาคต

อย่าลืมรับประทานอาหารเช้าเป็นประจำอยู่เสมอนะคะ

ที่มา www.dek-d.com