



สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเพชรบุรี  
โรงพยาบาลท่าสาย

# สารสุขภาพ

งานสุขศึกษา โรงพยาบาลท่าสาย จังหวัดเพชรบุรี

## “หมวกนิรภัยความปลอดภัยของผู้ใช้จักรยานยนต์”

ปัจจุบันรถจักรยานยนต์จัดเป็นพาหนะที่ประชาชนให้ความนิยมน้อยมากในการเดินทางสัญจร เนื่องจากมีราคาถูก ขับขี่ง่าย สะดวก ประหยัดน้ำมัน และมีความคล่องตัวในการใช้งาน แต่อันตรายของอุบัติเหตุจากรถจักรยานยนต์ก็สูงมากเช่นกัน ดังคำพูดที่ว่า "เนื้อหุ้มเหล็ก" ไม่บาดเจ็บก็ตาย

เมื่อเกิดอุบัติเหตุผู้ขับขี่และผู้โดยสารมักจะพุ่งลอยไปข้างหน้า โอกาสที่ศีรษะจะกระแทกวัตถุข้างหน้ามีมากจะทำให้เกิดการบาดเจ็บที่ศีรษะและสมอง ที่ส่งผลให้เกิดความพิการและอันตรายต่อชีวิตได้ หมวกนิรภัย เป็นอุปกรณ์สำคัญในการลดความรุนแรงของการบาดเจ็บที่เกิดขึ้นบริเวณศีรษะได้เป็นอย่างดี จากสถิติพบว่า เมื่อเกิดอุบัติเหตุผู้ที่ไม่สวมหมวกนิรภัยจะได้รับบาดเจ็บบริเวณศีรษะมากกว่าผู้ที่สวมหมวกนิรภัยถึง 2-3 เท่า

### ข้อแนะนำ สำหรับผู้ที่ขับขี่รถจักรยานยนต์

1. ผู้ขับขี่รถจักรยานยนต์ต้องสวมหมวกนิรภัยในขณะที่ขับขี่ทุกครั้ง
2. ไม่ควรขับขี่รถจักรยานยนต์ด้วยความเร็วสูง
3. ไม่ควรบรรทุกน้ำหนักสิ่งของหรือคนโดยสารมากเกินไป จนทำให้รถทรงตัวไม่ดี
4. การขับขี่ควรชิดทางด้านซ้ายบายนพาหนะอื่นๆ ยกเว้นกรณีที่ต้องเลี้ยวขวา ควรให้สัญญาณไฟก่อนเปลี่ยนช่องทาง
5. หลีกเลี่ยงการขับขี่ระหว่างช่องทางเดินรถ
6. อย่าเร่งเครื่องให้เกิดเสียงดังเกินควร ควรติดตั้งเครื่องลดเสียงที่ท่อไอเสีย
7. ขับขี่ด้วยความระมัดระวังบริเวณทางแยกหรือออกจากซอย(70% ของอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นมักเกิดตรงทางแยก)
8. ดูกระจกส่องข้างและให้สัญญาณไฟทุกครั้ง ถ้าต้องการเปลี่ยนช่องทางเดินรถ
9. ขับรถให้ช้าลงในที่เป็นหลุมเป็นบ่อเวลาฝนตก หรือหมอกลงจัด

และควรเปิดไฟขณะขับขี่

10. ชะลอความเร็วลง ถ้ามีคนหรือสุนัขวิ่งในถนน หรือวิ่งตัดหน้า
  11. งดการดื่มสุราก่อนการขับขี่
  12. รถต้องมีเลขทะเบียนทำยรถ และต่ออายุป้ายวงกลม
- เสียภาษีรถจักรยานยนต์ทุกปี
13. อย่าลืมพกใบอนุญาตขับขี่รถจักรยานยนต์ทุกปี
  14. ตรวจสอบสภาพรถให้อยู่ในสภาพที่พร้อมจะขับขี่เสมอ

